

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ СУСПІЛЬНИХ НАУК  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**НАУКОВИЙ ВІСНИК  
УЖГОРОДСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО  
УНІВЕРСИТЕТУ**

---

---

Серія

**ПСИХОЛОГІЯ**

Випуск 1



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2022

*Науковий вісник включено до міжнародної наукометричної бази  
Index Copernicus International (Республіка Польща)*

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

**Головний редактор:** Михайлишин У.Б. – *д-р психол. наук, професор*

**Відповідальний секретар:** Смук О.Т. – *канд. психол. наук*

**Члени редколегії:**  
Корольчук В.М. – *д-р психол. наук, професор*  
Корольчук М.С. – *д-р психол. наук, професор*  
Расвська Я.М. – *д-р психол. наук, доцент*  
Хміляр О.Ф. – *д-р психол. наук, професор*  
Ендріулайтієне Ауксе – *д-р психол. наук, професор*  
Конрад Яновський – *PhD, віце-декан факультету психології*

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet  
Вченою радою Державного вищого навчального закладу

«Ужгородський національний університет», протокол № 3 від 31.03.2022 року.

Науковий журнал «Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія» зареєстровано Міністерством юстиції України (Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації серія КВ № 24630-14570Р від 20.11.2020 р.)

На підставі Наказу Міністерства освіти та науки України № 1017 від 27 вересня 2021 року (додаток 3) журнал внесений до переліку фахових видань категорії «Б».

Офіційний сайт видання: [www.psy-visnyk.uzhnu.uz.ua](http://www.psy-visnyk.uzhnu.uz.ua)

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

Автори статей несуть всю повноту відповідальності  
за зміст статей, достовірність даних, фактів, цитат, рівень незалежності отриманих результатів.

**ISSN 2786-5010 (Print)**  
**ISSN 2786-5029 (Online)**

© Ужгородський національний університет, 2022

## ЗМІСТ

### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

<b>Васюк К. М., Боженко В. Г. ОБРАЗ МОРАЛЬНОГО ГЕРОЯ У МОЛОДІ: ПСИХОЛІНГВІСТИЧНИЙ АНАЛІЗ.....</b>	<b>7</b>
<b>Кошель Н. А. ДІАГНОСТИЧНІ КРИТЕРІЇ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СМИСЛОУТВОРЕННЯ В ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ.....</b>	<b>13</b>

### ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ; ІНЖЕНЕРНА ПСИХОЛОГІЯ

<b>Найчук В. В., Лесніченко Н. П., Кожухаренко М. О. ПРИЧИНИ ТА СПЕЦИФІКА ПРОЯВУ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ В ПРАЦІВНИКІВ ІТ-СФЕРИ .....</b>	<b>18</b>
<b>Хараджи М. В., Івашенко А. І. СУПЕРВІЗІЯ ЯК МЕТОД ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ ПСИХОЛОГА.....</b>	<b>23</b>

### МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

<b>Кабанцева А. В. МЕТОДОЛОГІЯ СКРИНІНГУ ОЦІНКИ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я: ПСИХОСОМАТИЧНИЙ АСПЕКТ.....</b>	<b>27</b>
<b>Куліш О. В., Сіпко Л. О. ВПЛИВ ЕМПАТІЇ НА ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ.....</b>	<b>32</b>
<b>Левус Н. І., Чопко Х. Б. ЦІННІСНО-ПОТРЕБОВА СФЕРА ОСІБ, ЯКІ НЕПРОФЕСІЙНО ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ.....</b>	<b>37</b>

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

<b>Вінс В. А., Кашпур Ю. М., Кузьменко Т. М. ГАРМОНІЗАЦІЯ МІЖСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖНИХ ПАР ЗАСОБАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ.....</b>	<b>42</b>
<b>Крамченкова В. О., Чепелева Н. І. ПОДРУЖНІ КОНФЛІКТОГЕНИ ЯК ОЗНАКА СІМЕЙНОЇ КРИЗИ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї.....</b>	<b>47</b>
<b>Ларін Д. І. ФОРМУВАННЯ ЕТНІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ.....</b>	<b>52</b>
<b>Мітлош А. В., Мудрик А. Б. СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ У КОНФЛІКТІ ОСІБ ІЗ ЗАЛЕЖНИМИ ФОРМАМИ ПОВЕДІНКИ .....</b>	<b>57</b>
<b>Overchuk V. A. PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF INTEGRATION TO THE ACTIVE SOCIAL LIFE OF A PERSON WITH SPECIAL NEEDS.....</b>	<b>62</b>

### ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

<b>Корсун С. І., Петер Плавчан, Йозеф Затько. ПРОФЕСІОГРАФІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКА ПОДАТКОВОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ.....</b>	<b>66</b>
<b>Пономаренко Я. С. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ОСОБИСТІСНИХ ФАКТОРІВ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З РІЗНИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНОЇ ЗДІЙСНЕНОСТІ.....</b>	<b>72</b>

### ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

<b>Белякова С. М., Бочаріна Н. А., Стеценко А. І. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ДОРΟΣЛИХ.....</b>	<b>77</b>
<b>Дубатовк В. С. ФЕНОМЕН МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА В УМОВАХ ЗМІН У ШКІЛЬНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....</b>	<b>83</b>
<b>Душкевич М. М., Барабашук Г. В., Корчак А. В. ПСИХОЕМОЦІЙНЕ САМОПОЧУТТЯ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ.....</b>	<b>88</b>
<b>Кучманіч І. М., Опанасенко Л. А. «ПСИХОЛОГІЧНА ПЛАТФОРМА МОДЕРАЦІЇ» ЯК ДІЄВА ТЕХНОЛОГІЯ ГРУПОВОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ.....</b>	<b>94</b>

<b>Лящ О. П.</b> ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ ТА КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ .....	99
<b>Михайлишин У. Б., Шмідзен І. Ю., Юхименко І. В.</b> ВПЛИВ КОНФОРМІЗМУ НА ФОРМУВАННЯ МІЖСОБИСТІСНОЇ АДИКЦІЇ СТУДЕНТІВ.....	104
<b>Міщиха Л. П., Коропецька О. М.</b> ПРОБЛЕМА СТАРОСТІ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПІДХОДІВ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ.....	110
<b>Столярчук О. А.</b> НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН УКРАЇНСЬКИХ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ.....	115
<b>Khavula R. M.</b> PSYCHOLOGICAL CAUSES AND FACTORS OF BOREDOM IN ADOLESCENCE.....	121
<b>Чіп Р. С., Кормило О. М., Гончаровська Г. Ф.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ .....	126

### **СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Литовченко В. П., Литовченко С. В.</b> БЕЗБАР'ЄРНІСТЬ СТОМАТОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПАЦІЄНТАМ З ОСОБЛИВИМИ КОМУНІКАТИВНИМИ ПОТРЕБАМИ: ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ ТА ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТИ.....	131
<b>Соколова Г. Б., Кравець Ю. О.</b> ДЕЯКІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК УМОВИ ЗАЛУЧЕННЯ ПІДЛІТКІВ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ДО СОЦІАЛЬНОГО ПРОСТОРУ.....	140

### **ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ**

<b>Войтюк О. А.</b> ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ РЕЛІГІЙНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ПРИКОРДОННИКІВ.....	144
<b>Романовська Д. Д.</b> ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ В ПЕРІОД ВІЙНИ: ЗАПИТИ, МЕТОДИКИ, АЛГОРИТМИ ДІЙ.....	148

### **ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ; ЕКОНОМІЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Власенко О. О.</b> РОЛЬ МОВЛЕННЯ ТА ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННСВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У КОМУНІКАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ УПРАВЛІННЯ ОРГАНІЗАЦІЄЮ.....	153
<b>Гейко Є. В., Горська Г. О., Радул І. Г.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ ПІДПРИЄМСТВА.....	158

## CONTENTS

### GENERAL PSYCHOLOGY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

**Vasiuk K. M., Bozhenko V. H.** THE IMAGE OF A MORAL HERO OF YOUNG PEOPLE: PSYCHOLINGUISTIC ANALYSIS.....7

**Koshel N. A.** DIAGNOSTIC CRITERIA AND METHODS OF RESEARCH OF FEATURES OF MEANING FOR MEANING IN ADULT.....13

### PSYCHOLOGY OF WORK; ENGINEERING PSYCHOLOGY

**Naichuk V. V., Liesnichenko N. P., Kozhukharenko M. O.** CAUSES AND SPECIFICS OF MANIFESTATION OF PROFESSIONAL BURNING SYNDROME IN IT EMPLOYEES.....18

**Kharadzhy M. V., Ivaschenko A. I.** SUPERVISION AS A METHOD OF PSYCHOLOGIST PROFESSIONAL DEVELOPMENT .....23

### MEDICAL PSYCHOLOGY

**Kabantseva A. V.** PUBLIC HEALTH ASSESSMENT SCREENING METHODOLOGY: PSYCHOSOMATIC ASPECT.....27

**Kulish O. V., Sipko L. O.** THE INFLUENCE OF EMPATHY ON THE FORMATION OF EMOTIONAL BURNING SYNDROME OF MEDICAL WORKERS.....32

**Levus N. I., Chopko Kh. B.** THE VALUE-NEEDS OF SPHERES WHO ARE UNPROFESSIONALLY ENGAGED IN SPORTS.....37

### SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

**Vins V. A., Kashpur Yu. M., Kuzmenko T. M.** HARMONIZATION OF INTERPERSONAL RELATIONS OF MARRIED COUPLES BY MEANS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING.....42

**Kramchenkova V. O., Chepelieva N. I.** MARRIAGE CONFLICTOGENS AS A SIGN OF A FAMILY CRISIS AT DIFFERENT STAGES OF THE FAMILY LIFE CYCLE.....47

**Larin D. I.** FORMATION OF ETHNIC PERSONALITY CONSCIOUSNESS IN THE CONTEXT OF SOCIALIZATION.....52

**Mitlosh A.V., Mudryk A.B.** BEHAVIORAL STRATEGIES IN CONFLICT OF ADDICTIVE PERSONS.....57

**Overchuk V. A.** PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF INTEGRATION TO THE ACTIVE SOCIAL LIFE OF A PERSON WITH SPECIAL NEEDS.....62

### LEGAL PSYCHOLOGY

**Korsun S. I., Peter Plavchan, Yozef Zatko.** PROFESSIOGRAPHIC STUDY OF THE ACTIVITIES OF THE EMPLOYEE OF THE TAX SERVICE OF UKRAINE.....66

**Ponomarenko Ya. S.** PSYCHOLOGICAL CONTENT OF PERSONAL FACTORS IN POLICE OFFICERS WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONALITY'S FULFILLMENTITY.....72

### PEDAGOGICAL AND AGE PSYCHOLOGY

**Bieliakova S. M., Bocharina N. A., Stetsenko A. I.** EMPIRICAL STUDY OF FEATURES OF ADULTS' VALUE ORIENTATIONS.....77

**Dubatovk V. S.** THE PHENOMENON OF YOUTH LEADERSHIP IN THE CONDITIONS OF CHANGES IN THE SCHOOL EDUCATIONAL ENVIRONMENT.....83

**Dushkevych M. M., Barabaschuk H. V., Korchak A. V.** PSYCHO-EMOTIONAL WELL-BEING OF TEENAGERS IN CONDITIONS OF BLENDED LEARNING.....88

**Kuchmanyh I. M., Opanasenko L. A.** PSYCHOLOGICAL PLATFORM OF MODERATION » AS AN EFFECTIVE TECHNOLOGY OF GROUP CONSULTING.....94

<b>Liasch O. P.</b> PECULIARITIES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROCRASTINATION AND COPY BEHAVIOR IN YOUNG PEOPLE.....	99
<b>Mykhailyshyn U. B., Shmidzen I. Yu., Yukhymenko I. V.</b> CONFORMITY INFLUENCE TO FORMATION OF INTERPERSONAL ADDICTION OF STUDENTS.....	104
<b>Mischykha L. P., Koropetska O. M.</b> THE PROBLEM OF SUCCESSFUL AGING IN THE CONTEXT OF MODERN PSYCHOLOGICAL APPROACHES: THEORETICAL ANALYSIS.....	110
<b>Stoliarchuk O. A.</b> LEARNING AND PSYCHOLOGICAL AND EMOTIONAL STATE OF THE UKRAINIAN ADOLESCENTS IN THE CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE.....	115
<b>Khavula R. M.</b> PSYCHOLOGICAL CAUSES AND FACTORS OF BOREDOM IN ADOLESCENCE.....	121
<b>Chip R. S., Kormylo O. M., Honcharovska H. F.</b> PSYCHOLOGICAL PARTICULARITIES DEVELOPMENT OF THE PERSONALITY IDENTITY OF TEENS.....	126
 <b>SPECIAL PSYCHOLOGY</b>	
<b>Lytovchenko V. P., Lytovchenko S. V.</b> BARRIERITY OF DENTAL CARE FOR PATIENTS WITH SPECIAL COMMUNICATIVE NEEDS: ORGANIZATIONAL AND PSYCHOLOGICAL.....	131
<b>Sokolova H. B., Kravets Yu. O.</b> SOME ASPECTS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL COMPETENCE AS CONDITIONS FOR INVOLVEMENT OF ADOLESCENTS WITH INTELLIGENCE DISORDERS IN SOCIAL SPACE.....	140
 <b>PSYCHOLOGY OF ACTIVITY IN SPECIAL CONDITIONS</b>	
<b>Voitiuk O. A.</b> THE FEATURES OF RELIGIOSITY INFLUENCE ON THE BORDER GUARDS' PSYCHOLOGICAL STATE.....	144
<b>Romanovska D. D.</b> PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS DURING THE WAR: NEEDS, METHODS, ALGORITHMS OF ACTION.....	148
 <b>ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY; ECONOMIC PSYCHOLOGY</b>	
<b>Vlasenko O. O.</b> THE ROLE OF SPEECH AND PROFESSIONAL-SPEECH COMPETENCE IN THE ORGANIZATIONAL MANAGEMENT COMMUNICATION PROCESS.....	153
<b>Heiko Ye. V., Horska H. O., Radul I. H.</b> PSYCHOLOGICAL PRINCIPLES OF ENTERPRISE PERSONNEL MANAGEMENT.....	158

## ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.95

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.1>**Васюк К. М.***кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології**ДВНЗ «Донецький національний університет імені Василя Стуса»***Боженко В. Г.***асистент кафедри психології**ДВНЗ «Донецький національний університет імені Василя Стуса»*

## ОБРАЗ МОРАЛЬНОГО ГЕРОЯ У МОЛОДІ: ПСИХОЛІНГВІСТИЧНИЙ АНАЛІЗ

THE IMAGE OF A MORAL HERO OF YOUNG PEOPLE:  
PSYCHOLINGUISTIC ANALYSIS

У статті представлений аналіз образу Морального Героя у сучасної молоді, виділені характерні ознаки, що представляють цей образ у свідомості сучасних юнаків і дівчат. Також здійснений теоретичний аналіз підходів до визначення категорії «мораль», «моральна свідомість». На основі теоретичного аналізу було проведене опитування молоді щодо особистісних рис Морального Героя в їх інтерпретації, виділені основні типи Морального Героя і сукупності особистісних рис, які дають змогу оцінити цей персонаж як «високоморальну особистість». За результатами опитування встановлено, що зокрема з них виділяються близькі люди, а також відомі персонажі. Показово, що сучасна молодь практично не орієнтується в якості морального еталону на релігійних діячів. Її моральний ідеал представлений медійними персонажами з Також молодь не має типового Морального Героя, він індивідуальний в кожного, але є тенденція орієнтуватися більше на акторів і співаків, політичні діячі представлені набагато менше. Дані результати свідчать про втрату інститутом сім'ї і релігійними інституціями авторитетного впливу на формування особистості молодої людини і перекладання цієї ролі на суспільні образи за допомогою механізмів проєкції та ідентифікації. Молодь в основному приваблюють фізична сила, мужність і сміливість, вольові якості, але в реальному житті в якості вибираються фемінні: толерантність, емпатія, доброзичливість. Це доказ незрілості моральної свідомості, коли молодь оцінює моральний ідеал відірвано від реальності. Додатково оцінювалось уявлення молодих людей про власний і суспільний рівні морального розвитку. Встановлено, що молоді люди високо оцінюють моральний рівень суспільства і свій власний, не вбачають значних проблем в цьому питанні, але персональний моральний рівень оцінюється суттєво вищим, ніж суспільний.

**Ключові слова:** мораль, моральний ідеал, моральний розвиток, моральна свідомість, персонаж, проєкція.

The article provides analysis of moral hero's image, which today's young people have. We selected characterizing features which presented this image in the consciousness of today's young men and women. The article conducts the theoretical analysis of the approaches to determination of the categories "moral", "moral consciousness", "moral person", "moral norm" etc. The survey of young people has been conducted about the personal Moral Hero's characteristics in their interpretation, the main types of Moral Hero and set of personal features, which provide an opportunity to evaluate this Hero as high ethical person have been selected based on the theoretical analysis. In the survey it has been established that Moral Heroes of today's young people are only several types. There are relatives and celebrities. It's significant that today's young people don't select as Moral Hero religious figures. Their moral ideal is celebrity such as actors, politics, scientists and fictional characters in literature and cinema. Young people don't have typical Moral Hero, he is individual for everyone but there is tendency to focus on actors and singers. Politics are less represented. The results show Institutes of family and religion have lost their influence on formation of young people's personalities. This role belongs to the social imagines through projection and identification. In general, young people like power, courage, volitional qualities, but in the real life they select feminine characteristics: tolerance, empathy, friendliness as positive moral characteristics. It's a proof of immature moral consciousness, when young people evaluate a moral ideal unrealistically. The qualities of celebrities are greatly exaggerated, and young people evaluate a moral ideal unrealistically. We also researched young people perceptions about personal and social level of moral development. It's been discovered that young people appreciated the level of moral development of social and themselves.

**Key words:** image, moral, moral consciousness, moral development, moral ideal, projection.

**Постановка проблеми.** Вічна проблема суспільства полягає в мінливості природі суспільних цінностей, які постійно міняються під впливом складних суспільно-еволюційних процесів. Цей процес вічний і нестримний, але інновації приймаються людьми з різною швидкістю. Тому інертна частина суспільства вступає у протиборство з прогресивною, звідси постійний конфлікт поколінь. Старше

покоління є «хранителем» традиційних цінностей, а молодше – рушієм змін, тому моніторинг моральних установок молодого покоління є дуже важливим для розуміння стратегічного напрямку руху суспільства в найближчій перспективі. Основу дій людини в значній мірі обумовлюють референтні особи. Та ж ситуація і в моральній сфері – моральні установки запозичуються від так званих «моральних героїв»

або еталонних образів, що можуть бути як реальними особистостями, так і вигаданими. Основним джерелом аналізу є опитування, бо саме в мовленні відображається семантика уявлень про ті чи інші об'єкти оточуючого світу. А запозичення моральних норм з загального переліку прийнятих є суто індивідуальним процесом. З цією метою ми провели дослідження уявлень молоді про такі моральні еталони, які в подальшому обумовлюють їх вчинки в ситуаціях моральних дилем. І важливість цього питання важко переоцінити, оскільки розуміння Морального Героя закладається в основу виховання майбутнього покоління, яке буде розбудовувати державу в найближчому майбутньому.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Перманентна актуальність проблеми моралі і велика кількість досліджень з цієї тематики з одного боку дає змогу всебічно дослідити це питання, а з іншого – створює методологічні труднощі у систематизації напрямків досліджень і термінологічній базі. Важливим для емпіричного дослідження, на нашу думку є визначення самого поняття мораль та всіх його складових, а також ключових чинників формування і трансформації моральних норм. Е.Г. Крахмальова вважає, що поняття моралі є абстракцією, яка виростає із конфлікту цінностей, але реальні суспільні конфлікти, включаючи і війни між державами, в основі своєї часто мають не стільки матеріальний аспект, скільки розходження культурних, релігійних і моральних норм і уявлень [5, с. 61]. Авторка аналізує еволюцію глобальних моральних ідеалів у історичному розвитку європейських держав, де періодично моральними еталонами були монахи, лицарі, «людина честі» як носій світської культури, куртуазна особистість як уособлення ерудованої і освіченої особистості. Також вона виділяє важливі характеристики об'єкту морально-виховного впливу для молоді, який повинен мати катарсичний ефект, бути яскравим і задіювати емоційні реакції.

Проблему джерел формування моралі неодноразово підіймали філософи у вимірі вроджене-набуте, зокрема, Дж Локк заперечував ідею її вродженості, вважаючи, що на шляху формування моралі кожній людині доведеться сформувати і засвоїти персональний формальний закон. Витоки проблеми морального еталону йдуть від виховання. Саме процес виховання сприяє формуванню базових уявлень про мораль. Звичайно, основні постулати моралі закладаються у дитинстві через батьківське виховання, але паралельно у цей процес активно втручаються соціальні інституції. Спочатку це школа, але в дорослому віці до цього процесу активно долучаються ЗМІ, і вплив їх важко недооцінити.

Р. Павелків зазначає, що моральність як риса особистості формується через процес усвідомлення особистістю моральної проблеми і вважається сформованою, коли особистість здатна її вирішувати. Це відбувається через процес рефлексії [8, с. 27].

С. Білозерська та С. Мащак деталізуючи етапи розвитку моральної свідомості виділяють наступні:

I-виховання батьків в дитячому віці, коли закладається базове розуміння добра і зла, любові, ширості, відданості тощо;

II-підлітковий вік характеризується усвідомленням моральних норм і обов'язковості їх виконання;

III-в юнацькому віці є прагнення утвердити свою незалежність, є спроби сформувати автономну систему моральних цінностей. Моральні знання є початковою ланкою формування стійкої системи моральної сфери особистості і, звичайно, гостро постає проблема джерела цих знань. Вони, логічно, мають бути відкриті для доступу, звичні і в той же час мати суспільний авторитет. Найкраще на цю роль підходять ЗМІ [2, с. 150].

Так, Т.О. Дейнегіна приводить у своєму дослідженні цілу низку прізвищ авторів, які займалися вивченням впливу ЗМІ, зокрема, телебачення, на фізіологічні процеси, розвиток психічних функцій, а також на вищі прояви спрямованості особистості, до яких входять і моральні норми. Серед них Г.В. Кузнецов, Р.А. Борецький, О.Я. Юровський, В.Л. Цвік, С.О. Муратов, М.І. Скуленко, Л.С. Гуревич, Брус Льюїс. Дані цих досліджень містять вагомі докази, що телебачення (а тепер вже і інтернет-простір) диктує моду, смаки і норми поведінки в сучасному світі). Враховуючи те, що найактивнішими користувачами мережі є молодь, то висновок щодо джерел сучасної моралі напрашується сам по собі [4, с. 73].

Українській дослідник С. Безклубенко емпіричним шляхом довів визначальну роль телебачення для формування моральної сфери молоді через декларацію цінностей, етичних норм. Основним засобом впливу є саме естетично-емоційні прийоми [1]. Але ЗМІ є не єдиним джерелом моральності, хоча і найсучаснішим. А.Л. Чумак акцентує увагу на релігії та міфології як важливому джерелі моральних цінностей. Він вважає, що моральність притаманна міфологічному стилю мислення і має несвідомий характер, тобто в процесі засвоєння цінностей відсутня критичність мислення індивіда [9, с. 89].

Одним з важелів дотримання моральних норм є совість, що включається в ситуації розходження реальної поведінки індивіда з його моральним ідеалом. Так, Е. Фромм виділяв два види совісті: авторитарну і гуманістичну. Авторитарна совість спирається на морального героя, яким може бути батьківська фігура, релігійний або громадський діяч. Ця особливість на сьогодні активно використовується ЗМІ для формування громадської думки, ось тільки наповнення цього еталону не завжди позитивне. Гуманістична совість більше орієнтується на власний досвід особистості, що за теорією моральних рівнів М. Кольберга, відповідає найвищим рівням морального розвитку [9, с. 88].

В українській виховній традиції, як зазначає А.І. Яремак, моральний ідеал нерозривно пов'язувався з естетичним, тому вочевидь те, що викликає естетичне задоволення, має більше шансів зайняти статус морального ідеалу. Це пояснює вибір в якості морального ідеалу представників масової



культури (співаків, акторів, митців). Основними рисами морального ідеалу українців автор виділяє справедливість і гуманність. Ці ознаки втілювалися через твори письменників та митців протягом останніх 2 століть. Але цікавим було б простежити динаміку сьогодення [11, с. 696].

**Виклад основного матеріалу.** З метою дослідження образу Морального Героя нами було проведено опитування молоді у віці 18-22 років у кількості 147 осіб, серед яких 67 хлопців та 80 дівчат, які здобувають вищу освіту в Донецькому національному університеті імені Василя Стуса. В якості діагностичного інструментарію використовувалась авторська анкета з 10 питань і вільний асоціативний тест, який з'ясував основні асоціації на термін «мораль». В результаті емпіричного дослідження визначались ті поняття, з якими асоціюється термін «мораль», а також визначались якості людини, що роблять її моральною або, навпаки, аморальною. Додатково вивчалися уявлення про моральні явища, тобто змістове наповнення категорії «мораль».

Два питання присвячувались оцінці загального рівня морального розвитку суспільства і свого власного за допомогою техніки шкалювання за 10-бальною шкалою. К. Роджерс вказує на те, особистості схильні переоцінювати себе у порівнянні з іншими – і це здорова реакція. Ця тенденція виявилася і в нашому дослідженні. В цілому рівень морального розвитку оцінюється респондентами достатньо позитивно. З цією метою молодим людям запропонували оцінити за 10-бальною шкалою рівень моральності власний і оточуючих, де 1 – це практично повна відсутність моралі, аморальна поведінка, а 10 – максимальна моральність. Результати представлені в таблиці 1.

Встановлено, що у випадку оцінки власного морального рівня відбувається незначне зміщення акцентів у бік високих значень, є повна відсутність низьких показників і мало представлених середніх.

При оцінці суспільної моралі є поодинокі крайні негативні оцінки і майже 22% середніх значень, хоча основний акцент все одно зміщено до високих оцінок. Це свідчить про виражений оптимізм щодо рівня моральності суспільства і відносний комфорт у спілкуванні з оточенням, коли воно сприймається законотворчим і моральним, а не ворожим.

Статистичний аналіз за допомогою кутового перетворення Фішера показав значущі відмінності між показниками з 5 по 9 рівень за шкалою в таблиці 1. На рівні статистичної значущості  $p \geq 0,01$  кожен. При цьому радикально високі показники демонструються в оцінці власної моралі, а в оцінці суспільної моралі є більша тенденція до помірних оцінок.

Конкретизуємо особистісні характеристики високоморальної особистості. На першому етапі було визначено, в яких саме персонажах втілюються найкращі моральні якості, на думку наших досліджуваних. Діапазон таких персонажів виявився досить широким, тому ми згрупували їх у декілька категорій:

1. Реальні особи з близького оточення опитаних, до яких входять батьки (10,6%), брати і сестри (2,1%), друзі (2,1%), бабусі і дідусі (2,1%), інші родичі (2,1%). Загалом ця група склала 21,1% від загальної кількості респондентів.

2. Релігійні діячі також були представлені в переліку, але вони не користуються особливим визнанням молоді. На цих осіб орієнтуються всього 8,6% молоді. Зокрема це Ісус та Мати Тереза.

3. Моральним взірцем є сам опитаний. Ці егоцентричні тенденції також не поширені, але присутні у 2,1% опитаних.

4. Не мають свого морального ідеалу 6,4% опитаних

5. Публічні персони представляють ліву частку моральних еталонів сучасної молоді. Це в основному дві категорії особистостей: або вигадані персонажі (герої фільмів, казок, легенд тощо), або реальні медійні персони (відомі актори, співаки, політики, науковці і громадські діячі).

З одного боку це цілком логічно, бо опитувані не мають особистого контакту з такими персонажами, отже на них легше проєкуються позитивні очікування і ідеалізовані риси, а реальні недоліки не сприймаються так гостро, як у близьких людей. З іншого боку це створює благодатний ґрунт для маніпуляцій суспільною свідомістю. Не дивлячись на те, що досліджували особи юнацького віку, моральні еталони були досить дитячими, наприклад, Гаррі Поттер, Попелюшка чи Джеймс Бонд, Людина павук, Ілля Муромець, Капітан Америка або Зорро. Загалом таких казкових персонажів обрали в якості морального ідеалу 29,8% опитаних.

Зазначимо, що особливості єдності у виборі не було. Персонажі були різними, їх об'єднували саме риси казковості, вигаданості та героїзації, що закладена авторами-розробниками історій про них. Спільними для цих героїв були риси мужності, гіперболізація їх сили і сміливості, розуму тощо. Другий тип казкових моральних героїв представляють чисті і ніжні створіння на кшталт Попелюшки або Елізабет Беннет, які практично не мають вад, притаманних звичайним людям.

Окрему чисельну категорію складають реальні особистості, які героїзовані ЗМІ. Серед відомих особистостей лідирують співаки і актори (29,8%) та політики (8,6%). Хоча певні повтори зустрічаються,

Таблиця 1

**Шкала оцінок власного і суспільного рівня морального розвитку (%)**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Власна мораль	0	0	0	0	2,1	4,3	21,3	46,8	25,5	0
Суспільна мораль	2,1	0	0	2,1	17	14,9	44,7	17	2,1	0

наприклад акторка Анжеліна Джолі та політик Володимир Зеленський. Такий вибір говорить про динамічність у зміні моральних героїв, підвладність віянням часу, залежність молоді від суспільної думки, яка активно пропагується у ЗМІ.

Певна частина опитаних орієнтується на суспільних активістів, зокрема волонтерів (4,2%) та науковців (2,1%), але ці тенденції не превалюють. В сукупності на категорію медійних особистостей припадає 44,7 % виборів, що є значною часткою.

Повертаючись до дослідження А.Л. Чумака щодо релігійних, первісних форм моралі, які носять некритичний стиль засвоєння і часто характеризуються жорстокістю, не зовсім погоджуємось з цим. На нашу думку, сучасний спосіб засвоєння моралі не дуже далеко пішов від міфологічного. Зміна морального ідеалу з міфологічного героя на героя популярних шоу чи фільмів не міняє суті ситуації, коли моральний ідеал також засвоюється некритично, а моральний герой сприймається як ідеальний, без недоліків з гіпертрофованими позитивними рисами. Теж саме стосується «аморальності». Випадки жорстокості сучасної моралі теж присутні в достатній кількості, і лише їх звичність для нас формує своєрідну толерантність. Ми звикаємо не помічати, не загострювати увагу на цих проявах.

В цьому контексті доцільно буде вживати термін «моральна звичка» як визначення явища некритичного ставлення до моральних норм або ситуації їх недотримання при систематичному їх порушенні. Тобто виховуючись у певному середовищі, людина звикає або до високої моральної культури і сприймає її як належне, або до низької. В останньому випадку суттєве порушення моралі її не обурює, тобто формується певна толерантність, обумовлена звиканням до аморальних умов існування. А Говорун вважає, що дана особливість і дотепер використовується в процесі виховання дітей.

Разом з моральною звичкою доцільно розглядати і поняття *моральної стійкості*, яку І.В. Моїсеева визначала як інтегроване утворення моральної свідомості особистості, яке полягає у вольовій саморегуляції, невід'ємними аспектами якої є резистентність: протистояння негативним впливам соціального середовища, що ґрунтуються на критичному мисленні, моральних переконаннях, значущості духовно-моральних ідеалів, цінностей та смислів [6, с. 73]. Результати нашого дослідження перевершують з дослідженнями А.І. Яремака, який зазначав, що моральний герой тісно переплітається з естетичним [11]. І у сучасній молоді бачимо ту ж тенденцію до орієнтацій на культурних діячів і публічних персон, ефективно впровадження моральних іде-

лів через фільми, музику та інші жанри популярної культури. Звичайно при цьому ми не надаємо оцінку якісному наповненню такого ідеалу.

Згадуючи думку Р. Павелківа щодо обов'язкової для розвитку моральності усвідомленості моральних норм, виражаємо сумнів, що сучасна молодь має достатню рефлексію рис морального героя [8, с. 28]. В основному її вибір ґрунтується симпатіях щодо цього персонажу, який, вочевидь, відповідає власним цінностям і уявленням у досліджуваних, ніж об'єктивним нормам моралі, що існують у великих соціальних групах. 76% опитаних мають труднощі з визначенням конкретних рис, які роблять даного персонажа моральним еталоном. При цьому, перелік моральних якостей і категорій у них досить великий, бо включає 43 категорії. Також цьому переліку характерна розлогість, що свідчить про індивідуалізованість системи моральних цінностей, хоча можна виділити декілька груп якостей: власне моральні (чесність, милосердність, доброта, безкорисливість тощо), але сюди включені і ті якості, які мало стосуються моральної сфери, а стосуються, наприклад, вольової сфери (мужність, рішучість, героїзм), також включалися до переліку мотиваційні компоненти, наприклад, цілі в житті, прагнення зробити світ кращим.

Таке розмаїття ознак є додатковим доказом того, що молодь має низьку усвідомленість поняття «мораль» і обирає Морального «Героя» не на основі класичних моральних ознак, а відповідно навіяним в суспільстві уявленням про популярну особистість. Звідси, моральний герой – це носій максимальної кількості загально визнаних в історії людства моральних якостей, а популярна особистість, яка сприймається дещо ідеалізовано через свою віддаленість від публіки, але цінується вона далеко не завжди за моральні якості.

Також окрему проблему складає поведінковий аспект. Дослідники моралі найчастіше застосовують різні способи опитування щодо моральних установок, уявлень, тобто по суті теоретичних знань про моральну сферу. Але моральна сфера включає в себе також моральні почуття і моральні вчинки, які є вагомими аспектами моральної сфери. Знати моральну норму і емоційно ставитися до неї або діяти у відповідності до моральної норми – це різні речі. Зазвичай основна методологічна проблема в тому, що дослідник виявляє моральні переконання, установки, що є теоретичною складовою моральної свідомості і по суті пасивною, а от рушійна сила дії – моральні почуття і власне моральні вчинки дослідити набагато важче. Прикладом цього є дослідження О.М. Молчанової, яка проводила дослідження 335 студентів за

Таблиця 2

**Результати порівняльного аналізу оцінки рівня власного і суспільного рівня розвитку моралі за кутовим перетворенням Фішера**

Градація оцінки	Оцінка 5	Оцінка 6	Оцінка 7	Оцінка 8	Оцінка 9
Емпіричне значення	9,91	9,56	3,18	3,69	3,72
Критичне значення	p0,05= 1,64 p0,01= 2,31				

методикою вибір і встановила, що активну моральну позицію за даними опитування займають 59,72% підлітків і 48,06% юнаків, але це на словах [7, с. 136]. В реальності моральні вчинки в ситуації морального вибору здійснюють ледве половина з заявленої кількості. Звичайно тут слід робити поправку на рівень освіченості, соціальне походження тощо, але факт розходження декларованих опитуваними моральних норм і їх реальне дотримання очевидний.

Основні моральні якості, які цінуються у морального героя, приведені в таблиці 3. Зауважимо, що через велику кількість компонентів, ми не приводимо абсолютно всі значення, а деякі (дуже близькі за змістом) довелось згрупувати у класи. Також не враховувались поодинокі, надто оригінальні відповіді.

Загальна сума відсотків є більше, ніж 100%, тому що респонденти могли давати більше однієї відповіді в переліку якостей. Як бачимо з таблиці 3., найчастіше моральний герой цінується за комунікативні якості: дружелюбне і співчутливе ставлення до інших, прагнення допомогти, а на другому місці зі значним відривом фігурують вольові якості. Хоча наш реальний аналіз героїв, що обирали респонденти на перший план висуває саме вольові якості: мужність, відвагу тощо. Майже чверть опитаних цінує в моральному герої здатність до самопожертви. Важливим є також і зовнішнє дотримання норм: ввічливість, порядність, благородство.

Отже, складається враження, що моральний герой сучасної української молоді уособлює в собі більше риси м'якої, толерантної особистості, яка здатна до самопожертви, але пасивно, не на полі бою. Також вона чесна і порядна в той же час ми бачимо, що недостатньо представлені вольові якості, які виражають прагнення до активної боротьби, відстоювання власних інтересів і захисту інших. Вірогідно, саме трактування моралі не асоціюється з активною життєвою позицією. В свідомості українців це уособлення м'якості, толерантності і відкритості до людей, тобто моральний герой носить риси фемінності, не зважаючи якої він статі.

Наразі важко точно визначити джерела формування такого набору рис. Схиляємось на користь комплексного впливу сімейного і шкільного виховання, що ґрунтується на толерантній, відкритій народній традиції світосприйняття. Також свій внесок роблять засоби масової інформації. Як бачимо

з переліку моральних героїв, вплив ЗМІ не потрібно недооцінювати, він є одним з вирішальних, тому що ті ж батьки, які виконують роль перших вихователів моральної свідомості дитини і є носіями морального прикладу, особливо в ранньому дитинстві, теж знаходяться під щоденним впливом ЗМІ.

На нашу думку, домінування в моральній свідомості як еталонних рис фемінного типу є скоріше негативним явищем, бо демонструє виражену пасивність і терпимість до проявів зла. Можемо припустити, що така ситуація має глибші витoki, з генетичної пам'яті, що передається за допомогою культурних традицій, фольклору, виховання в сім'ях, але подібні припущення потребують додаткової експериментальної перевірки.

Важливо розуміти самі складники моральної свідомості, на які чиниться вплив вище означених агентів. На основі теоретичного аналізу виділені такі компоненти моральної свідомості, як моральні знання, моральні переживання (почуття) та моральна поведінка. Сам досвід життя демонструє, що моральні знання і моральні переживання – не одне і те ж саме. А сильні моральні переживання не завжди призводять до реалізації морального вчинку.

**Висновки.** Таким чином, сучасна молодь не має однозначних моральних героїв, а також не усвідомлює відмінності моральних рис від вольових, плутає моральність і популярність, що дає великі можливості ЗМІ формувати потрібні моральні установки у молоді через агентів впливу, якими являються відомі особистості. Ще класик Л.С. Виготський головними джерелами моралі вважав культуру і мистецтво. В цілому ця ситуація зберіглася з тією різницею, що основним джерелом мистецтва є не театр чи література, а кінофільми й інтернет-сайти.

Не дивлячись на те, що деякі дослідники (Ж. Піаже, Л. Кольберг, Ф. Райс) моральний розвиток особистості пов'язують з когнітивними характеристиками, ми вважаємо, що це важливо лише для процесу засвоєння певних моральних норм, розуміння їх суті важливості, але для реалізації власне морального вчинку головнішою є емоційний компонент, який мотивує людину в конкретний момент зробити моральний вибір, здійснити вчинок, в тому числі і пост-фактум не відчувати докори сумління. В цьому випадку може діяти як мотив досягнень, так і мотив уникнення (докорів сумління).

Таблиця 3

Основні якості Морального Героя у молоді

Назва якості	Доля вибірки (%)
Альтруїстичне, дружелюбне, співчутливе ставлення до людей, прагнення допомогти (толерантність, емпатія, доброзичливість, щедрість, альтруїстичність, милосердність тощо)	74, 5%
Вольові якості: мужність, героїзм, відвага, впевненість	36,2%
Усвідомленість, розуміння, прагнення діяти по справедливості	14,9%
Етичні якості: ввічливість, чесність, і відкритість, порядність, вірність	34,04%
Якості, пов'язані з самопожертвою на користь інших: самовідданість, обов'язок, страждання, безкорисливість	23,4%
Відстоювання власної гідності і честі, впевненість в собі	8,5%

Перспективами подальших досліджень є робота напрямків просвітницької роботи з молоддю з проблем усвідомлення моральних цінностей, орієнтація на моральні еталони, які будуть формувати суспільно корисні установки у широких соціальних групах. Враховуючи думку М.Г. Яновської про те, що моральні почуття формуються раніше моральних

уявлень, логічно, що спочатку акцент у формуванні цих еталонів потрібно робити на емоційні переживання [10]. Вірогідно, процес прийняття вище означених персонажів в якості моральних еталонів відбувався тим же шляхом – дані персонажі були визначені в якості моральних героїв, бо викликали симпатії або і глибші почуття.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Безклубенко С. Відеологія: основи теорії екранних мистецтв. Київ. 2004. 328 с.
2. Білозерська С., Мащак С. Психологічна готовність молоді до засвоєння морально-духовних цінностей. Гірська школа українських Карпат. № 8-9. 2013. С. 149-153.
3. Говорун А. Про формування моральної звички в українській педагогічній думці. Історія педагогічної думки. № 2. 2009. С. 13-18.
4. Дейнегіна Т.О. Телебачення як особливий чинник впливу на духовно-моральний світ сучасної молоді. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. Вип 5 (52). 2012. С. 71-79.
5. Крахмалева Е.Г. Морально-нравственный идеал в истории культуры. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. Вип 2(43). 2011. С. 60-72.
6. Моїсеєва І.В. Компонентно-критеріальна структура моральної стійкості підлітків. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. Вип. 9. 2012. С. 71-78.
7. Молчанова О.М. Психологічні особливості моральної саморегуляції в юнацькому віці. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. Вип. 10. 2012. С. 134-143.
8. Павелків Р. Структура, зміст і детермінанти морального розвитку особистості: ретроспекція і перспективи. Інноватика у вихованні. Вип. 1. 2015. С. 24-38.
9. Чумак А.Л. «Природна моральність» як форма гуманістичної нормативної регуляції поведінки. Гуманітарний часопис. № 4. 2015. С. 86-91.
10. Яновська М.Г. Эмоционально-ценностные технологии нравственного воспитания. Киров: ВГПУ. 1998. 93 с.
11. Яремак А.І. Антропоцентричні основи взаємозв'язку естетичного і морального ідеалів у світоглядних орієнтаціях українських мислителів останньої чверті ХІХ-початку ХХ ст. Гілея: науковий вісник. 2013. Вип. 72. С. 696-701.

## ДІАГНОСТИЧНІ КРИТЕРІЇ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СМИСЛОУТВОРЕННЯ В ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ

### DIAGNOSTIC CRITERIA AND METHODS OF RESEARCH OF FEATURES OF MEANING FOR MEANING IN ADULT

Сучасна невизначеність соціальної, економічної та політичної ситуації змушує людину постійно визначатися у своїй позиції та погляді на світ. Вирішення цього важливого питання пов'язано насамперед з активністю свідомості особистості, яка спрямована на виявлення смислів подій, що відбуваються, та осмислення власного життя. Ведеться постійний пошук нових смислів, на основі яких можна було б визначити своє місце і життєву роль у змінюваній реальності. Важливо знати особливості процесу перетворення потреб в мотиви і загалом смислоутворення у дорослих.

Отже, визначення психологічних особливостей смислоутворення у дорослому віці є актуальним науковим і практичним завданням. У статті представлено методики для дослідження процесів і психологічних особливостей смислоутворення в дорослому віці. Також було визначено рівні та критерії смислоутворення людини в дорослому віці за ієрархічним принципом (від найменш сформованого до найбільш сформованого рівня смислоутворення). Побудована структура дослідження особливостей смислоутворення людей дорослого віку з наступними методиками: самоактулізаційний тест (САТ), тест-опитувальник Кеттелла (16 PF), спрямований на дослідження соціально обумовлених диспозицій (характеру) особистості індивідуальні відмінності в розвитку тих чи інших властивостей особистості, 16-шкальний семантичний диференціал, шкала атитюдів, методика кордонних смислів (МКС) Д. А. Леонтьєва, методика Г. А. Амінєва: «Заповіді блаженства». Представлений методичний інструментарій було використано для аналізу психологічних особливостей смислоутворення у дорослому віці. Отримані результати дослідження можуть бути використані в практичній роботі психологів з клієнтами дорослого віку для виявлення психологічних особливостей та проведення діагностики смислоутворення у дорослому віці.

**Ключові слова:** методики дослідження, дорослий вік, смислоутворення, сенс, сенс життя, життя дорослої людини.

The current uncertainty of the social, economic and political situation forces a person to constantly determine his position and view of the world. The solution to this important question is connected first of all with the activity of the individual's consciousness, which is aimed at discovering the meanings of the events that are taking place and understanding one's own life. There is a constant search for new meanings, on the basis of which it would be possible to determine their place and vital role in changing reality. It is important to know the peculiarities of the process of transforming needs into motives and meaning in general in adults. Thus, determining the psychological features of meaning-making in adulthood is an urgent scientific and practical task. The article presents methods for studying the processes and psychological features of meaning-making in adulthood. The levels and criteria of meaning-making in adulthood according to the hierarchical principle (from the least formed to the most formed level of meaning-making) were also determined. The structure of the study of the peculiarities of the formation of meaning of adults with the following methods: self-actualization test (CAT), Kettell test questionnaire (16 PF), aimed at studying socially determined dispositions (character) of the individual differences in personality traits, 16-scale semantic differential, scale of attitudes, method of boundary meanings (ISS) DA Leontiev, method GA Aminev: "Commandments of Bliss". The presented methodological tools were used to analyze the psychological features of meaning-making in adulthood. The results of the study can be used in the practical work of psychologists with adult clients to identify psychological characteristics and diagnose the formation of meaning in adulthood.

**Key words:** research methods, adulthood, meaning formation, meaning, meaning of life, adult life.

**Вступ.** Методика дослідження особливостей смислоутворення в дорослому віці ґрунтується на думці, що передбачуване майбутнє дорослої людини представлено в її свідомості як складне утворення, що має смислові й емоційні складові. Конкретний зміст образу минулого, сьогодення та майбутнього в свідомості дорослої людини співвідноситься з її світосприйняттям, з притаманними їй способами категоризації дійсності, а також з її мотиваційними, комунікативними та індивідуальними стильовими характеристиками. Життя дорослої людини оцінюється як єдність її зв'язків зі світом. Поняття сенсу є не тільки надбанням науки, воно є елементом свідомості дорослої людини. Джерелом смислів

у дорослому віці, за нашим переконанням, виступає сама людина. Методика дослідження базується на думці, що людина дорослого віку має знайти відповідь на питання – в чому сенс її власного життя, навіщо взагалі люди живуть. Доросла людина має розуміти і відчувати, навіщо вона живе у цьому світі, заради чого їй необхідно діяти. Людина у дорослому віці вибудовує своє життя у відповідності до умов світу, що її оточує. Вона прагне відчувати цінність життя, поруч з усім, що їй в світі цікаво. Якщо людина навчилася розуміти і відчувати ціннісний зміст свого життя, ті умови, в яких протікає її життя, стають для неї у певній мірі вторинними. Тема сенсу життя актуальна у дорослому віці, адже в цей період

людині потрібно налагоджувати, облаштовувати своє життя, відстоювати і втілювати те, що вважається їй правильним. Існуючі наукові розробки приділяють недостатню увагу дослідженню усвідомлених мотивів і смислоутворення у дорослих. Недостатня наукова розробленість обумовили актуальність представлено дослідження, мета якого – представити методичний інструментарій для дослідження процесів і психологічних особливостей смислоутворення в дорослому віці.

Структура дослідження особливостей смислоутворення людей дорослого віку представлена в таблиці 1.

Проаналізуємо представлені в таблиці 1 методики.

У своєму дослідженні ми виходимо з думки, що орієнтація на автономну систему цінностей, інтенсивне переживання сенсу свого життя, відповідальності за свою діяльність найбільшою мірою властиве для самоактуалізованої людини дорослого віку. Для вимірювання рівня самоактуалізації респондентів використано **самоактуалізаційний тест САТ** [6].

Тест САТ розроблений на основі опитувальника особистісних орієнтацій (POI – Personal Orientation Inventory), що був створений американським психологом і психотерапевтом Е. Шостромом в 1963 році. POI розроблявся на основі теорії самоактуалізації А. Маслоу, концепції психологічного сприйняття часу та тимчасової орієнтації суб'єкта Ф. Перлза і Р. Мея, ідей К. Роджерса, та інших теоретиків екзистенціально-гуманістичного напрямку в психології. Адаптація тесту POI була здійснена Л. Я. Гозманом і М. В. Крозом і Н. Ф. Калиною. У варіанті Л. Я. Гозмана, М. В. Кроза і М. В. Латинською методика Е. Шострома зазнала суттєвих змін, фактично був створений «Самоактуалізаційний тест» (САТ).

САТ складається зі 126 пунктів, кожен з яких включає два судження ціннісного або поведінкового характеру. Респондент має вибрати те судження, яке більше відповідає його цінностям або яке більш властиве його реальній поведінці.

САТ вимірює самоактуалізацію як багатовимірну величину. Основними, базовими шкалами САТ є перша шкала – «компетентності в часі» і друга шкала «підтримки». Теоретична основа для включення шкали «компетентність в часі» в САТ базується на ідеї Д. Рісмана про спрямовуючі особистісті «внутрішні» і «зовнішні» фактори. Емпірична основа для включення в тест САТ шкали «компетентність в часі» міститься в роботах Ф. Перлза і Р. Мея, які встановили, що рівень «підтримки» відповідає ступеню незалежності цінностей і поведінки дорослої людини від зовнішнього впливу. Для дорослої людини високий рівень за шкалою «компетентність в часі» вказує на її здатність жити «справжнім» і разом з тим бачити власне життя цілісним, тобто усвідомлювати зв'язки між своїм минулим і сьогоденням, передбачувати майбутнє, зіставляючи його з власними діями та подіями сьогодення та минулого.

Наступні дванадцять шкал САТ орієнтовані на реєстрацію окремих аспектів самоактуалізації особистості.

Останні дві шкали – «пізнавальних потреб» і «креативності» були включені в САТ Л. Я. Гозманом і М. В. Крозом, виходячи з їх висновку, що творчість особистості є важливою складовою самоактуалізації людини (ці шкали відсутні в POI).

Для оцінки власної системи цінностей найбільше значення мають перші дві додаткові шкали, що оцінюють відповідно самі цінності самоактуалізації особистості й особливості їх реалізації в поведінці, а також шкала внутрішньої-зовнішньої підтримки цінностей, до якої відноситься 90 питань з усіх 126 пунктів тесту. Необхідно відзначити, що розробники САТ – Л. Я. Гозман, М. В. Кроз, М. В. Латинська фактично ототожнюють «зовнішню підтримку» цінностей з екстернальним локусом контролю.

Характерологічні особливості як певна програма поведінки (ставлення до світу, співвідношення себе зі світом і відчуження себе у світі) досліджувались за допомогою **16-факторного особистісного опитувальника Р. Б. Кеттелла** [4]. Цей опитувальник призначений для діагностики варіабельних рис характеру (товариськість, інтелектуальні якості, емоційна стійкість тощо – всього 16 основних груп якостей). Результати проведених досліджень індивідуально-психологічних особливостей за психологічними критеріями за допомогою 16-факторного особистісного опитувальника Р. Б. Кеттелла дозволили побудувати узагальнені «психологічні профілі (портрети)» за рядом факторів:

Фактор «С» діагностує ступень емоційної стійкості людини, її терпимості, схильності до вирішення проблем;

Фактор «Е» діагностує ступень податливості, поступливості, залежності, конформності;

Фактор «L» діагностує ставлення до людей, ступень егоцентричності, настороженості по відношенню до людей;

Фактор «Q<sub>3</sub>» діагностує здатність людини до самоконтролю, силу волі, точність у виконанні соціальних вимог, контроль за своїми емоціями;

Фактор «Q<sub>4</sub>» діагностує флегматичність, мотивацію;

Фактор «В» діагностує кмітливість, мислення, вміння аналізувати причинно-наслідкові зв'язки, уміння робити осмислені висновки;

Фактор «F» діагностує заклопотаність, серйозність, схильність заглиблюватись в себе, песимістичні настрої;

Фактор «M» діагностує практичність, жвавість реакцій на практичні питання, схильність приділяти увагу дрібницям;

Фактор «Q<sub>1</sub>» діагностує консерватизм, прагнення до підтримки встановлених норм, принципів, традицій, заперечення необхідності змін;

Фактор «Q<sub>2</sub>» діагностує самостійність рішень і поглядів;

Фактор «А» діагностує сердечність, здатність встановлювати контакти;

Фактор «Н» діагностує рішучість, схильність до входу у себе;

**Психологічні методики дослідження смислоутворення у дорослому віці**

1. Самореалізація як ставлення людини до свого майбутнього	
Самоактулізаційний тест (САТ)	САТ вимірює самоактуалізацію за двома базовими і за рядом додаткових шкал: 1. Шкала компетентності в часі – вимірює здатності суб'єкта жити справжнім, відчувати нерозривність минулого, сьогодення та майбутнього, тобто бачити своє життя цілісним; 2. Шкала підтримки – вимірює ступінь незалежності цінностей і поведінки суб'єкта від зовнішнього впливу; 3. Шкали ціннісної орієнтації – вимірює автономну систему цінностей, 4. Шкала гнучкості поведінки – вимірює особливості реалізації цінностей в поведінці; 5. Шкала сензитивності до себе – вимірює рівень здатності віддавати собі звіт щодо власних потреб і почуттів, вимірює, як добре людина відчуває та рефлектує їх; 6. Шкала спонтанності – вимірює здатність людини спонтанно та безпосередньо висловлювати свої почуття; 7. Шкала самоповаги – вимірює здатність цінувати себе, свої гідності, позитивні якості, самоповагу; 8. Шкала самоприйняття – вимірює ступінь прийняття себе таким (такою), як є насправді, незалежно від оцінки оточуючих; 9. Шкала уявлень про природу людини – вимірює здатність приймати людей у їх більшості позитивно; 10. Шкала синергії – вимірює здатність сприймати світ і людей цілісно, але разом з тим розуміти зв'язок між протилежними явищами, властивими людям і світу; 11. Шкала прийняття агресії – вимірює здатність приймати свої негативні стани, як агресивність, гнів тощо як природні (маються на увазі ті прояви, що не мають відношення до злочинних дій); 12. Шкала контактності – вимірює здатність швидко встановлювати емоційні контакти; 13. Шкала пізнавальних потреб – вимірює прагнення до отримання нових знань; 14. Шкала креативності – вимірює спрямованість особистості до креативності, творчості у різних видах їх прояву.
2. Характерологічні особливості особистості «Я-концепція»	
Тест-опитувальник Кеттелла (16 PF), спрямований на дослідження соціально обумовлених диспозицій (характеру) особистості індивідуальні відмінності в розвитку тих чи інших властивостей особистості	Крім основних 16 факторів дозволяє виділити фактори другого порядку, з яких для нас особливе значення мають: – екстраверсія-інтроверсія – тривожність-приспосованість – незалежність-покірність – суб'єктивізм-реалізм – рівень інтелекту і високе «супер-Его» – низьке «супер-Его»
16-шкальний семантичний диференціал	Вимірювання ставлення до життя як базового смислового утворення – оцінка «якості» життя «моє життя»
Шкала аттитюдів	Дослідження основних смислових категорій образу минулого, сьогодення та майбутнього
3. Образ світу як система відносин людини до світу, зі світом і до себе в світі, і як результат відносин людини з середовищем	
Методика кордонних смислів (МКС) Д. А. Леонтьєва	Аналіз індивідуального сприйняття реальності, як динамічної смислової системи свідомості. Методика дає можливість дослідити кордонні смисли через призму індивідуального світогляду. Динамічна смислова система (ДСС) несе в собі сутнісні характеристики особистості як цілого і може розглядатися як повноправна одиниця її аналізу. ДСС може займати другорядне або третьорядне місце в структурі особистості, бути невеликою (нерозгалуженою) і перебувати на периферії, не втрачаючи при цьому своєї відмінної риси – автономності, окремо. Від того, в які ДСС входять ті чи інші смислові структури, залежить їх внесок в регуляцію життєдіяльності особистості. Структура ДСС, що відображає стійку ієрархію відносин суб'єкта зі світом, може проектуватися в свідомість безпосередньо – у формі самосвідомості, образу Я, – або більш опосередковано – у формі структур світогляду, які також виконують функцію самосвідомості суб'єкта, однак самосвідомості не ізольованого індивіда, а представника людства як родової спільності
Методика Г. А. Амінєва: «Заповіді блаженства»	Дозволяють оцінити розвиненість духовних якостей особистості за наступними параметрами: духовна сила, духовна краса, духовна активність, примноження зла безвідповідальність, егоїзм, прагнення до панування, скромність, співчуття, емпатія, смирення, правдивість, милосердя, широкердя, миротворчі, миролюбний, радість подвижництва, гнані.

Фактор «І» діагностує реалістичність поглядів, ступень залежності від інших, самовпевненість;

Фактор N діагностує прямолінійність, проникливість, дипломатичність;

Фактор «О» діагностує впевненість у собі, чутливість до думки інших про себе;

Фактор «G» діагностує ступень соціальної організованості, гнучкість по відношенню до соціальних норм, міру відповідальності, силу «супер-его».

Для дослідження ставлення до життя як базового смислового утворення у дорослому віці використано **16-шкальний семантичний диференціал Є. Ю. Артем'євої** [2].

Респонденти мали оцінити поняття «Моє життя». Для цього їм було запропоновано оцінити власне уявлення про своє життя.

З позицій психологічного аналізу проблематика представленості людини в часі зачіпає специфіку світосприйняття конкретної особистості, властиві їй способи категоризації дійсності, специфічну мову особистості. Зручні методичні засоби представляє психосемантика – область психологічної науки, що досліджує процеси категоризації на різних рівнях психіки, і в першу чергу, на рівні буденної, життєвої свідомості, в тому числі й образно-пізнавальні структури свідомості, що репрезентують образ минулого, сьогодення і майбутнього як невід'ємну складову життєвого світу людини у дорослому віці. Для цієї мети використано методика – варіант семантичного диференціала «**Аттитюди часу**» (Нютгена-Муздибаєва) [7], що дозволяє виділити смислові характеристики образу минулого, сьогодення і майбутнього. Методика заснована на базі 15 двополюсних шкал прикметників – антонімів, що дозволяють оцінити емоційно-оціночні і денотативні аспекти значень.

Далі було проведено порівняння динамічних смислових систем свідомості. Розуміння «образу світу» (за визначенням О. М. Леонтьєва в рамках діяльнісного підходу) людини дорослого віку як цілісного образу об'єктивного світу, інтерпретацію реальності, що дозволяє орієнтуватися в сучасному світі, будучи в той же час основою її життєдіяльності, обумовило вибір **методики кордонних смислів («МКС») Д. А. Леонтьєва** [5].

Методика «МКС» була розроблена Д. А. Леонтьєвим для діагностування динамічних смислових систем свідомості, тобто таких структур суб'єктивної реальності, що важко піддаються аналізу. Діагностування смислових систем відбувається через їх відображення в індивідуальному світогляді. Ця методика виявилася придатною для аналізу унікального змісту й особливостей смислової структури індивідуальних світоглядних уявлень, змістовно-смислової структури світогляду.

Після отримання необхідного обсягу інформації експериментатор будує дерево смислових категорій, виявлене в ході діалогу з респондентом. На вершині цього дерева посідають кордонні смисли.

Обробка дерева смислових категорій здійснюється трьома способами:

- 1) структурним аналізом,
- 2) контент-аналізом,
- 3) якісним аналізом.

Далі було досліджено механізм впливу «внутрішнього» і «зовнішнього» компонентів образу світу. Для цього ми звернулися до представленої вище структури образу світу. Розглянемо зміст «зовнішнього» компонента – «образу Я», під яким розуміється установка на себе, що включає три компоненти: когнітивний (що я про себе знаю), емоційно-оцінний (як я до себе ставлюся) і поведінковий (дії по відношенню до себе). Такого плану структуру має також і «образ іншого» та «узагальнений образ предметного світу», які разом із «образом-Я» можуть розглядатися як три основні сфери смислоутворення, що у дорослому віці утворюється на рівні самосвідомості, спілкування та діяльності. У цьому разі було використано **методику Г. А. Амінєва «Заповіді блаженства»** [1].

У методиці вивчення духовності Г. А. Амінєва говориться про три складові духовності, що одночасно є основними показниками розвиненості духовності дорослої людини – це духовна сила, духовна краса та духовна активність. Головним критерієм духовності, що визначає зв'язок духовності з процесами смислоутворення у дорослому віці, є духовна активність людини.

Методика «Заповіді блаженства» дозволила визначити ступінь вираження таких духовних якостей людини дорослого віку, як: скромність, здатність до співчуття, правдивість, ласкавість, широчердечність, миролюбність, терплячість в ситуації вигнання й ін.

**Рівні та критерії** смислоутворення у дорослому віці було визначено за ієрархічним принципом (від найменш сформованого до найбільш сформованого рівня смислоутворення). Для цього за основу було обрано класифікацію рівнів смислоутворення особистості Б. С. Братуся, який визначив:

а) нижчий (нульовий) рівень смислоутворення – цьому рівню властиві прагматичні, ситуаційні смисли, що визначаються предметною логікою досягнення мети в конкретних умовах;

б) перший рівень смислоутворення – цьому рівню властиві смисли особистої вигоди (зручність, престижність тощо), а оточуючі люди розглядаються як такі, які або допомагають, або перешкоджають досягненню смислів особистої вигоди;

в) другий рівень смислоутворення – цьому рівню властиві смисли особистісної спрямованості на добробут для замкнутої групи; визначальним смислом на цьому рівні є ототожнення певної групи з собою або коли група ставиться вище за власні інтереси й устремління;

г) третій рівень смислоутворення – цьому рівню властива колективістська, суспільна, загальнолюдська смислова орієнтація; цей рівень характеризується внутрішньою смисловою спрямованістю людини на створення результатів, що принесуть рівне благо іншим, навіть не знайомим людям, суспільству, людству в цілому [3, с. 100-101].



## Рівні та критерії смислоутворення в дорослому віці

№	Рівні	Критерії
1	Прагматичний	прагматичні смисли – ситуаційні смисли, що визначаються предметною логікою досягнення мети в конкретних умовах
2	Егоцентричний	егоцентричні смисли – смисли особистої вигоди (зручність, престижність тощо), а оточуючі люди розглядаються як такі, які або допомагають, або перешкоджають досягненню смислів особистої вигоди
3	Просоціальний	групоцентричні – смисли особистісної спрямованості на добробут для замкнутої групи; визначальним смислом на цьому рівні є ототожнення певної групи з собою або коли група ставиться вище за власні інтереси й устремління; просоціальні смисли – колективістська, суспільна, загальнолюдська смислова орієнтація; внутрішня смислова спрямованість на створення результатів, що принесуть рівне благо суспільству, людству в цілому
4	Духовний	духовні смисли – духовна смислова орієнтація, смисл життя людина пов'язує з духовним розвитком.

Будуючи методику дослідження, ми виходили з думки К. Г. Юнга, що сенс життя у дорослому віці пов'язаний з постановкою духовних або культурних цілей, прагнення до яких є необхідною умовою духовного розвитку, що виводить людину за межі «споживача» [8, с. 80]. Тому до названих вище рівнів було додано ще духовний рівень. На духовному рівні смислоутворення у дорослому віці відбувається на основі відчуття зв'язку з духовним (Богом). Цей рівень знаходиться в області метафізичних розумінь, а не досвідченого знання. Взявши за основу класифікацію Б. С. Братуся та доповнивши її духовним рівнем, було визначено рівні смислоутворення людини в дорослому віці (табл. 2).

Представлені у таблиці 2 рівні наділені якісною своєрідністю й утворюють ієрархічні рівні та критерії смислоутворення дорослої людини.

**Висновки.** Представлений методичний інструментарій було використано для аналізу психологічних особливостей смислоутворення у дорослому віці. Практичне значення дослідження визначається можливістю використання розробленої та експериментально перевіреної системи психологічного супроводу особистості в дорослому віці, яка ініціює розвиток і активізацію смислоутворення. Отримані результати дослідження можуть бути використані в практичній роботі психологів з клієнтами дорослого віку, а також в процесі підготовки майбутніх психологів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Аминев, Г. Л. Уфимская батарея тестов пенитенциарного психолога. *Проблемы биофизики индивидуальности* : Материалы научно-практической конференции Межфакультетского центра психологии БГУ, м.Уфа, листопад. 1998 р. / Уфа. БО РПО, 1998. С. 58-68.
2. Артемьева Е. Ю. Психология субъективной семантики : Москва : МДУ, 1980. 320 с.
3. Братусь Б. С. К изучению смысловой сферы личности : *Вестник Московского университета*. 1981. № 2. С. 46-56.
4. Капустина А. Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла : Санкт-Петербург, 2001. С. 55-97.
5. Леонтьев Д. А. Методика предельных смыслов : методическое руководство. Москва: Смысл, 1999. 38 с.
6. Леонтьев Д. А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ : Современная психология мотивации. Москва : Смысл, 2002. С. 13-46.
7. Алешина, Ю. Е. «Самоактуализационный тест» (САТ) : Психология, 2003. С. 10-11.
7. Шкала аттитудов ко времени (Ж. Нюттен, адаптация К. Муздыбаева). URL: <https://cpd-program.ru/methods/av.htm>
8. Юнг, К. Г. Проблемы души нашего времени. Санкт-Петербург : Питер, 2017. 336 с.

## ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ; ІНЖЕНЕРНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.3>

**Найчук В. В.**

*кандидат психологічних наук,  
докторант зі спеціальності 053 «Психологія»  
Харківського національного педагогічного  
університету імені Г. С. Сковороди,  
доцент кафедри соціальних технологій  
Вінницький соціально-економічний інститут  
Університету «Україна»*

**Лесніченко Н. П.**

*PhD, викладач кафедри соціальних технологій  
Вінницький соціально-економічний інститут  
Університету «Україна»*

**Кожухаренко М. О.**

*здобувач магістратури спеціальності 053 «Психологія»  
Вінницький соціально-економічний інститут  
Університету «Україна»*

### ПРИЧИНИ ТА СПЕЦИФІКА ПРОЯВУ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ В ПРАЦІВНИКІВ ІТ-СФЕРИ

### CAUSES AND SPECIFICS OF MANIFESTATION OF PROFESSIONAL BURNING SYNDROME IN IT EMPLOYEES

У статті представлено теоретичний аналіз наукових досліджень причин та особливостей прояву синдрому професійного вигорання серед працівників ІТ-галузі. Проблема аналізується в динаміці на основі вітчизняних та зарубіжних досліджень різних років, що дає можливість сформулювати уявлення про актуальні тенденції та небезпеки, які несе синдром професійного вигорання для кадрового забезпечення ІТ-галузі. Синдром професійного вигорання розглядається у відповідності до останнього визначення ВООЗ, що дозволяє сконцентрувати увагу на комплексах специфічних стресогенних чинників, що зумовлюють розвиток синдрому в ІТ-галузі (з урахуванням специфічних моделей працевлаштування). В результаті дослідження виявлено, що синдром професійного вигорання набув особливого поширення в останні роки, що може зумовити гальмування розвитку ІТ-галузі в Україні. З'ясовано, що синдром професійного вигорання в ІТ-працівників має чисельні фізіологічні, емоційні, інтелектуальні, поведінкові та соціальні прояви, які в разі розвитку вираженого синдрому призводять не тільки до зниження продуктивності персоналу, але й до кадрових втрат. При цьому комплекс причин, що призводять до професійного вигорання ІТ працівників, суттєво відрізняється від причин професійного вигорання в професіях типу „людина-людина”, оскільки є зумовленим специфічним комплексом стресів. В якості напрямку подальших досліджень визначено проведення ґрунтовного опитування ІТ-спеціалістів в Україні за наступними категоріями: ІТ-фрілансери; ІТ-спеціалісти, що працюють в стартапах; наймані ІТ-спеціалісти, що працюють на вітчизняні компанії); наймані ІТ-спеціалісти, що працюють на зарубіжні компанії. Автор обґрунтовує необхідність виявлення комплексів актуальних стрес-факторів, специфічних для кожної категорії, що можуть впливати на розвиток синдрому професійного вигорання, на базі яких можливим стане розроблення методик подолання професійного стресу, що враховують особливості роботи ІТ-спеціалістів за кожною із зазначених моделей.

**Ключові слова:** синдром професійного вигорання, синдром емоційного вигорання від професії, професійний синдром емоційного вигорання, ІТ-галузь, ІТ-спеціалісти.

The article presents a theoretical analysis of research on the causes and features of the manifestation of burnout among IT workers. The problem is analyzed in the dynamics on the basis of domestic and foreign studies of different years, which gives the opportunity to form an idea of current trends and dangers posed by burnout for IT staffing. Burnout syndrome is considered in accordance with the latest WHO definition, which allows us to focus on a set of specific stressors that cause the development of the syndrome in the IT industry (taking into account specific employment models). As a result of the study, it was found that the burnout syndrome has become particularly common in recent years, which may slow down the development of the IT industry in Ukraine. It has been found that the burnout syndrome in IT workers has numerous physiological, emotional, intellectual, behavioral and social manifestations, which in the case of the development of the syndrome lead not only to reduced staff productivity, but also to staff losses. At the same time, the set of reasons that lead to burnout of IT employees differs significantly from the causes of burnout in professions such as "man-man", as it is due to a specific set of stresses. The direction of further research is to conduct a thorough survey of IT specialists in Ukraine in the following categories: IT freelancers; IT specialists working in startups; hired IT specialists working for domestic companies); hired IT specialists working for foreign companies. The author substantiates the need to identify a set of

relevant stressors specific to each category that may affect the development of burnout, on the basis of which it will be possible to develop methods of overcoming occupational stress, taking into account the work of IT professionals for each of these models.

**Key words:** burnout syndrome, emotional burnout syndrome, occupational burnout syndrome, IT industry, IT specialists.

**Вступ.** IT-галузь в Україні справедливо вважають „локомотивом” розвитку вітчизняної економіки, оскільки темпи її щорічного зростання становлять близько 30%. В IT створюються нові робочі місця та залучаються іноземні інвестиції, крім того – і це найголовніше – саме IT-галузь формує інноваційний вектор розвитку вітчизняної соціально-економічної системи. Саме тому дослідження HR-проблем, що мають місце в IT-галузі, зокрема, проблеми емоційного вигорання від професії в IT-працівників, є актуальним і своєчасним.

Синдром емоційного вигорання від професії здебільшого пов’язують з професіями типу „людина-людина” – він є характерною проблемою для лікарів, працівників дошкільної освіти, вчителів, викладачів ВНЗ, працівників соціальної сфери та сфери обслуговування, менеджерів та інших професій, що передбачають безпосередній контакт з людьми, особливо, якщо в професійній діяльності постійно задіюється механізм емпатії. IT-працівники не відносяться до зазначеної категорії професій, втім проблема професійного вигорання в останні роки набула відчутних масштабів і в IT-галузі, як відзначають самі керівники IT-компаній, що є особливо відчутним на фоні кадрового дефіциту в галузі, яка активно розвивається. Це і зумовлює актуальність дослідження проблем та специфіки емоційного вигорання в працівників IT-сфери.

Дослідженню синдрому професійного вигорання як в цілому, так і в окремих професіях присвячені роботи вітчизняних науковців, таких як: Вежновець Т.А. та Парій В.Д. [1], Колтунович Т. [2], Котвіцька А.А., Пузак Н.О., Пузак О.А. [3], Романовська О.О. [4], Чубук Р.В. [5], Шевчук В.В. [6]. Втім досліджень, присвячених проблемі професійного вигорання в IT-сфері, бракує.

**Мета статті** – дослідження причин та особливостей прояву синдрому професійного вигорання серед працівників IT-галузі.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Синдром емоційного вигорання від професії (синдром професійного вигорання, професійний синдром емоційного вигорання) в 2019 р. було включено Всесвітньою організацією охорони здоров’я до 11 перегляду Міжнародної класифікації хвороб (зауважимо, що зазначений синдром не класифікується як медичний стан). Синдром професійного вигорання раніше було включено до 10 перегляду МКХ, втім, поточне визначення набуло уточнення та деталізації. В планах ВООЗ – розробка науково обґрунтованих керівних принципів щодо психічного здоров’я на робочому місці [7]. Це свідчить про масштабність та значущість зазначеної проблеми в сучасних умовах.

ВООЗ визначає професійне вигорання як синдром, що виникає внаслідок хронічного стресу на

робочому місці, який не вдається подолати, та який характеризується такими симптомами, як:

- відчуття мотиваційного або фізичного виснаження;
- психічне дистанціювання від професійних обов’язків, що посилюється, або відчуття негативізму чи цинізму по відношенню до професійних обов’язків;
- зниження працездатності [7].

При цьому слід зауважити, що мова йде про вигорання, яке торкається безпосередньо професійного контексту та не повинне розповсюджуватись на досвід із інших життєвих сфер [7].

Якщо раніше генеральною причиною розвитку синдрому професійного вигорання вважалось емоційне перенапруження при роботі з людьми, то тепер у якості причин виникнення такого стану можуть фігурувати будь-які стресогенні чинники постійного характеру: зокрема, необхідність високої ментальної концентрації, робота в умовах дед-лайнів, необхідність виконувати рутинні задачі, високий рівень невизначеності, недостатність нематеріальних винагород результатів праці. І, хоча комплекси стресогенних чинників для професій типу „людина-людина” та професій в галузі IT суттєво відрізняється, постійна дія зазначених чинників призводить до того самого результату – до розвитку синдрому професійного вигорання [8].

Синдром професійного вигорання працівників IT-сфери відрізняється як специфічними причинами, так і особливостями прояву. В першу чергу, це зумовлено динамікою розвитку IT-галузі, який характеризується безпрецедентною швидкістю та постійною зміною IT-технологій. Люди, що працюють в цій сфері, мають постійно оновлювати свої знання відповідно до прискороної динаміки галузі. Для того, щоб просто зберігати свої конкурентні позиції на ринку праці, працівнику IT-сфери необхідно постійно „наздоганяти” галузь, а для того, щоб забезпечити кар’єрне зростання, потрібно взагалі працювати „у фронті” інновацій. Цей тиск з боку галузевого середовища, що постійно розвивається, доповнюється іншими стресогенними чинниками, зумовленими особливостями конкретних працевлаштувань або моделей працевлаштування [8].

Так, IT-фрілансери можуть відчувати стрес через складнощі планування рівномірної завантаженості та грошових потоків, через складнощі в розумінні побажань кінцевого замовника, через соціальну незахищеність, через пряму залежність від коливань кон’юнктури ринку.

З іншого боку, IT-спеціалісти, що працюють в компаніях, відчувають стрес через тиск з боку працедавця, через подовжений робочий день та роботу у вихідні, через залежність від результатів роботи інших членів команди, через проблеми у спілкуванні

зі співробітниками. Крім того, оскільки працівники у вітчизняних ІТ-компаніях працюють на умовах псевдосамозайнятості (оформлюють ФОП), вони водночас стикаються з частиною стресогенних факторів ІТ-фрілансерів, зокрема, з відчуттям соціальної незахищеності [9].

Для ІТ-працівників, що працюють в ІТ-стартапах (як в якості кофаундерів, так і в якості найманих спеціалістів) до стресогенних чинників слід додати високий ризик півотів („розворотів”, коли необхідно повністю змінити робочий курс, відкинувши значну частину з того, що вже було зроблено); відсутність конкретики в робочому завданні (оскільки стартап працює в умовах постійного пошуку); відсутність впевненості в майбутній успішності проекту (значна кількість стартап-проектів не виходять на стадію успішного бізнесу) [8].

Для ІТ-спеціалістів, що працюють з іноземними замовниками, до стресогенних чинників необхідно додати стрес від необхідності роботи в інших часових реаліях (особливо це торкається ІТ-спеціалістів, що працюють на американські компанії). Зсув робочого часу на години, коли більшість оточуючих відпочиває, призводить до складнощів у сім’ї, до побутових незручностей, а також негативно впливає на здоров’я, оскільки порушує природні біологічні ритми [9].

Проаналізуємо результати декількох досліджень синдрому професійного вигорання в працівників ІТ-сфери, що проводились в Україні та закордоном.

В дослідженні Шнайдера О.В. (проводилось на базі ІТ-компаній м. Львів в період з вересня по жовтень 2013 р.; участь взяло 45 осіб: 39 чоловіків та 6 жінок; середній вік респондентів – 24 роки; середній досвід роботи – 3 роки; в дослідженні використовувались три методики: TAS, методика Бойка В.В., методика Хола Н.) було отримано результати, представлені нижче.

Результати щодо формування стадії напруження по відношенню до роботи (переживання тривоги та депресії, підвищення нервовості):

- у 12% (5 осіб) виявлено сформовану стадію напруження;
- у 26% (12 осіб) виявлено стадію напруження на етапі формування;
- у 62% (28 осіб) напруження, пов’язаного з роботою, не виявлено.

Результати щодо формування стадії резистентності по відношенню до роботи (редукція професійних обов’язків, вибіркоче неадекватне емоційне реагування в професійній діяльності):

- у 16% (7 осіб) виявлено сформовану стадію резистентності;
- у 42% (19 осіб) виявлено стадію резистентності на етапі формування;
- ще у 42% (19 осіб) резистентність по відношенню до роботи не виявлено.

Результати щодо формування стадії виснаження (втрата психічних ресурсів, ослаблення нервової системи, зниження емоційного тону):

- у 11% (5 осіб) виявлено сформовану стадію резистентності;

– у 18% (8 осіб) виявлено стадію резистентності на етапі формування;

– ще у 71% (32 особи) резистентність по відношенню до роботи не виявлено [8].

В результаті проведеного дослідження Шнайдер О.В. дійшов висновку, що синдром емоційного вигорання в професійній діяльності фахівців ІТ є тісно пов’язаним зі здатністю керування емоціями [8].

Слід звернути увагу, що вибірка в дослідженні Шнайдера О.В. досить обмежена, тим не менш, дослідження є досить цікавим як з точки зору отриманих результатів, так і з точки зору можливості їх порівняння з поточною ситуацією.

У дослідженні Вовк О.В., проведеному в 2019 р., що ґрунтувалось на методиках Бойка В., Лосенкова В., Куна М. та Мак-Партланда Т., Люшера, яке було проведено за результатами опитування 47 осіб, працюючих в сфері ІТ (та 45 осіб контрольної групи, сформованої з персоналу тих самих компаній, але не працюючих в сфері ІТ), було отримано наступні результати:

– у 55,3% (26 осіб) виявлено сформований синдром професійного вигорання (в контрольній групі – 40%, 18 осіб);

– у 31,9% (15 осіб) виявлено синдром професійного вигорання на етапі формування (в контрольній групі – 37,7%, 17 осіб);

– ще у 12,7% (6 осіб) професійне вигорання не виявлено (в контрольній групі – 22,2%, 10 осіб) [9].

За результатами решти методик психологічної діагностики, що використовувались у дослідженні Вовк О.В., автор робить висновок, що одним із факторів впливу на імовірність розвитку синдрому професійного вигорання можна вважати нестійку самооцінку.

Хоча база дослідження Вовк О.В. є такою ж обмеженою, як і в дослідженні Шнайдера О.В., отримані результати є досить показовими з точки зору характеристики проблеми в динаміці. Дослідження Вовк О.В., проведене через 6 років після дослідження Шнайдера О.В. на базі методики Бойка В. демонструє, що проблема професійного вигорання у працівників ІТ-сфери набула значно більших масштабів: сформований синдром професійного вигорання виявлено більше, ніж у половини працівників, а ще майже у 40% він знаходиться на стадії формування. Це свідчить про серйозні кадрові проблеми в сфері ІТ, що наростають досить швидкими темпами.

Схожі результати отримані в російському дослідженні 2019 р. (дослідження незалежного ресурсу „Мой круг”). Анкета, що використовувалась в дослідженні, була побудована за матеріалами Дзеружинської Н., участь у опитуванні взяло 2500 респондентів з російськомовного сегменту інтернету (82,9% – чоловіки, 17,1% – жінки; у віковій структурі переважають особи віком 21 – 35 років, що становлять 80% від чисельності опитуваних).

Результати дослідження „Мой круг” показали, що досвід сильного емоційного вигорання на роботі пережили 53% опитуваних (63% – серед жінок, 50% – серед чоловіків). Вигорання середнього сту-

пеня, що вдалося подолати, взявши відпустку, пережили 60% опитуваних (72% жінок та 58% чоловіків). Слабке вигорання на роботі, що вдалося подолати за вихідні, пережили 72% респондентів (81% жінок та 60% чоловіків). Працівників сфери ІТ, що ніколи не відчували симптомів вигорання, виявлено 11% (8% – серед жінок, 12% – серед чоловіків) [10].

За віковою структурою найчастіше синдром професійного вигорання зустрічається у групі працівників ІТ віком від 25 до 40 років (до 60% чоловіків та до 70% жінок у зазначеній віковій групі переживають симптоми професійного вигорання). В дослідженні вказується також на зв'язок між вигоранням та терміном роботи в одній компанії: на другий рік роботи ймовірність вигорання зростає приблизно на 10%. Натомість, сфера, в якій працює ІТ компанія, значного впливу на рівень емоційного вигорання у працівників не має (порівнювались консалтингові, продуктові, аутсорсингові ІТ-компанії та ІТ-відділи компаній з інших сфер господарської діяльності) [10].

Серед фрілансерів синдром професійного вигорання спостерігається в менших масштабах (54% відчували сильні, середні чи слабкі прояви вигорання), ніж серед власників ІТ-компаній (63%), працівників державних компаній (66%), працівників невеликих (71%) та великих (74%) ІТ-компаній.

Цікавим є також вплив синдрому професійного вигорання на продовження роботи на своєму робочому місці: лише 25% серед тих, хто відчував сильне вигорання, продовжили роботу. Решта – змінили працевлаштування або сферу діяльності [10].

Це означає, що синдром професійного вигорання не лише погано впливає на продуктивність ІТ-працівників, але й призводить до суттєвого відтоку кадрів, що може стати серйозною перешкодою для подальшого розвитку ІТ-галузі.

Дослідження „Мой круг” також торкнулось проявів синдрому професійного вигорання серед ІТ-працівників: фізіологічних, емоційних, інтелектуальних, поведінкових та соціальних. Серед фізіологічних проявів переважають наступні: відчуття втоми та спустошеності (97%), безсоння та інші порушення сну (46%), частий біль в голові, спині, м'язах (43%). Серед емоційних: втрата мотивації (92%), невдоволення собою та своїми досягненнями (70%), розчарування, песимізм, цинізм (68%), відчуття нудьги на апатії (64%). Серед інтелектуальних: проблеми з концентрацією уваги, погіршення пам'яті (79%); зниження цікавості до нової інформації, теорій та ідей в роботі (56%). Серед поведінкових: бажання робити додаткові перерви протягом робочого дня (76%), „формальний” підхід при виконанні роботи (70%), порушення часового режиму: запізнення, залишення роботи до кінця робочого дня (56%). Серед соціальних: брак часу та енергії для соціальної діяльності в неробочій час (65%), зниження цікавості до хобі (64%), бажання дистанціюватись від колег та клієнтів (54%) [10].

Серед причин професійного вигорання в зазначеному дослідженні вказуються наступні: хронічна

емоційна напруженість діяльності (психологічно важкий контингент – 48%; не контрольованість та примусовість спілкування – 42%; надмірна інтенсивність спілкування – 34%); дестабілізуюча організація діяльності (недостатньо чітка постановка задач – 69%; недостатньо чіткий розподіл відповідальності – 62%; відсутність узгодженості дій – 59%; надмірна завантаженість – 49%; монотонна рутинна праця – 45%); проблеми професійного зростання та умов праці (недостатнє психологічне заохочення – 52%; недостатнє матеріальне заохочення – 50%; відсутність часу на відпочинок – 46%; невідповідність організаційних та особистих цінностей – 45%; недостатня підтримка з боку керівництва – 43%) [10].

Цікаво порівняти зазначені результати з факторами професійного вигорання в ІТ, які виділяє Вовк О.В.: суворий контроль над роботою ІТ-фахівця, часті перевірки стану роботи, надмірно стислі терміни, встановлені для виконання завдань і проєктів, відсутність гнучкого розподілу обов'язків в команді, брак творчої компоненти в роботі програміста, надмірна частка рутинних операцій, неможливість продуктивного діалогу в команді та з керівником [9]. Втім, дослідженню Вовк О.В. не вистачає статистичного обґрунтування значущості зазначених факторів.

Серед типових проявів синдрому професійного вигорання в ІТ-спеціалістів Вовк О.В. відзначає хронічну втому, порушення уваги та пам'яті, порушення сну та особистісні зміни [9].

Отже, результати досліджень [9] та [10] багато в чому збігаються, демонструючи, що розвиток синдрому професійного вигорання в ІТ-сфері зумовлюється іншим комплексом чинників, ніж ті, що впливають на емоційне вигорання в професіях типу „людина-людина”.

Цікавими є результати дослідження емоційного вигорання працівників ІТ під впливом пандемії COVID-19, проведене проєктом *Haustack* в 2021 р. Про відчуття вигорання повідомили 83% респондентів (55% з них – про помірний ступінь професійного вигорання). Крім того, 81% респондентів повідомили що почуваються більш втомленими через пандемію COVID-19, ніж спостерігалось раніше. Серед основної причини посилення професійного вигорання, зумовленого пандемією, називають зростання навантаження (40%). Надмірне завантаження також лідирує і серед причин професійного вигорання, не зумовленого COVID-19 (47%), серед інших причин вказуються неефективний робочий процес (31%) та незрозумілі цілі та завдання (29%) [11].

**Висновки з проведеного дослідження.** Як демонструють дослідження синдрому професійного вигорання в сфері ІТ, проведені в Україні та за кордоном в різні роки, проблема має виражену тенденцію до наростання та не залежить від географічних чинників. При цьому комплекс причин, що призводять до професійного вигорання ІТ працівників, суттєво відрізняється від причин професійного вигорання в „емпатичних” професіях, оскільки є зумовленим специфічним комплексом стресів.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Вежновець Т.А., Парій В.Д. Особливості розвитку синдрому емоційного вигорання у медичних працівників з різними типами трудової мотивації. *Медичні перспективи*, 2016. Т. XXI/2, С. 127–132.
2. Колтунович Т. Синдром професійного вигорання в історичній ретроспективі: період наукового осмислення феномена. *Гуманітарний Вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. К.: Гнозис, 2013. Дод. 1 до Вип. 29. Том IV. С. 160–167.
3. Котвіцька А.А., Пузак Н.О., Пузак О.А. Синдром „професійного вигорання” у працівників фармацевтичної галузі. [Електронний ресурс]. URL: <https://nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2015/04/Kotvitska-etc-2.pdf>
4. Романовська О.О. Синдром професійного вигорання в професійній діяльності викладача ВНЗ як психологічна і педагогічна проблема. [Електронний ресурс]. URL: <http://repo.uipa.edu.ua/jsui/bitstream/123456789/5649/1/43.pdf.pdf>
5. Чубук Р.В. Подолання синдрому професійного вигорання у майбутніх соціальних працівників. [Електронний ресурс]. URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/naukpraci/sociology/2012/184-172-22.pdf>
6. Шевчук В.В. Сучасні підходи до визначення категорії „емоційне вигорання”. *Habitus*, 2020. Вип. 17. С. 141–145.
7. Международная классификация болезней: «профессиональный синдром» эмоционального выгорания. [Електронний ресурс]. URL: [https://www.who.int/mental\\_health/evidence/burn-out/ru](https://www.who.int/mental_health/evidence/burn-out/ru)
8. Шнайдер О.В. Психологічні особливості емоційного вигорання працівників сфери інформаційних технологій. [Електронний ресурс]. URL: [https://eprints.oa.edu.ua/3096/1/Snaider\\_NZ\\_Vyp\\_26.pdf](https://eprints.oa.edu.ua/3096/1/Snaider_NZ_Vyp_26.pdf)
9. Вовк О.В. Особливості синдрому професійного вигорання в працівників сфери інформаційних технологій. [Електронний ресурс]. URL: <https://maup.com.ua/assets/files/psihologz/2019-1/02.pdf>
10. Профессиональное выгорание в ИТ (результаты исследования «Моего круга»). [Електронний ресурс]. URL: [https://habr.com/ru/company/habr\\_career/blog/437264/](https://habr.com/ru/company/habr_career/blog/437264/)
11. Study to understand the impact of COVID-19 on Software Engineers [Електронний ресурс]. URL: <https://haystack-books.s3.amazonaws.com/Study+to+understand+the+impact+of+COVID-19+on+Software+Engineers+-+Full+Report.pdf>

**Хараджи М. В.**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти Університету Григорія Сковороди в Переяславі

**Івашенко А. І.**  
кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі

## СУПЕРВІЗІЯ ЯК МЕТОД ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ ПСИХОЛОГА

### SUPERVISION AS A METHOD OF PSYCHOLOGIST PROFESSIONAL DEVELOPMENT

Стаття присвячена актуальній проблемі психологічної практики – супервізії як методу професійного зростання. У статті проаналізовано різні наукові підходи до трактування терміну «супервізія», зміст якого акцентує увагу на тому, що супервізія – погляд згори на професійну ситуацію. Не тільки іншого професіонала, а насамперед свій власний погляд. Власний погляд на те, як психолог живе у своєму професійному просторі, на власне емоційне благополуччя в ньому. Чи може він віднайти стійкість в ситуації невизначеності та швидких змін в ньому, чи може проявляти асертивність, щоб відстоювати свої кордони, чи може достатньо про себе попідкуватися. Обґрунтовано важливу роль супервізії у професійному зростанні як психолога-початківця, так і досвідченого психолога. Встановлено, що супервізія впливає на практику психотерапії та практичну діяльність психолога більше, ніж всі інші аспекти підготовки разом взяті і формує професійну поведінку. Досліджено, що позитивними результатами участі психолога в роботі супервізійної групи є: перш за все, практичне закріплення теоретичних знань та відпрацювання практичних умінь і навичок у роботі; підвищення рівня професійної компетентності, забезпечення якісно нового рівня психологічної культури спеціаліста; розвиток умінь адекватної психологічної перцепції, оцінки та рефлексії себе, своїх професійних дій і взаємодії з клієнтами в процесі професійної діяльності; розвиток гнучкості мислення, самоконтролю і оперативності у прийнятті рішень під час професійної практики; формування навичок самоаналізу, стимулювання процесів самоактуалізації та самореалізації. Аналіз наукових пошуків в дослідженні супервізії констатує, що супервізія спрямована на супровід та підтримку конкретного спеціаліста в його роботі з конкретним клієнтом. Тобто допомога в усвідомленні власних професійних дій та розумінні свого клієнта. Відповідно, основні наукові дослідження супервізії проводяться з точки зору її ефективності як методу навчання, супроводу практичної діяльності психолога та його професійного зростання.

**Ключові слова:** супервізія, супервізор, супервізуючий, професійне зростання, професійний розвиток, психолог, професіоналізм.

An article is devoted to the current problem of psychological practice supervision as a method of professional growth. The article analyzes various scientific approaches to the definition of term "supervision", its meaning emphasizes supervision to be a top view of the professional situation not only by another professional, but first and foremost own view on how a psychologist lives in his/her professional space, his/her own emotional well-being. Possibility to find resilience in a situation of uncertainty and rapid change in it, possibility to be assertive to defend borders, possibility to take enough own care. The important role of supervision in the professional development of both psychologists-beginners and experienced psychologists is substantiated. It has been established that supervision influences the practice of psychotherapy and the practical activity of a psychologist more than all other aspects of training together and makes professional behavior. It is researched that the positive results of the psychologist's participation in the work of the supervision group are: first of all, the practical consolidation of theoretical knowledge and the development of practical skills in the work; raising the level of professional competence, providing a qualitatively new level of psychological culture of the specialist; development of skills of adequate psychological perception, evaluation and reflection of oneself, one's professional actions and interaction with clients in the process of professional activity; development of flexibility of thinking, self-control and efficiency in decision-making during professional practice; formation of skills of self-analysis, stimulation of processes of self-actualization and self-realization. Analysis of scientific research in the study of supervision states that supervision is aimed at supporting and supporting a particular specialist in his/her work with a particular client. It means to help psychologists to understand their professional actions and understand their client. Accordingly, the main research of supervision is conducted in terms of its effectiveness as a method of teaching, support the practical activities of the psychologist and his professional development.

**Key words:** supervision, supervisor, supervised person, professional growth, professional development, development, psychologist, professionalism.

**Постановка проблеми.** У теперішній час більшість вчених стверджує, що супервізія є успішною передумовою майбутньої професійної діяльності психологів-початківців. Аналіз проведених досліджень підтверджує те, що фундаментальна психологічна освіта не гарантує готовності психолога до

вирішення конкретних актуальних завдань психологічної допомоги. Зазвичай психолог обирає декілька напрямів роботи і не може бути компетентним у всіх. Це стосується і молодих психологів-початківців, і фахівців, які мають певний досвід роботи. Навіть досвідчені психологи досить часто зіштовхуються

з проблемами: не знають як продіагностувати певний запит, як побудувати консультацію чи корекційну роботу. Та перед кожним з них, не зважаючи на досвід, стоїть завдання правильного позиціонування, постійного самовдосконалення якості послуг, що ними надаються.

У цьому контексті можна виділити два можливі шляхи професійного розвитку. Природний шлях – за рахунок накопичення знань, умінь та навичок та інтенсивний шлях – професіоналізація, розвиток компетентності здійснюється за рахунок осмислення свого професійного досвіду, набування знань саме із власної психологічної практики. І це можливо переважно в контексті супервізії – особливого виду психологічної практики, що фокусується на професійному мисленні спеціаліста, на його способах отримання концептуалізації та асиміляції професійного досвіду. Досвідченість професіонала-психолога визначається не скільки кількістю років у практичній діяльності, а вмінням рефлексувати власну практику. Тобто осмислювати її та транслювати. Про це свідчать останні тенденції в професійній психології – зміщення наукового інтересу до вивчення професійної свідомості та самосвідомості, розвиток яких розуміється як основа процесу професіоналізації.

Вищевикладене акцентує увагу на необхідності навчатися психологу в постійному інтерактивному режимі. Сенс науково-методичного та професійного супроводу – не безсистемне забезпечення спеціаліста новими методиками, а конструювання індивідуальної траєкторії індивідуального шляху, розвитку його компетентності.

Супервізія сягає витоків психоаналізу і активно розвивається в його межах. З плином часу вона була запозичена і трансформована як процес удосконалення консультативної роботи з клієнтами в інших напрямках психологічної практики.

Аналіз вітчизняних наукових праць дає підставу визнати недостатню розробленість теоретичних і практичних аспектів супервізії та малодослідженість питань професійної підготовки психологів до супервізійної діяльності. Можна виділити таких сучасних вітчизняних психологів, які працювали над дослідженнями з теорії та практики психологічної допомоги О. Бондаренко, В. Москалець, Н. Чепелева, С. Яковенко, Т. Яценко.

**Аналіз попередніх досліджень.** Зарубіжні вчені активніше ведуть роботу з дослідження феномену супервізії та супервізійних взаємин. Більшість науковців, зокрема Д. Джейкобс, П. Девід, Дж. Меєр, П. Ховкінс, Р. Шохет, розглядають супервізію як метод навчання психологів-початківців. С. Гледдінг, С. Зонненберг, К. Краутер, С. Лазар, Р. Урсано трактують, що супервізія – метод, який сприяє підвищенню якості роботи досвідчених психологів-практиків. І тому є однією із важливих складових професійного зростання. Дж. Бернард у своїх працях обґрунтовує роль супервізора як лідера. А М. Ронестед і Т. Скоухолд провідне значення в супервізії надають підтримці та навчання супервізованих. Праці П. Хоукінса та Р. Шохета присвячені відпові-

дальності у супервізії. С. Рейдж, В. Воскет, М. Керол приділили досить часу дослідженню проблеми контракту в супервізії. Варто виділити дослідження таких вчених як В. Бауман, З. Фрейд, Л. Бредлі, В. Мюллер, Б. Келл, що працювали над питаннями опору в супервізії та його подолання [3].

**Виклад основного матеріалу.** Сьогодні поняття супервізії входить досить активно в професійне життя не тільки психотерапевтів, а й психологів-консультантів, соціальних працівників та педагогів. Її розглядають як навчання професійній культурі, як спосіб підвищення кваліфікації, як коучинг. Супервізія – спосіб активізації професійної компетентності. А стосунки, які складаються в контексті супервізії розглядаються як взаємини, в яких один професіонал сприяє розвитку професійної компетенції іншого. Така форма професійного супроводу може використовуватися в ситуації цілеспрямованого навчання новим методам та технологіям психологічної практики, також може супроводжувати процес професійної діяльності психолога впродовж досить тривалого періоду. Супервізія перш за все фокусується на спеціалісті, його особистісних особливостях та труднощах, що виникають під час психологічної практики.

Супервізія – погляд згори не тільки іншого професіонала, а насамперед свій власний погляд. Власний погляд на те, як психолог живе у своєму професійному просторі, на власне емоційне благополуччя в ньому. Чи може він віднайти стійкість в ситуації невизначеності та швидких змін в цьому просторі, чи може проявляти асертивність, щоб відстоювати свої кордони, чи може достатньо про себе попіклуватися. Ну і звичайно як психолог бачить себе – самоцінною особистістю або безперервно доводячи свою компетентність різним важливим «компетентним професіоналам».

Отже, підсумовуючи вище викладене, супервізія – це метод теоретичного і практичного підвищення кваліфікації спеціаліста в галузі психології у формі професійного консультування і аналізу доцільності та якості використання практичних методів роботи.

Г. Хембелі вважав, що головними у супервізії є довіра та щирість між двома та більше людьми. На його думку, хороший супервізор – це людина, яка вірить в унікальність та потенційні можливості супервізуючого. Це людина, яка високо цінує якість людських стосунків та формує чесність, відкритість і турботу, окрім того, він застосовує різноманітні методи, щоб дати можливість спеціалісту проаналізувати та оцінити власну діяльність.

Науковець стверджував, що важливі людські стосунки завжди приводять до конфлікту. Ініціатором конфлікту є тривога або емоційна напруга. Супервізія ж забезпечує особливу форму людських взаємин, яка включає вивчення ефективного використання власних почуттів супервізуючого, динаміки клієнта та принципів консультування. Тривога, що виникла на будь-якій стадії консультування, повинна стати відправним моментом супервізії та точкою росту консультанта [3].



На думку Д. Трунова супервізор визначає труднощі, з якими зіштовхується психолог-консультант у розумінні проблеми клієнта. Супервізора цікавлять відповіді на наступні питання: як зрозумів консультант клієнта; навіщо клієнт звернувся за допомогою; якої допомоги він очікує безпосередньо від консультанта; який запит озвучено клієнтом, а який ні і т.д. У цій ситуації супервізор може побачити деякі міфи психолога, які сам спеціаліст найчастіше не усвідомлює. Ці міфи виникають у зв'язку із використанням стандартних професійних схем, власних домислів, перенесення власних проблем. Проте супервізору варто утриматися від прямих спонукань психолога до об'єктивності, оскільки конфронтація на початку розмови завжди небажана та негативно впливає на всю супервізійну сесію. Варто знайти місце у розмові, коли можна буде обережно розвіяти міфи супервізуючого [6].

Е. Шерер у своїх наукових пошуках звертався до таких запитань: чи є супервізія невід'ємною частиною психотерапевтичної практики, певною формою саморефлексії чи це особливе мистецтво, яке можна теоретично вивчати і ціленаправлено використовувати; чи існує спільне між різними теоретичними школами чи у кожній з них є своє особливе розуміння завдань супервізії. Підсумовуючи свої дослідження Е. Шерер стверджував, що супервізія – це процес, під час якого супервізор і супервізуючий спільно навчаються: дізнаються про клієнтів, один про одного і про себе. Супервізор також є уважним спостерігачем, що направляє спеціаліста по безпечному шляху і одночасно контролює результативність супервізійного процесу. Важливо, щоб кожен практик виражав свою власну інтелектуальну, психологічну, набуту досвідом реальність [7].

Європейська асоціація психотерапевтів (ЄАП), покладаючись на Страсбурзьку декларацію, виділила обов'язкові елементи професійної освіти у сфері психологічної допомоги, які мають бути представлені в програмі післядипломного супроводу (підвищення кваліфікації), щоб підготувати спеціалістів до практичної діяльності, а також супровід їх професійного розвитку: 1) теорія; 2) професійний тренінг (майстер-класи); 3) супервізія; 4) клієнтський досвід; 5) самопізнання. На їх думку обов'язковим і важливим компонентом повної освіти в будь-якому психотерапевтичному напрямі є саме супервізія. Чому саме?

По-перше, кожному спеціалісту психологічної практики потрібен погляд з боку на його професійну діяльність. Стосунки, що виникли між ним та клієнтом незалежно від виду психотерапії, деформують його сприйняття і таким чином впливають на ефективність допомоги, що надається. По-друге, при освоєнні будь-якої професії необхідний етап стажування під керівництвом досвідченого «наставника». Цей етап важливий у освоєнні психотерапевтичного методу, коли супервізор допомагає кандидату удосконалювати його техніку. По-третє, особливістю психотерапевтичної допомоги є її конфіденційність, з чого випливає відсутність наглядності при

навчанні. Супервізія дозволяє побороти неможливість прямої демонстрації. По-четверте, аналізуючи спільно із супервізором у взаємостосунках з клієнтом, психолог стикається зі своїми особистими проблемами, які утруднюють роботу та стимулюють проходити особисту терапію [9].

Загальноприйнятою є думка, що супервізія впливає на практику психотерапії та практичну діяльність психолога більше, ніж всі інші аспекти підготовки разом взяті і формує професійну поведінку. Адже супервізія є формою консультування психолога в ході його роботи з більш досвідченим, спеціально підготовленим колегою, що дозволяє йому систематично спостерігати, усвідомлювати і аналізувати свої професійні дії та поведінку.

Результатами участі психолога в роботі супервізійної групи є: перш за все, практичне закріплення теоретичних знань та відпрацювання практичних умінь і навичок в роботі; підвищення рівня професійної компетентності, забезпечення якісно нового рівня психологічної культури спеціаліста; розвиток умінь адекватної психологічної перцепції, оцінки та рефлексії себе, своїх професійних дій і взаємодії з клієнтами в процесі професійної діяльності; розвиток гнучкості мислення, самоконтролю і оперативності у прийнятті рішень під час професійної практики; формування навичок самоаналізу, стимулювання процесів самоактуалізації та самореалізації.

А відсутність супервізії в практичній роботі психолога може призвести до наступних негативних наслідків: низька якість роботи; відсутність професійного зростання спеціаліста; скарги клієнтів; постійна зміна місця роботи; розвиток «синдрому професійного вигорання».

Особливу роль у процесі створення супервізійної практики відіграють професійні психологічні об'єднання. Обговорення складних випадків із практики психолога у балінтовських групах, супервізія процесу консультування. Підтримка колег дозволяє психологу зберегти здоров'я та професійне довголіття.

Порівняльний аналіз супервізії із навчанням, коучінгом, наставництвом та ко-терапією дозволили виокремити основні ознаки супервізії як методу професійної підготовки спеціалістів. Отже, до них відносять: недирективність, практична професійна орієнтація, наявність теоретично-методичної бази, активність процесу супервізії. Важливу роль у становленні професійної майстерності відіграє зворотній зв'язок супервізора. Такий зворотній зв'язок характеризується адекватністю, доцільністю і дозованістю. Встановлено, що супервізія стимулює зміни в професійному зростанні психолога та сприяє розвитку індивідуально-особистісних якостей. На початковій стадії супервізії у супервізуючого спостерігається підвищена тривожність, яка пов'язана із дестабілізацією його звичних способів мислення та поведінки. А вже на завершальній стадії супервізії можна побачити значні зміни, що виражаються у розвитку самосвідомості та професійній компе-

тентності. Серед цих змін також важливо виділити рефлексивність психолога [8].

Варто враховувати, що навіть найдосвідченіший спеціаліст опиняється в дестабілізуючому стані, коли потрапляє в ситуацію супервізованого. Відповідно, першочерговим завданням супервізора постає уміння створити умови, в яких супервізія буде проходити комфортно і плідно. Цьому сприяють правила групи: безоцінне ставлення, не критикувати, не сперечатися і не вибудовувати гіпотез. Ще одним із важливих завдань, що постає перед супервізором є формування в учасників груп здатності відстежувати власні відчуття, почуття, усвідомлення. Також супервізору потрібно врахувати важливість зворотнього зв'язку. Коли всі ці аспекти будуть враховані, то супервізія стає підкріплюючим ресурсом для спеціаліста.

**Висновки з проведеного дослідження.** Дослідження показують, що у практикуючого психолога досить часто виникає потреба у регулярній супервізії, яка має відповідати наступним характеристикам: супервізія має бути обов'язковою; супервізія має бути зовнішньою по відношенню до організації, де працює спеціаліст; для гарантії якості до супервізії мають бути залучені кращі спеціалісти (авторитетні експерти), а також якісно розроблена система супервізуючого супроводу; основними цілями супервізії мають бути розвиток і формування професійного мислення, свідомості професіонала, підтримка самодостатності професіонала,

навчання технікам, здатність перетворювати попередньо набуті знання, уміння, навички в практику роботи; розвиток професійного мислення – уміння системно орієнтуватися в проблемній сфері, можливість нетрадиційно поглянути на проблемну професійну ситуацію та формування рефлексивної позиції; результатом супервізії очікується розвиток не тільки професійної діяльності, але і професійної особистості.

Під час супервізії можна розібратися, в чому причина професійних труднощів, яка зона найближчого професійного розвитку, як її досягти. Досягненню професійного розвитку можуть посприяти: додаткові спеціалізації; набуття спеціальних навичок на майстер-класах; стажування у конкретного експерта; супервізуючим консультуванням з приводу конкретного випадку в практиці або певних системних помилок самого спеціаліста; супервізуючої фасилітації страхів, тривог, ірраціональних переконань психолога-початківця, які здатні призвести до «синдрому професійного вигорання».

Аналіз наукових пошуків в дослідженні супервізії доводить, що супервізія націлена на супровід та підтримку конкретного спеціаліста в його роботі з конкретним клієнтом. Тобто допомога в розумінні своїх професійних дій та розумінні свого клієнта. Відповідно, основні наукові дослідження супервізії проводяться з точки зору її ефективності як методу навчання, супроводу практичної діяльності психолога та його професійного зростання.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Астремська І.В. Групова супервізія як ефективна форма практичної підготовки до роботи із клієнтом. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. II (16), Issue: 33, 2014. Режим доступу: [www.seanwdim.com](http://www.seanwdim.com).
2. Браун А., Боурн А. Супервізор у соціальній роботі: Супервізія догляду в громаді, денних та стаціонарних установах. пер. з англ. Т. Семигіної. Київ : Пульсари, 2003. 240 с.
3. Волкова О.П. Психологічна супервізія. Навч. посіб. Київ : Академія, 2019.
4. Горішна Н. Супервізія у практиці соціальної роботи та підготовки соціальних працівників у США. *Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. Ужгород : 2008. № 15. С. 8–18.
5. Карагодіна О.Г., Байдарова О.О. Запровадження супервізії у соціальній роботі: бар'єри та ресурси. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія: збірник Черніг. нац. технол. ун-т. Чернігів : ЧНТУ, 2014. № 1 (4). С. 29-36.*
6. Максименко С.Д. Психологічна супервізія. Навч. посіб. Київ : Кондор, 2020.
7. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб. за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
8. Ушакова І.В. Супервізія: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Миколаїв : Вид-во ЧДУ ім. Петра Могили, 2011. 228с.
9. Bernard J. M., Goodyear R. K. (1992) *Fundamentals of clinical supervision*. Boston : Allyn&Bakon.

## МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 614.21:159.9+615.851

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.5>

**Кабанцева А. В.**

*кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри психіатрії, психотерапії, наркології і медичної психології  
Донецького національного медичного університету  
Міністерства охорони здоров'я України,  
учений секретар наукового відділу, практичний психолог  
ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр  
Міністерства охорони здоров'я України»*

### МЕТОДОЛОГІЯ СКРИНІНГУ ОЦІНКИ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я: ПСИХОСОМАТИЧНИЙ АСПЕКТ

### PUBLIC HEALTH ASSESSMENT SCREENING METHODOLOGY: PSYCHOSOMATIC ASPECT

У статті представлено методологію та результати вивчення громадського здоров'я, зокрема психологічного благополуччя населення. Ураховуючи високий рівень стрес-факторів, із якими зіштовхується людина, а також інтенсивний інформаційний вплив на людську психіку, представлено скринінговий інструментарій для раннього виявлення порушень психічного та соматичного здоров'я. Скринінг показав, що найбільш актуальними стрес-факторами для населення є хвилювання про здоров'я, військово-політичну ситуацію в країні та економічну ситуацію в особистій сім'ї. В умовах інтенсивного інформаційного впливу у 45,7% респондентів виявлено збільшення потреби в отриманні інформації, а у 13,4% відмова в отриманні новин взагалі. Найбільш популярними джерелами задоволення інформаційних потреб є використання соціальних мереж, спілкування з близькими, друзями, колегами. Внаслідок психологічної дестабілізації ознаками погіршення соматичного здоров'я стали: зниження фізичної активності, порушення сну, наявність больових відчуттів різної локалізації. Поряд із цим, третина вибірки мала потяг до шкідливих звичок з метою «покращення» психоемоційного і соматичного стану. Виявлено 14,6% респондентів, які потребували поглибленої медико-психологічної діагностики з подальшою психокорекцією, відповідного лікування та реабілітації. Зазначено, що здійснення оцінки громадського здоров'я, зокрема інформаційно-психологічного і психосоматичного аспектів стане запорукою раннього виявлення групи ризику, запобігання розвитку психічної патології, сприятиме зменшенню обсягу витрат на медичне обслуговування та комплексну медико-психологічну допомогу, зміцнення громадського здоров'я населення в цілому.

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, психічне здоров'я, соматичне здоров'я, стрес-фактори, інформаційний вплив, психоемоційний стан.

The article presents the methodology and results of the public health study, and the psychological well-being of the population. Given the high level of stressors that a person faces, and the intense information impact on the human psyche, screening tools for early detection of mental and physical health disorders, were described. The screening showed that the most pressing stressors for the population are health concerns, the military-political situation in the country, and the economic situation in the family. In the conditions of intensive information influence, 45.7% of respondents found an increase in the need to obtain information, and 13.4% – a refusal to receive news at all. The most popular sources of meeting information needs are the use of social networks, and communication with relatives, friends, and colleagues. As a result of psychological destabilization, the indicators of deterioration of somatic health were such as: decreased physical activity, sleep disturbance, and the presence of pain of different localization. In addition, one-third of the sample had a tendency to bad habits in order to "improve" their psycho-emotional and somatic condition. 14.6% of respondents were identified who needed in-depth medical and psychological diagnosis with subsequent psycho correction, necessary treatment, and rehabilitation. It is noted that the assessment of public health, in particular informational, psychological, and psychosomatic aspects, will be the key to early detection of risk groups, and prevention of mental pathology, thereby strengthening public health in general and reducing the cost of comprehensive medical care.

**Key words:** psychological well-being, mental health, somatic health, stress factors, informational influence, psycho-emotional state.

**Вступ.** Здоров'я населення – багатство країни, бо саме людина і її стан здоров'я виступає одним із головних факторів соціально-економічного розвитку. Але сучасний ритм життя, що характеризується турбулентними умовами існування, високим інформаційним впливом, постійними нервово-психічними випробуваннями, завдають значної шкоди психіч-

ному здоров'ю людини й призводять до розвитку різноманітних хворобливих станів.

Як відомо, хворобу краще запобігати, ніж лікувати, і це може бути можливим за активною реалізацією системи громадського здоров'я як основи профілактики захворювань різних нозологій, зокрема психосоматичного і психіатричного профілів. Кон-

цепція розвитку системи громадського здоров'я, що представлена у Постанові КМУ від 30 листопада 2016 р. № 1002-р зазначає: основним завданням держави виступає створення оптимальних умов для розкриття потенціалу кожної особи впродовж всього життя, досягнення європейських стандартів якості життя та благополуччя населення [5].

Розробка дієвих кроків, визначення нових підходів та створення цільових програм можуть бути реалізованими лише на підставі результатів проведеного скринінгу громадського здоров'я (аудиту актуального стану психічного і соматичного здоров'я населення).

Історія активної роботи над розробкою проблем проведення скринінгу громадського здоров'я розпочинається у середину ХХ століття. У 1957 в Сполучених Штатах Америки. Комісія з хронічних хвороб запропонувала термін «скринінг», що представлялася процедурою виявлення прихованої хвороби або дефекту із застосуванням ряду діагностичного інструменту (бесіда, тести, анкетування, обстеження), використання якого гарантує мінімальне витрачання часу [7]. З часом, а саме у 1961 році фахівці Державної служби охорони здоров'я США Торнер і Ремейн (R.M. Thorner and Q.R. Remein) опублікували перший вичерпний огляд принципів проведення скринінгу [10].

У 1968 році Вілсон і Джангнер (J.M. Wilson and G. Jungner) створили «Принципи і практика скринінгу на виявлення захворювань» – робота, що була опублікована як монографія Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) [12]. Ці роботи, і на сьогодні, залишаються основною літературою, присвяченою скринінгу.

У кінці 1960-х років скринінг набуває важливе значення в організації медичної допомоги населенню в Великій Британії. Організація Nuffield Provincial Hospitals Trust створила робочу групу зі скринінгу під головуванням професора Тома МакК'юена (Tom McKeown). У доповіді групи фахівців висвітлені два основні висновки. По-перше, оцінка десяти процедур проведення скринінгу показала, що в шести з них не враховуються, щонайменше, деякі з основних принципів і критеріїв; по-друге, наявна науково-дослідна й адміністративна структура скринінгу незадовільна і потребує зміцнення. Акцент робиться на необхідності планування і координації на етапі, що передуює впровадженню будь-якої програми по лінії Державної служби охорони здоров'я або будь-якої іншої системи медико-психологічної допомоги [9].

Створення в 1996 р. Національного скринінгового комітету Великої Британії (National Screening Committee – NSC) заповнило прогалину в галузі планування і сформувало механізм, що дозволяє впливати на впровадження та оцінку ефективних національних програм проведення скринінгу та визначати сфери подальших досліджень [11]. Цей досвід може служити важливою моделлю для інших країн.

Із 2015 року Національний скринінговий комітет Великої Британії вимагає виконання 7 критеріїв,

перш ніж запустити державну програму скринінгу, яку можна було б фінансувати та впроваджувати на державному рівні. Спеціальна група з профілактичних хвороб США (Centers for Disease Control and Prevention) мають аналогічні критерії [8].

Розповсюдженими програмами задля зниження смертності населення внаслідок виявлення захворювань на ранніх доклінічних стадіях та їх подальшого лікування є дві моделі скринінгових програм: організовані та опортуністичні. Організована скринінгова програма – це централізовано профінансована програма, мета якої проаналізувати групи населення з високим ризиком виникнення певної патології. Вона проводиться після підтвердження її ефективності в рандомізованих клінічних дослідженнях та економічної вигоди. Навпаки, опортуністичні скринінгові програми проводяться децентралізовано та виконуються у кабінетах різних спеціалістів за бажанням пацієнта або за рекомендацією лікаря [6].

На сьогодні рівень психологічної культури населення залишається ще на недостатньому рівні. Серед суспільства існує подекуди висока недовіра до фахівців психічного здоров'я. Особисте звернення до психолога, психотерапевта чи психіатра вважається соромним чи навіть ганебним. Рекомендації лікаря загальної практики чи іншого вузькопрофільного фахівця сприймається як недоречним. Глибина власних психологічних проблем недооцінюються людьми, і ліквідація їх наслідків проводиться вже при достатньо пізньому виявленні [2, 3].

Психічне здоров'я – як складова громадського здоров'я, життєво важливий елемент індивідуального й колективного добробуту. ВООЗ у Європейській програмі роботи, 2020-2025: Спільні дії для міцнішого здоров'я зазначає, що одним із завдань на найближчі 5 років є ліквідація стигматизації та дискримінації шляхом підвищення грамотності в питаннях психічного здоров'я [1].

Отже, аналізуючи міжнародний та національний досвід, то на даний час існують клінічні настанови щодо проведення скринінгів за різними патологічними станами, але урахувавши, високий рівень стрес-факторів із якими зіштовхується людина, а також інтенсивний інформаційний вплив на людську психіку, то доречно впроваджувати скринінг щодо оцінки психологічного комфорту та актуального функціонування з метою виявлення загроз і встановлення збитків психічному та соматичному здоров'ю.

**Мета дослідження** – запропонувати методологію проведення скринінгу оцінки стану громадського здоров'я та представити діагностичний інструментарій для встановлення ризиків розвитку патології психічного та соматичного здоров'я.

**Виклад основного матеріалу.** Для проведення якісного скринінгу громадського здоров'я, зокрема у секторі психічного здоров'я і психологічного благополуччя робота виконувалася у декілька етапів: підготовчий, основний, підсумковий. Основними принципами скринінгу стали: об'єктивність, специфічність, інформованість, етичність.

Таблиця 1

**Занепокоєність чи хвилювання за наступними ситуаціями**

Бали	Кількість осіб	Відсоткове співвідношення
Стан здоров'я чи стан близьких людей через COVID-19 або його різновиди		
Низькі	121	47,6%
Середні	78	30,7%
Високі	55	21,7%
Свій стан здоров'я чи близьких людей, що не пов'язано з COVID-19		
Низькі	91	35,8%
Середні	114	44,9%
Високі	49	19,3%
Занепокоєння захворіти COVID-19 самому чи близьким		
Низькі	86	33,9%
Середні	110	43,3%
Високі	58	22,8%
Соціально-економічна ситуація в країні		
Низькі	80	31,5%
Середні	105	41,3%
Високі	69	27,2%
Економічна ситуація в Вашій особистій сім'ї		
Низькі	71	28%
Середні	126	49,6%
Високі	57	22,4%
Військово-політична ситуація (загострення збройного конфлікту) в Україні		
Низькі	58	22,8%
Середні	113	44,5%
Високі	83	32,7%
Загальний інформаційний контент засобів масової інформації (телебачення, радіо, інформаційні сайти, соціальні мережі, преса)		
Низькі	113	44,5%
Середні	92	36,2%
Високі	49	19,3%

На першому етапі здійснено декілька підготовчих кроків. На основі попередніх досліджень [4] визначено основні стрес-фактори, що турбують суспільство в сучасних умовах буття, такими факторами стали: пандемія COVID-19, військово-політична ситуація, контент засобів масової інформації, соціально-економічна ситуація в країні та економічна ситуація в особистій сім'ї. Відносно визначених факторів сформовані запитання щодо вивчення інформаційної потреби населення, впливу інформаційного середовища на стан психологічного благополуччя, психічного та соматичного здоров'я, виявлення скарг на зниження фізичної активності, ознак апатії, зниженого настрою, наявності шкідливих звичок, порушень інстинкту самозбереження. На основі підготовлених запитань розроблено діагностичний інструмент – Анкета актуального функціонування.

Анкета актуального функціонування структурована та містить 4 блоки: персональний, інформативний, психологічний, соматичний. Персональна категорія представлена збором інформації про респондента (ПІБ або псевдонім, якщо людина бажає бути не ідентифікованою, вік, стать, освіта, форма зайнятості). Інформативна категорія досліджує потребу в інформації, відношення до неї, джерела отримання та оцінка їх достовірності. Психологічна категорія вивчає відношення особистості до актуальних стрес-факторів, емоційне реагування на різні види інформації, когнітивні зміни сприйняття інформації, відношення до себе та оточуючих. Соматична категорія вміщує оцінку впливу інформації на психосоматичний стан і функціонування людини, проявів астенії, депресії, суїцидальних тенденцій, больових відчуттів. Для конкретизації психоемоційного стану респондентів обрано широковідомі психологічні методики самооцінки емоційних станів (А. Уесман та Д. Рікс) та HADS.

Дослідження проводилося у рамках виконання НДР «Психічне здоров'я населення в умовах сучасних викликів: діагностика, корекція, психопрофілактика психоемоційних порушень і психічних розладів» (термін виконання 2022-2025 рр., номер держреєстрації – 0122U000246) та НДР «Теоретико-методологічні засади державного регулювання медико-психологічної реабілітації та абілітації» (термін виконання 2020-2022 рр., номер держреєстрації – 0120U100628). Термін проведення опитування припало на кінець січня, початок лютого 2022 року. Форма проведення дослідження: опортуністична.

У дослідженні взяли участь 254 особи, серед них 142 жінки (55,9%) та 112 чоловіків (44,1%), віком від 18 до 63 років. Середній вік – 31,6 ± 13,8 років.

Вивчення занепокоєння за різними стрес-факторами показав, що найбільш актуальним для населення є хвилювання про здоров'я, військово-політичну ситуацію в країні та економічну ситуацію в особистій сім'ї (табл. 1).

В умовах інтенсивного інформаційного впливу 45,7% респондентів (116 осіб) відмітили збільшення потреби в отриманні інформації, а 13,4% (34 особи) зовсім відмовилися від отримання новин, у 40,9% (104 особи) потреба в інформації не змінилася.

Було також вивчено і джерела отримання інформації серед респондентів і встановлено, що найбільш популярними джерелами задоволення інформаційних потреб є використання соціальних мереж 68,1% (173 респонденти), близькі, друзі, колеги 61,4% (156 респондентів), сайти новин Інтернет мережі 56,3% (143 респонденти), телебачення 37% (94 респонденти), преса (газети, журнали) 9,8% (25 респондентів), лікарі 20,5% (52 респонденти). Отже, отримання інформації від фахівців складає п'ята частина вибірки.

Під час дослідження 75,2% респондентів (191 особа) вважали, що мас-медія містять багато вторинної, зайвої, непотрібної інформації. А 79,1% респондентів (201 особа) помічали, що одна і та ж сама інформація представляється по різному і часто протилежно, в різних джерелах. Саме даний факт є підтвердженням ведення інформаційної війни проти людства, що несе негативні наслідки для психічного здоров'я. Серед загальної вибірки 20,5% респондентів відмітили, що отримана інформація

ЗМІ заважала їм зосереджуватися, 16,5% – інформація заважала визначити головне від другорядного.

Поряд із цим, проявами негативних змін психологічного благополуччя стали незадоволення собою, а також відчуття агресії до себе, близьких та інших людей (рис. 1).

Незадоволення собою та агресія по відношенню до себе є ризиком порушення інстинкту самозбереження та проявом аутоагресивних потягів.

Тенденцію до негативного, песимістичного настрою мали 13,4% (34 особи), а 1,2% (3 особи) характеризували свій стан, як у край негативний. У 12,2% і 6,7% респондентів виражено клінічний рівень тривоги й депресії (відповідно).

Суттєвих змін визначено і серед показників соматичного здоров'я населення (рис. 2). Респонденти відмічали, що інформаційний контент мас-медія

заважає зосередитися, визначити головне від другорядного і відповідно цього встановлений прямий кореляційний зв'язок з порушенням сну ( $r=0.72$ ,  $p=0.001$ ). Скарги на порушення сну є провідниками змін психічного та соматичного станів, а отже виступають ризиком розвитку психосоматичної патології.

Понад 36 % респондентів (93 особи) відмітили, що алкоголь чи паління дозволяє їм зняти напругу, покращити своє самопочуття. Отже, третина вибірки має потяг до шкідливих звичок з метою уявного покращення психоемоційного стану, а також чинником погіршення загального рівня громадського здоров'я.

За загальними результатами дослідження виявлено 14,6% респондентів (37 осіб), які потребували поглибленої медико-психологічної діагностики, корекції, відповідного лікування та реабілітації.

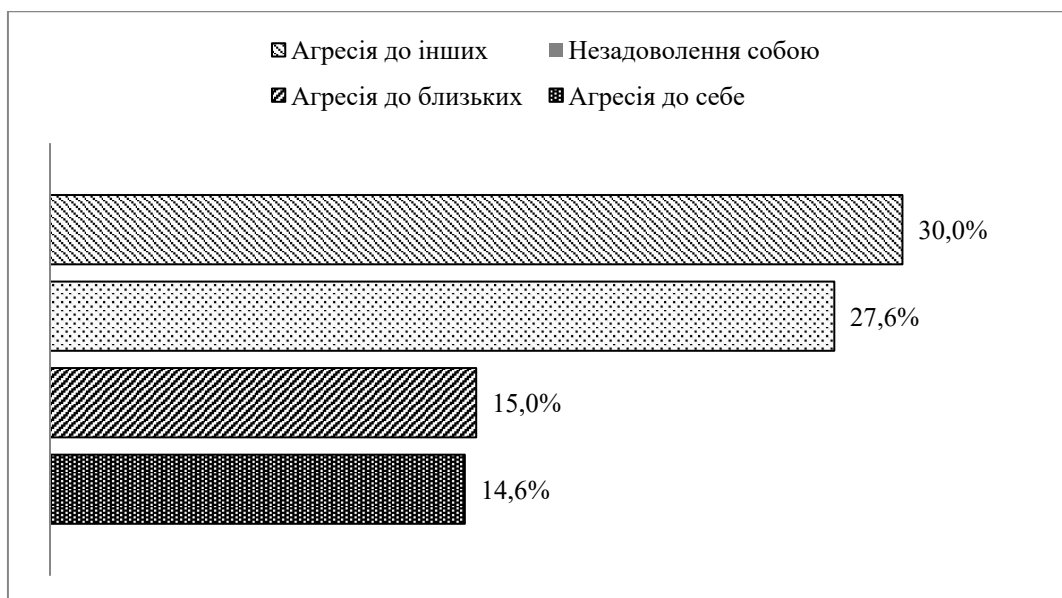


Рис. 1. Ознаки порушення психічного здоров'я і психологічного благополуччя

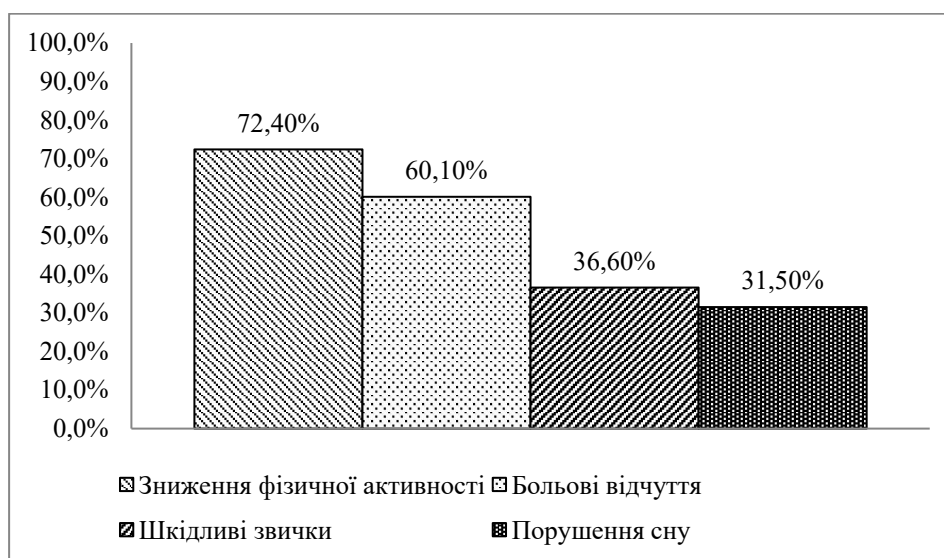


Рис. 2. Прояви змін соматичного здоров'я

Здійснення оцінки громадського здоров'я, зокрема інформаційно-психологічного і психосоматичного аспектів стане запорукою раннього виявлення групи ризику, запобігання розвитку психічної патології, сприятиме зменшенню обсягу витрат на медичне обслуговування та комплексну медико-психологічну допомогу, зміцнення громадського здоров'я населення.

#### Висновки.

1. Узагальнюючи досвід організації та реалізації скринінг-досліджень, можна відмітити, що дана форма має, як свої переваги, так і недоліки. До першої групи слід віднести високе охоплення населення за якоюсь певною проблемою, зокрема вивчення стану ментального здоров'я, з короткою витратою часу на кожного учасника дослідження. Серед недоліків залишається гіперболізація діагностики, проведення додаткових супутніх обстежень, проходження курсу лікування та реабілітації. А отже, головним критерієм успіху є високоякісна підготовка та впровадження скринінгових досліджень.

2. Запорукою проведення адекватного скринінгу є чітке формулювання головної мети, визначення цільової аудиторії, чітких критеріїв та структурованості дослідження. Основними прин-

ципами скринінгу доцільно вважати об'єктивність, комплексність, специфічність, інформованість, етичність. Дослідження психологічного комфорту, інформаційного навантаження, соматичних скарг надали можливість виявити пряму залежність між зосередженістю уваги та порушеннями сну ( $r=0.72$ ,  $p=0.001$ ) виявити групу ризику розвитку психосоматичної патології (36%) та осіб (14,6%), які потребували поглибленої медико-психологічної діагностики, корекції, відповідного лікування та реабілітації.

3. Задля підвищення якості громадського здоров'я запропонована методологія скринінгу повинна бути реалізована на державному, регіональному та громадському рівнях, що сприятиме вивченню актуальних проблем, пов'язаних зі здоров'ям населення, встановленню причинно-наслідкових зв'язків, виявленню прогалин системи та зміцненню охорони психічного здоров'я, зокрема у секторі профілактики та просвітництва.

4. Перспективними дослідженнями є оцінка рівня громадського здоров'я в умовах збройного конфлікту, виявлення актуальних проблем психічного здоров'я населення та розробка шляхів надання необхідної медико-психологічної допомоги.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Європейська програма роботи, 2020–2025: Спільні дії для міцнішого здоров'я. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ; 2021. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. 60 с.
2. Панченко О. А. Інформаційне забезпечення експрес-діагностики актуального стану пацієнтів / О. А. Панченко, А. В. Кабанцева, Д. О. Костін // Медико-психологічні та інформаційні аспекти реабілітації і абілітації людини. Збірник наукових праць за загальною редакцією Заслуженого лікаря України, професора О.А. Панченка. Київ. КВІЦ, 2020. – 344 с. – С. 192-195.
3. Панченко О.А., Кабанцева А.В. Психологічні ресурси особистості в умовах інформаційної турбулентності. Проблеми особистісних ресурсів у навчальній та професійній діяльності: матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Харків, 27-28 травня 2021 року). С. 71-75.
4. Панченко О.А., Кабанцева А.В., Сердюк І.А. Інформаційно-психологічні виклики турбулентного часу. *Вчені записки Таверійського національного університету ім. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Том 32 (71) № 4. С. 59-64. URL: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/10>
5. Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Концепції розвитку системи громадського здоров'я» від 30 листопада 2016 р. № 1002-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1002-2016-%D1%80#Text> (дата звернення: 20.04.2022).
6. Скринінг у первинній допомозі клінічна настанова, заснована на доказах. URL: [https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2018\\_09\\_21\\_kn\\_scrinning.pdf](https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2018_09_21_kn_scrinning.pdf) (дата звернення: 14.04.2022).
7. Chronic Illness in the United States. Vol. I. Prevention of Chronic Illness. Cambridge, 1957. 338 p. URL: <https://doi.org/10.4159/harvard.9780674497474>
8. McCormick, M.C., Almarino, D.A., & Stoto, M.A. Reducing the odds: preventing perinatal transmission of HIV in the United States. National Academies Press. 1999. URL: <https://doi.org/10.17226/6307>
9. McKeown T. Screening in Medical Care: Reviewing the Evidence. Oxford: Oxford University Press for the Nuffield Provincial Hospitals Trust, 1968. 256 p.
10. Thorner R.M. Remein Q.R. Principles and Procedures in the Evaluation of Screening for Disease. Washington: Public Health Service, 1961. (PHS publication no. 846. Public Health Monograph no. 67).
11. UK National Screening Committee (UK NSC). URL: <https://nationalscreening.blog.gov.uk/> (дата звернення: 12.05.2022).
12. Wilson J.M.G., Jungner G., Principles and Practice of Screening for Disease. Geneva: World Health Organization. 1968. URL: [http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/37650/WHO\\_PHP\\_34.pdf?sequence=17](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/37650/WHO_PHP_34.pdf?sequence=17) (дата звернення: 26.04.2022).

**Куліш О. В.**  
*кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології  
Черкаського національного університету  
імені Богдана Хмельницького*

**Сіпко Л. О.**  
*кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології  
Черкаського національного університету  
імені Богдана Хмельницького*

## **ВПЛИВ ЕМПАТІЇ НА ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

### **THE INFLUENCE OF EMPATHY ON THE FORMATION OF EMOTIONAL BURNING SYNDROME OF MEDICAL WORKERS**

У статті розкрито сутність поняття емпатія та емоційне вигорання. Описано основні чинники виникнення емоційного вигорання у медичних працівників. Проаналізовано специфіку роботи в медичних закладах та виділені емоції, які переживають медичні працівники. Зроблено акцент на понятті синдром «емоційного вигорання» у медичних працівників. З'ясовано, що важливою є просвітницька діяльність стосовно профілактики емоційного вигорання та, що діяльність медичних працівників пов'язана з постійними емоційними та нервово-психічними навантаженнями. Такі прояви сприяють розвитку деградації та професійної дезадаптації медичних працівників. Охарактеризовано, що професійна діяльність медичних працівників передбачає вплив широкого спектру стрес-факторів, що постійно супроводжується високою нервово-емоційною та фізичною напругою, спілкування з хворими на негативному емоційному фоні, підвищена відповідальність за життя пацієнтів, несприятливий соціально-психологічний клімат у колективі, погані умови праці та зміст роботи. Проведене дослідження проблеми емпатії та синдрому емоційного вигорання у медичних працівників та вивчено вплив емпатії на формування синдрому емоційного вигорання у медичних працівників. З'ясовано, що емоційне вигорання медичних працівників пов'язане насамперед з фізичним, емоційним, мотиваційним виснаженням, яке характеризується порушенням продуктивності роботи, втомою, безсонням, підвищеною схильністю до соматичних захворювань. Також виявлено, що синдром емоційного вигорання проявляється неадекватним реагуванням на пацієнтів та колег, відсутністю емоційної залученості, втратою здатності до співпереживання пацієнтам, виснаженням, яка веде до редукції професійних обов'язків і негативно впливає на особисте життя. Доведено, що психологічний супровід медичного працівника має полягати у корекції психоемоційної сфери, організації праці, та індивідуальному консультуванні працівників. Оскільки до працівників медичних установ пред'являється вимога наявності таких якостей особистості, як комунікабельність, емпатія, гуманізм та милосердя, а це вимагає великих психологічних і фізіологічних витрат.

**Ключові слова:** емпатія, емоційне вигорання, стрес, медичні працівники, емоції, здоров'я, особистість.

The article reveals the essence of the concept of empathy and emotional burnout. The main factors of emotional burnout of medical professionals are described. The specifics of work in medical institutions and the highlighted emotions experienced by medical workers are analyzed. Emphasis is placed on the concept of "emotional burnout" syndrome of medical professionals. It has been found out that the educational activities related to the prevention of emotional burnout are important and that the work of health professionals is connected with the constant emotional and mental stress. Such manifestations contribute to the development of degradation and professional maladaptation of health workers. It is characterized that the professional activity of medical workers involves the influence of a wide range of stressors, which is constantly accompanied by high emotional and physical stress, communication with patients on a negative emotional background, increased responsibility for patients, unfavorable socio-psychological climate in the team, poor labour conditions and content of work. The problem of empathy and emotional burnout of health professionals is studied and the impact of empathy on the formation of emotional burnout of health professionals is investigated. It has been clarified that the emotional burnout of health professionals is associated primarily with physical, emotional, motivational exhaustion, which is characterized by impaired productivity, fatigue, insomnia, increased susceptibility to somatic diseases. It has also been found out that the emotional burnout can be manifested through an inadequate response to patients and colleagues, lack of emotional involvement, loss of empathy for patients, exhaustion, leading to reduced professional responsibilities and negative impact on personal life. It is proved that the psychological support of a medical worker should be focused on the correction of the psycho-emotional sphere, the organization of work, and individual consulting of workers. Because health care workers are demanded to have such personality features as sociability, empathy, humanism, and compassion, which requires great psychological and physiological resource.

**Key words:** empathy, emotional burnout, stress, health professionals, emotions, health, personality.

**Постановка проблеми.** Процеси соціально-економічних трансформацій, що відбуваються в нашій країні, сприяють змінам, які відображаються в усіх

сферах життя, в тому числі й на ринку праці. Сучасний стан медицини, актуальна проблема війни в Україні та пандемії коронавірусу, підвищують



актуальність теми даного дослідження. Є всі підстави віднести медичні професії до класифікації найбільш психологічно обтяжливих професій, оскільки професійна діяльність у медицині передбачає регулярне спілкування з різним контингентом і, відповідно, високий рівень відповідальності у догляді за пацієнтами, професіоналізм у проведенні процедур, стресостійкість різної складності та інші аспекти психоемоційного напруження під час лікувально-діагностичної взаємодії. Без перебільшення можна стверджувати, що емпатія для медичних працівників є необхідною професійною якістю. Але якщо проблеми пацієнтів сприймаються як особисті, то крім тиску цих проблем, яких багато в сучасному житті, це призводить лише до надмірної втоми і незабаром це проявляється в певному негативному стані.

Для медичних працівників емпатія є професійною необхідністю, а не примхою. Медичні сестри та лікарі повинні добре розуміти емоції та почуття пацієнта, щоб надавати їм точну психологічну допомогу. Перевантаження проблемами пацієнтів, турбота про них, так би мовити, притиснення до власних проблем може призвести до надмірної втоми. Згодом цей стан фізичного та емоційного виснаження може перерости в синдром емоційного вигорання.

Літературні дослідження вказують на схильність медичних працівників (особливо тих, хто задіяний в догляді за пацієнтами) до розвитку станів особистісної дезадаптації (емоційного вигорання). Емоційне вигорання це стан фізичного і психічного виснаження у професійній сфері [2]. Його можна представити як стереотип професійної поведінки, який деформується в процесі повсякденної діяльності та характеризується частковою втратою емоційної, розумової та фізичної енергії, що проявляється значним зниженням якості життя медичних працівників. Тому стає необхідним поглиблене вивчення феномену синдрому вигорання та профілактичних заходів щодо запобігання його виникнення.

**Мета статті.** провести теоретичний аналіз проблеми емпатії та синдрому емоційного вигорання у медичних працівників та вивчити вплив емпатії на формування синдрому емоційного вигорання у медичних працівників.

**Виклад основного матеріалу.** Якщо все, що відбувається навколо людини може викликати у неї ті чи інші емоції, то особливо тісним являється зв'язок між емоціями людини та її особистою діяльністю. У професійному спілкуванні людини визначені такі функції емоцій: оцінну, інформаційну, збуджувальну [1]. Емоції впливають на накопичення та актуалізацію індивідуального досвіду учасників взаємодії. Реалізація медиком фахового спілкування у емоційно напруженому оточенні викликає емоційну агресивність або пригнічений стан учасників та з часом може привести до негативного ставлення до роботи. Почуття емпатії для медичних працівників, без перебільшення, є необхідною професійною якістю.

У різні часи над проблемою емпатії та емпатійності працювали вітчизняні та зарубіжні дослідники:

С. Борисенко, Т. Василюшина, Ж. Вірна, Т. Гаврилов, В. Дерябін, Б. Поршнев, В. Рибалка, С. Рубінштейн, Б. Теплов, В. Філатов, І. Юсупов, П. Якобсон та ін.

Цей феномен у роботі медичного працівника передбачає чуйне ставлення до іншої людини, прийняття особистості пацієнта в цілісності, вияв власної емоційної нейтральності, відсутність оціночних суджень щодо пацієнта [1]. Емпатія є динамічним і процесуальним психічним процесом, а її функціонування визначається цінностями і мотиваційними установками медичного працівника.

Багатогранність феномена емпатії для дослідників підтверджує розмаїття у визначеннях його суті, механізмів, функцій, ролі емпатії в моральному розвитку особистості, просоціальній поведінці, альтруїзмі тощо. У медичній справі емпатія є не лише механізмом інтерперсональної взаємодії, особливістю особистості, індивідуальною властивістю або якістю, а й ресурсом, що дає змогу зберігати власну цілісність у мінливому світі. Це зумовлено передусім особливостями досвіду роботи медичного працівника, оскільки для ефективного здійснення професійної діяльності фахівцю потрібно бути готовим до співпереживання як особливої форми емпатії. Медичні працівники, які постійно зіштовхуються зі стражданням людей, змушені створювати своєрідний бар'єр психологічного захисту від пацієнта, ставати менш емпатійними, оскільки високий рівень емпатійності спричиняє у них емоційне вигорання. Очевидно, що проблематика емпатії в сучасній медицині парадоксальним чином загострюється на тлі вдосконалення технологій надання кваліфікованої допомоги, які спричиняють емоційне віддалення медичного працівника від пацієнта. Медична діяльність роздвоюється на дві протилежні парадигми: «*care oriented*» (зорієнтована на лікування) і «*care oriented*» (зорієнтована на турботу), які в зв'язку із завданнями медико-психологічного супроводу пацієнта в ідеалі повинні бути злиті в холистичному підході до терапії.

Уперше на проблему професійного стресу працівників у сфері медицини звернули увагу американські дослідники, які помітили, що навіть при наявності спеціальної підготовки і підбору персоналу в медичних установах є факти незадовільної роботи їх співробітників (скарги хворих на їх неувагу, байдужість і навіть грубість). В медичну сферу поняття синдрому «емоційне вигорання» було введено американським психіатром Х. Дж. Фрейнденбергом у 1974 р. для характеристики психологічного стану здорових людей, які знаходяться в інтенсивному і тісному спілкуванні з клієнтами, пацієнтами в емоційно насиченій атмосфері під час надання професійної допомоги. Дослідник вперше звернув увагу на цей феномен у працівників психіатричної сфери і описав його як «поразку, виснаження або зношення, що відбувається з людиною внаслідок різко завищених вимог до власних ресурсів і сил» [9, с. 159]

На думку В. Бойко [2] синдром емоційного вигорання – це вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового

виключення емоцій у відповідь на вплив певних психотравмуючих чинників трудової діяльності. Вигорання є своєрідним функціональним стереотипом, оскільки дозволяє людині дозувати й ощадливо витрачати енергетичні ресурси.

С. Маслач [8, с. 71] дала досить влучне та одночасно «жорстке» формулювання цьому синдрому: «Виснаження – плата за співчуття».

Встановлено [4], що синдром емоційного вигорання медичних працівників проявляється неадекватною реакцією на пацієнтів і колег, відсутністю емоційної залученості, втратою емпатії до пацієнтів, стомлюваністю, що призводить до зниження професійної відповідальності та негативного впливу на особисте життя. Особистісні характеристики, такі як емоційна нестабільність, недовіра, почуття провини, напруженість, замкнутість, мають певне значення для виникнення вигорання. Сильно виражено також переживання психотравмуючих обставин, що виражається відчуттям фізичної та психологічної перевантаженості, стресу на роботі, наявністю конфліктів з начальством, колегами, пацієнтами.

«Синдром емоційного вигорання» є наслідком стресу в результаті професійного перенавантаження. Поступово науковці прийшли до висновку, що даний феномен є результатом як мінімум двох чинників: тривалого стресу і впливу стереотипу професійної поведінки, тобто спостерігається розлад не самої особистості, а її професійної ролі (своєрідна форма психологічного захисту медичних працівників від професійного перенавантаження). Серед фахівців схильні до синдрому вигорання люди з низьким рівнем професійної захищеності (відсутність досвіду практичної роботи, неможливість систематичного підвищення кваліфікації і інше)[6]. Цей стан фізичного та емоційного виснаження внаслідок перевантаження та впливу стресів як у професійному, так і у повсякденному середовищі є синдромом вигорання. Останній виражається у підвищеній та хронічній втомлюваності, апатії, деструктивному реагуванні на стреси тощо.

Серед основних професійних чинників, що зумовлюють результати дії тривалого стресу, можна виділити значне емоційне насичення актів взаємодії з пацієнтами. Серед медичних спеціальностей є ряд галузей з більш високим ризиком цього прояву. До них належать психіатрія, наркологія та інші галузі медицини, де нерідко доводиться мати справу з агресивною поведінкою пацієнтів, часто контактувати з психоактивно залежними особами. Робота з людьми похилого віку, хронічно і смертельно хворими, які потребують постійного інтенсивного догляду, та новонародженими також пов'язана з підвищеним ризиком вигорання. Зважаючи на значне навантаження, особливо за кількістю пацієнтів, з якими працюють медичні працівники, виявлено, що синдром вигорання проявляється неадекватним реагуванням на пацієнтів і колег, відсутністю емоційної залученості, втратою здатності до співпереживання пацієнтам, перевтомою, яка веде до редукції професійних

обов'язків та негативного впливу роботи на особисте життя.

Медичні працівники піддаються впливу постійної дії гострих і хронічних стресогенних факторів, наслідком чого є різні психологічні реакції, стани, які обумовлюють негативні специфічні психосоматичні і особистісно – характерологічні прояви, суттєво знижують їх якість життя, тобто проблеми медицини, які стосуються якості життя не обходять стороною і зайнятих в ній співробітників. Робота з помираючими та їх родичами надзвичайно складна і вимагає великих душевних затрат. У медичних працівників відбувається переосмислення власної системи життєвих цінностей. Змінюється напрямок роботи. Слід навчитися перебувати поряд з пацієнтом, а не просто виконувати свої функціональні обов'язки. Паралельно з цим після роботи медичним працівникам необхідно виховувати в собі правило – не нести ті емоції, які накопичилися за день додому і не виплескувати на рідних. Гострими є проблеми стикання медпрацівників зі смертю, неуспішністю лікування. Інстинктивний страх смерті змушує пацієнта шукати підтримку в оточуючих, в першу чергу – у медичних працівників. Тому виховання в собі безоціннісного відношення у медичного працівника є важливим моментом для успішної роботи. С. Маслач виділяє три основні складові цього синдрому: емоційне виснаження, деперсоналізація (цинізм), редукція професійних досягнень. Дамо коротку характеристику кожній складовій.

Емоційне виснаження – відчуття емоційної спустошеності, втоми, викликане власною роботою.

Деперсоналізація – цинічне ставлення до праці, об'єктів своєї праці. У медичній сфері деперсоналізація припускає бездушне, негуманне ставлення до пацієнтів, що приходять на лікування, консультації (одна з причин – невдоволення пацієнтів якістю надання медичної допомоги). Контакти лікаря з пацієнтами стають формальними, знеособленими.

Третя складова синдрому емоційного вигорання – редукція професійних досягнень – виникнення відчуття некомпетентності у своїй професійній сфері, усвідомлення неуспіху в ній [4].

Виокремлено вченими наступні чинники, що впливають на зменшення ризику емоційного вигорання у медичних працівників:

- розуміння особливості психології хворого, медичного працівника, лікувальної взаємодії;
- формування в медичних працівників навичок до розпізнавання ознак психічних порушень;
- розвиток умінь в медичних працівників встановлювати та підтримувати достатній для реалізації лікувальних завдань контакт із пацієнтом, з обов'язковим врахуванням індивідуально-психологічних особливостей та психосоціальної ситуації його (пацієнта) життя;
- формування навички у медичних працівників психологічно правильного вміння повідомляти діагноз або невтішні новини пацієнтами чи їх родині;
- вміння визначити оптимальну психологічну стратегію спілкування з хворим та його родиною на

етапах лікувального процесу, заради забезпечення у пацієнта високого рівня прихильності до лікування;

- розвиток комунікативної компетентності: володіння психологічними інструментами регулювання діалогу, уміння в доступній формі донести до хворого важливу інформацію щодо лікування його, мотивувати до лікування, обґрунтовувати зміни лікувальної тактики згідно з клінічними завданнями, робота з запереченнями, ефективні стратегії розв’язання конфліктних ситуацій;

- володіння медичними працівниками методами протидії психічному стресу та зменшення психічного напруження в безпечний для здоров’я спосіб;

- знання особливостей правильного time-менеджменту, self-менеджменту і розвитку soft-skills [7].

Перша і необхідна умова успішної та невиснажливої трудової діяльності – чітко визначення її цілей. Починаючи робочий день, необхідно чітко визначити ті результати, в досягненні яких є потреба впродовж цього дня. Це можуть бути як конкретні результати професійної діяльності (зміни стану пацієнтів, етапи роботи з документацією тощо), так і результати щодо перебігу робочого графіка. У пригоді тут можуть стати як звичайна уява, так і ручка з папером (наприклад у вигляді планера-нотатника).

**Результати дослідження.** З метою вивчення впливу емпатії на формування емоційного вигорання у медичних працівників ми провели дослідження 38 медичних працівників КНП «Черкаська міська консультативно-діагностична поліклініка» філія № 2, віком від 28 до 47 років, серед яких 17 лікарів та 21 медична сестра. Психодіагностичне дослідження здійснювалось за допомогою наступних методик: Методика діагностики рівня емпатичних здібностей

В. В. Бойко, Методика діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойко [2, 5].

Визначаючи рівень емпатії, всі досліджувані медичні працівники розділилися на 3 групи: низький рівень емпатії (14 осіб), середній рівень емпатії (16 осіб), високий рівень емпатії (8 особи). Середній сумарний бал по групі 25 балів (36 балів максимально).

Досліджуючи рівень емоційного вигорання ми з’ясували завищені показники даного явища, можливо це пов’язано не лише з професійною діяльністю, а і з війною в країні, зрештою, середній сумарний показник 57 балів (120 балів максимальні).

Було виявлено закономірність між рівнем емпатії у медичних працівників та їх емоційним вигоранням. На діаграмі видно, що медичні працівники з низьким рівнем емпатії мають менший рівень емоційного вигорання ніж працівники з середнім. До колонки з високим рівнем емпатії потрапило 8 осіб і хоча вони не показують очікуваного результату з ще більшим рівнем емоційного вигорання, все одно помітно, що вони страждають більше за працівників з низьким рівнем емпатії. Проаналізувавши дослідження ми зрозуміли, що зі зростанням рівня емпатії росте і рівень емоційного вигорання, тобто зростає ризик виникнення синдрому емоційного вигорання.

Це показує нам, що медичні працівники потребують психологічного супроводу і їм потрібно зосередитись на профілактиці синдрому емоційного вигорання, для поліпшення їхньої працездатності.

Ще Фрейденбергер вказав, що подібний стан розвивається у співчутливих людей, тих, хто ідеалістично ставиться до роботи, і в той же час у невірноважених людей, які схильні до мрій та мають нав’язливі ідеї. При цьому синдром емоційного вигорання може бути психологічним захисним механіз-

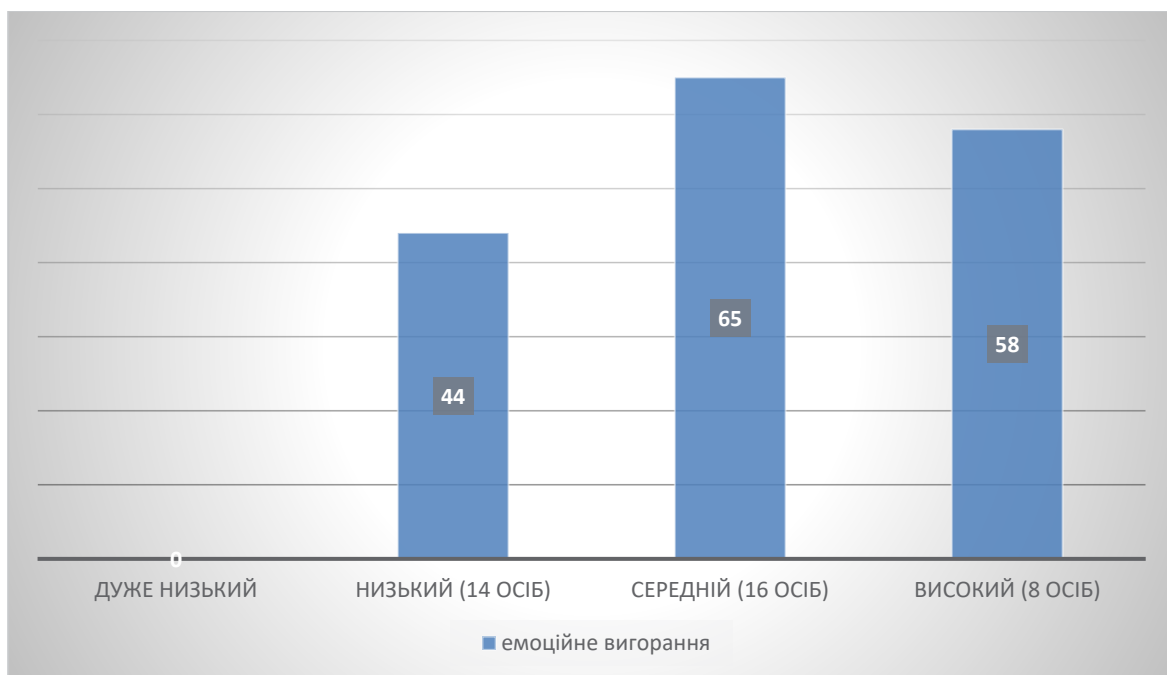


Рис. 1. Особливості емоційного вигорання в залежності від рівня емпатії

мом у вигляді часткового або повного відключення емоцій у відповідь на шкідливий вплив на психіку.

**Висновки.** Загалом можна визнати, що швидкість і тяжкість емоційного вигорання залежить від емпатійності медичного працівника. Тому потрібно не забувати, що позитивний вплив на емоційний стан та інші чинники у медичних працівників можуть зробити роботу персоналу приємнішою та якіснішою. Для поліпшення ситуації можна використати терапевтичні програми направлені на поглиблення пізнання медичними працівниками себе, своїх психологічних особливостей, усвідомлення своїх думок і дій, посилення позитивних якостей особистості, набуття навиків адекватної поведінки в певних соціальних ситуаціях, знаходження оптимальних шляхів

спілкування з адміністрацією, колегами, пацієнтами, їх батьками, пошук і використання адекватних методів лікування хворих.

Оскільки ця проблема є вагомою, а її вирішення в нашій країні подекуди запізнюється, тому кожна згадка про синдром емоційного вигорання може поліпшити ситуацію. Результати дослідження допоможуть збільшити розуміння, якого працівника на яку роботу краще ставити, поліпшити кадровий відбір для більш ефективного виконання роботи медичними працівниками.

Перспектива подальших досліджень у даному напрямку полягає у розробці спеціальних методик для формування у майбутніх медичних працівників адекватних моделей емпатійної професійної поведінки.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Басова А. Г. Формирование эмпатии. *Молодой ученый*. 2013. № 5 (52). С. 631-633. URL: <https://moluch.ru/archive/52/6898>
2. Бойко В. В. Синдром эмоционального выгорания: диагностика и профилактика. СПб: Питер, 2008. 336 с.
3. Водопьянова Н. Е., Старченко Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. СПб: Питер, 2008. 336 с.
4. Мащак С. О. Професійне вигорання особистості як соціально-психологічна проблема. *Науковий вісник Львівського університету внутрішніх справ*. Львів, 2012. № 2 (1). – С. 444–452. – URL: [https://www.lvduvs.edu.ua/documents\\_pdf/visnyky/nvsp/02\\_2012\\_1/12msospp.pdf](https://www.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/visnyky/nvsp/02_2012_1/12msospp.pdf)
5. Міщенко М. С., Бойко В. В. Особливості дослідження синдрому емоційного вигорання за допомогою методики «діагностика рівня емоційного вигорання». *Young Scientist*. 2015. № 4 (19). С. 103–105.
6. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. 256 с. ил. (Серия «Учебное пособие»).
7. Юрьева Л. Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников. Київ: Сфера, 2004. 271 с.
8. Maslach C. Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology*. 1998. V. 7. P. 63–75.
9. Freudenberger H.J. Staffburn-out. *Journal of Social Issues*. 1974. 30. P. 159–165

**Левус Н. І.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології*

*Львівського національного університету імені Івана Франка*

**Чопко Х. Б.**

*бакалавр психології*

*Львівського національного університету імені Івана Франка*

## **ЦІННІСНО-ПОТРЕБОВА СФЕРА ОСІБ, ЯКІ НЕПРОФЕСІЙНО ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ**

### **THE VALUE-NEEDS OF SPHERES WHO ARE UNPROFESSIONALLY ENGAGED IN SPORTS**

Досліджено ціннісно-потребову сферу п'ятдесяти осіб, які регулярно займаються спортом на непрофесійному рівні. Для цього використано методики "Ієрархія потреб" модифікації І. Акіндінової, "Ціннісні орієнтації" М. Рокіча, "Морфологічний тест життєвих цінностей" В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиної, "Шкалу психологічного благополуччя" К. Ріфф.

Емпірично виявлено, що тривалість занять спортом впливає на формування ціннісно-потребової сфери. Чим активніше досліджувані займаються спортом, тим чіткіше вони починають розуміти свої можливості і потреби. Збільшення кількості тренувань позитивно впливає на різні сфери їхнього професійного та соціального життя.

Порівняння ціннісно-потребової сфери досліджуваних з різним рівнем фізичної активності показало, що статистично достовірно вищі показники життєвих цінностей демонструють фізично активніші особи. З'ясовано, що на перше місце виходять цінності саморозвитку, досягнення, захоплення, духовної задоволеності. Особи, які часто займаються спортом, соціально активніші, оскільки спортивні досягнення позитивно впливають на впевненість в собі. З часом у них зростає потреба реалізувати свої можливості і вносити зміни у різні сфери життя, застосовуючи нові підходи та нові здібності.

Встановлено, що у осіб із підвищеною фізичною активністю, вищим є значення цінності креативності. Для них важлива реалізація своїх творчих можливостей, прагнення змінювати навколишню дійсність, роблячи щось по-новому, нетрадиційним способом.

Статистично достовірні відмінності у осіб з різним рівнем фізичної активності виявилися за показником психологічного благополуччя. Зі зростанням фізичної активності покращується ставлення до себе і свого минулого досвіду, здатність виконувати вимоги повсякденного життя, розвиватися і реалізовувати свої життєві плани, позитивно взаємодіяти з оточуючими.

**Ключові слова:** цінності, потреби, ціннісно-потребова сфера, здоровий спосіб життя, заняття спортом, психологічне благополуччя.

Fifty people who regularly play sports on a non-professional level have been studied. For this purpose, such methods were used: "Hierarchy of Needs" modified by I. Akindinova, "Value Orientations" by M. Rokich, "Morphological Test of Life Values" by V. F. Sopov, L. V. Karpushyna, "Ryff's Scales of Psychological Well-Being".

It is empirically found that the duration of sports affects the formation of the value-needs sphere. The more active the subjects are in sports, the clearer they begin to understand their capabilities and needs. Increasing the number of trainings has a positive effect on various areas of their professional and social life.

A comparison of the value-needs sphere of the subjects with different levels of physical activity showed that statistically significantly higher indicators of life values are demonstrated by more physically active persons. It was found that the values of self-development, achievement, passion, spiritual satisfaction come first. People who often play sports are more socially active, because sports achievements have a positive effect on self-confidence. Over time, they have a growing need to realize their potential and make changes in various spheres of life, applying new approaches and new abilities.

It is established that in people with increased physical activity, the value of creativity is higher. It is important for them to realize their creative potential, the desire to change the surrounding reality, doing something new, unconventional way.

Statistically significant differences in persons with different levels of physical activity were found in terms of psychological well-being. With the growth of physical activity improves the attitude to yourself and your past experience, the ability to meet the requirements of everyday life, to develop and implement their life plans, to interact positively with others.

**Key words:** values, needs, value-needs sphere, healthy lifestyle, sports, psychological well-being.

**Постановка проблеми.** Здоровий спосіб життя стає все більш популярними. Цю тенденцію можна вважати позитивною, оскільки люди починають більше піклуватись про стан здоров'я і форми цього піклування найрізноманітніші – правильне, збалансоване харчування, регулярні заняття спортом, нормальний режим сну, відмова від шкідливих звичок.

Причин популярності здорового способу життя достатньо багато. Заняття спортом сприймаються не лише як метод для скидання зайвої ваги або набору м'язової маси, а і як спосіб очищення думок і можливості вироблення гормону щастя – ендорфінів. До того ж, заняття спортом стають дуже популярними. Як доказ цьому – велика кількість постів і статей на

цю тему в соціальних мережах і проведення різноманітних спортивних заходів від відомих компаній.

Мотивація до дотримання здорового способу життя, зокрема через заняття спортом для всіх, може бути різною, тому дослідивши, які цінності і потреби переважають в осіб, які регулярно тренуються, можна буде зробити припущення, як мотивувати інших до зміни стилю життя.

**Аналіз останніх досліджень.** Як зазначають С. Седашева та Я. Седашев, здоровий спосіб життя містить декілька важливих компонентів, що пов'язані із культурою харчування, руху, емоцій, взаємовідносин, виховання. Сюди можна віднести: збалансованість праці і відпочинку, життя без шкідливих звичок, заняття фізичними вправами і спортом, переживання задоволення і щастя від прожитого дня, екологічну ситуацію, дотримання особистої гігієни, гігієни харчування тощо [5]. У зв'язку з цим автори піднімають проблему мотивації дотримання такого способу життя. Вони вважають, що в основі цієї мотивації лежить певна система цінностей та спонук до збереження, відновлення і зміцнення здоров'я, потреби бути здоровим, що походить від інстинкту самозбереження [5].

О. Андреева, досліджуючи спектр мотивів рекреаційно-оздоровчих занять, виділяє серед них фізкультурно-спортивні мотиви (заняття фізичними вправами, заняття у фітнес-клубах, самостійні рекреаційно-оздоровчі заняття, прогулянки) [1]. Детальніший розгляд таких мотивів виявляє прагнення до зниження надлишкової маси тіла, уникнення стресу й депресії, отримання задоволення, підвищення самооцінки, а також задоволення і таких соціальних потреб, як розширення коло спілкування.

“Здоровий спосіб життя – це спосіб життя окремої людини, спрямований на профілактику хворіб і зміцнення здоров'я”, – зазначають І. Кравченко, Л. Котова, Л. Фесенко [2, с. 273]. Сюди разом із раціональним режимом дня, корисним харчуванням, дотримання правил гігієни, регулярними заняттями спортом, відсутністю шкідливих звичок, автори відносять доброзичливе ставлення до оточуючих, активний відпочинок та сприятливі умови життя. Це, в свою чергу, допомагає підтримувати позитивне світосприйняття, відчуття радості буття [2].

В руслі теорії ортобіюзу Н. Родіна зазначає, що у структурі установки на здоровий спосіб життя містяться когнітивний, емоційний і мотиваційно-поведінковий компоненти. Саме мотиваційно-поведінковий компонент визначає цінність здоров'я у цій структурі, впливаючи на поведінку особистості у ставленні до свого здоров'я. Установка на здоровий спосіб життя є соціальною та виконує інструментальну, самозахисну, оцінково-експресивну і пізнавальну функції [4, с. 20-21].

Як влучно зазначає В. Малащенко, однією з складових частин у вихованні цінностей здорового способу життя, є самостійні заняття фізичними вправами [3]. Саме тому, цінності і потреби тих, хто активно займається спортом, певним чином входять до загальної системи сенсо-життєвих орієнтацій,

розуміння та емоційного ставлення того, наскільки важливо докласти зусиль для збереження свого здоров'я.

**Мета дослідження.** Дослідити ціннісно-потребову сферу осіб, які регулярно тренуються, займаючись спортом непрофесійно. Це дасть підстави для формування системи цінностей дотримання здорового способу життя, і укладання психологічних підходів щодо розвитку програми занять спортом для всіх.

**Результати дослідження.** Для досягнення поставленої мети було використано наступні психодіагностичні методики: “Ієрархія потреб” модифікації І. Акіндінової, “Ціннісних орієнтацій” М. Рокіча, “Морфологічний тест життєвих цінностей” В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиної, “Шкали психологічного благополуччя” К. Ріфф. Методи статистичного аналізу даних: перевірка на нормальність розподілу, кореляційний аналіз за критерієм Пірсона, кластерний аналіз, порівняльний аналіз за t-критерієм Стьюдента.

Група досліджуваних складається з 50 осіб, які займаються спортом від одного до п'яти разів на тиждень. Середня тривалість відвідування спортзалу – 3,14 років. Вік досліджуваних – 18-46 років. Розподіл досліджуваних за статтю: 29 чоловіків, 21 жінка.

Розглянемо взаємозв'язки мотивації та цінностей у емпіричних результатах осіб, які дотримуються здорового способу життя. Аналіз методики “П'ятифакторний особистісний опитувальник” показав, що частота занять спортом напряду взаємопов'язана із постійністю в своїх намірах і вмінням реально дивитись на факти. Як підтвердження цього можна взяти як приклад заняття спортом: для того, аби регулярно займатись, потрібно бути впевненим в тому, що це справді потрібно, а також реально розуміти, яких результатів вдасться досягти за певний період, а також чим доведеться пожертвувати.

Аналізуючи результати по шкалі “Морфологічний тест життєвих цінностей”, можна припустити, що кількість занять спортом взаємопов'язана із прагненням до саморозвитку (рис. 1). Можна припустити, що зі збільшенням кількості тренувань до максимально можливого зростає і бажання дізнатись про себе, особливості свого характеру. Чим активніше досліджувані займаються спортом, тим чіткіше вони починають розуміти, що потенційні можливості людського організму практично безмежні, тож частіше заняття спортом допомагають реалізувати ці можливості. Особи, збільшуючи кількість тренувань, стають більш вимогливими до себе.

Кількість занять спортом взаємопов'язана із цінністю фізичної активності. Тобто можна стверджувати, що чим активніше особа займається спортом, тим більше вона прагне більше займатись спортом. Кореляція по шкалі “Позитивне ставлення” може свідчити про те, люди, які рідше займаються спортом, менш відкриті до оточуючих і їм складніше йти на компроміси. Можливо, можна припустити,

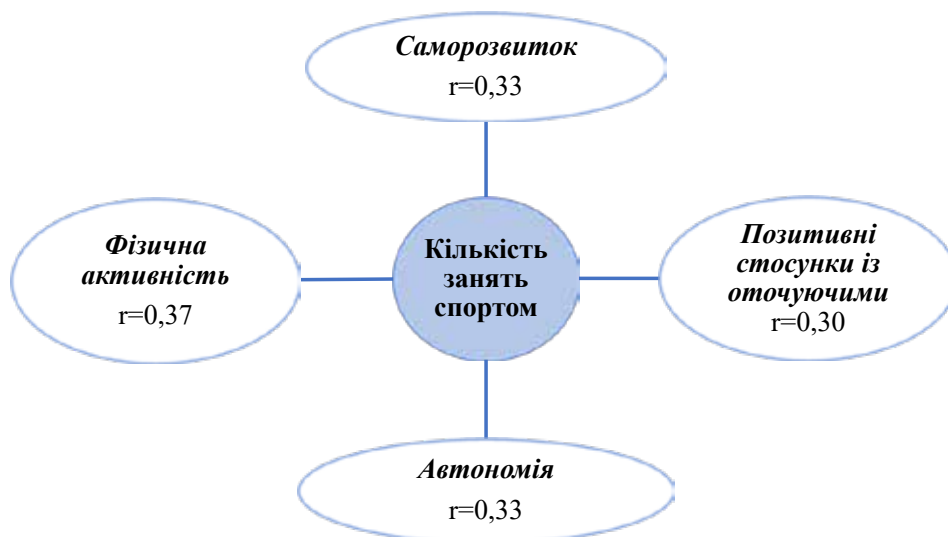


Рис. 1. Взаємозв'язки кількості занять спортом в тиждень із життєвими цінностями

що особи, які часто займаються спортом, соціально активніші, оскільки спортивні досягнення позитивно впливають на впевненість в собі, тому спілкуватися з оточуючими простіше.

Кореляція по шкалі "Автономія" характеризує осіб, які більш фізично активніші, як тих, хто самостійніший, здатний оцінювати власну поведінку, не опираючись на думку оточуючих. Це також може свідчити про те, що частота занять спортом розвиває впевненість в собі.

Кількість занять спортом взаємопов'язана із шкалою "Психологічне благополуччя", це можна інтерпретувати як те, що ті, хто частіше займається спортом, більше задоволені своїм життям, вони відчують більше можливостей для актуалізації можливостей.

Тривалість занять спортом корелює із такими цінностями:

1. Саморозвиток. Результат показує, що чим триваліше особи займаються спортом, тим більше вони схильні до саморозвитку.

2. Досягнення. Можна припустити, що особи прагнуть досягнути конкретних результатів в певній області, про що і свідчить велика кількість тренувань на тиждень. Наприклад, особи, які практично кожен день тренуються, доволі часто беруть участь у різноманітних змаганнях.

3. Захоплення. Високий показник по шкалі захоплення підтверджує, що частота занять спортом впливає на важливість хобі і захоплення в житті.

4. Духовна задоволеність. Можна припустити, що тривалість занять спортом впливає на те, що люди стають більш схильними до отримання задоволення від того, чим вони займаються.

5. Креативність. З часом збільшується бажання реалізувати свої можливості і вносити зміни у певні сфери життя. Можна припустити, що збільшується бажання принести щось нове у повсякденні справи.

Також високі показники по шкалах "Освіта" та "Суспільство". Можна припустити, що тим, хто

фізично активніший, з часом стає важливішим інтелектуальний розвиток та можливість впливати на суспільство.

З метою встановлення відмінностей між особами за рівнем фізичної активності було застосовано кластерний аналіз, який дозволив розділити їх на підгрупи. Найважливішими для кластеризації були такі шкали: тривалість і частота занять спортом, а також цінність фізичної активності (Wilks' Lambda: 0,08344 approx.  $F(12,152)=31,184$   $p<0,0000$ ). До першого кластеру увійшло 20 осіб (коректність кластеризації 100%), які в середньому 2 роки регулярно займаються спортом. Тривалість занять на тиждень у них в середньому становить 1-2 заняття. До другого кластеру увійшло 30 осіб (коректність кластеризації 94%), тривалість занять спортом у яких становить понад три роки і кількість занять на тиждень коливається від трьох до п'яти. На підставі цього можемо умовно назвати членів двох кластерів – особи з нижчою та вищою фізичною активністю.

Порівняння ціннісно-мотиваційної сфери осіб з різним рівнем фізичної активності було здійснено завдяки порівняльному аналізу за t-критерієм Стьюдента. У осіб з вищою фізичною активністю статистично достовірно вищі показники із "Морфологічного тесту життєвих цінностей".

Різницю по шкалі "Саморозвиток" можна пояснити тим, що особам, які частіше займаються спортом, важливіше постійно розвиватись у вибраному виді спорту, аніж тим, хто менше фізично активний. Дуже часто особи, які займаються спортом тривалий час і частіше, приймаються активну участь як у любительських, так і професійних змаганнях. Цим пояснюється різниця показника "Досягнення".

Порівняльний аналіз по шкалі "Захоплення" підтверджує результати кореляційного аналізу: частота і тривалість занять спортом напряму впливають на значимість хобі в житті. Можна припустити, що тим, хто тренується від 5 разів в тиждень, заняття спортом допомагають виразити власну індивідуальність



і унікальність. Такі особи вважають, що потенційні можливості практично безмежні і потрібно реалізувати їх в житті. Зазвичай, особи, у яких показник на високому рівні, відповідальні, вимогливі до себе, проте нормально сприймають людські недоліки.

Також виявлено різницю у таких показниках:

1. Власний престиж. Можна зробити висновок, що тривалість занять спортом і кількість тренувань в тиждень впливає на бажання досягнути визнання в суспільстві, а хороша фізична форма і перемоги у змаганнях – один з варіантів досягнення престижу.

2. Матеріальний стан. Бажання досягнути матеріального благополуччя вище у тих, хто більш фізично активний. Можливо, досягнення у спорті мотивують людей до того, аби мати вищі заробітки, покращити умови проживання і можливість купувати те, що хочеться. Можна припустити, що ті, хто частіше і довше займається спортом, більш фінансово успішні порівняно з тими, хто займається менш активно.

3. Професія. Кількість занять спортом впливає на сферу професійного життя. Можна припустити, що ті, хто фізично активніший, більше впевнені в собі і своїх силах, тому вони вибирають професію так, щоби вона була цікавою для них. Досягнення у сфері спорту позитивно впливають на досягнення у інших областях.

4. Освіта. Можна припустити, що заняття спортом позитивно впливають не лише на фізичну форму, а і на бажання бути освіченішим.

5. Суспільство. Активне заняття спортом прямо впливає на бажання бути суспільно активними. Це може проявлятися різними способами – наприклад, пропагувати спорт в ЗМІ та соціальних медіа, а також проводити різноманітні тренування. Ще один варіант – розвивати себе як бренд, тобто ставати лідером думок, аби мати вплив на суспільство.

6. Позитивне ставлення до оточуючих. Порівняльний аналіз по цій шкалі підтверджує результати кореляційного аналізу.

Результати порівняльного аналізу показують, що чим активніше особи займаються спортом, тим більше вони схильні до саморозвитку. Можна припустити, що зі збільшенням кількості тренувань до максимально можливого зростає і бажання дізнатись про себе, особливості свого характеру. Чим активніше досліджувані займаються спортом, тим чіткіше вони починають відкривати для себе потенційні можливості людського організму, тож частіші заняття спортом допомагають реалізувати ці можливості. Особи, збільшуючи кількість тренувань, стають більш вимогливими до себе.

До того ж, по шкалі “Досягнення” найвищий результат – у досліджуваних, які найчастіше займаються спортом. Можна припустити, що особи прагнуть досягнути конкретних результатів не лише в спорті, про що і свідчить велика кількість тренувань на тиждень, а і в інших сферах життя.

Статистично достовірні відмінності у осіб з різним рівнем фізичної активності виявилися за показником психологічного благополуччя (well-being) із шкали К. Ріфф (рис. 2). Отже, зі зростанням фізичної активності покращується ставлення до себе і свого минулого життя, здатність виконувати вимоги повсякденного життя, розвиватися і реалізовувати свої життєві плани, дотримуватись власних переконань без ущемлення прав інших.

Розподіл досліджуваних на підгрупи за рівнем фізичної активності також дозволяє стверджувати, що найбільша різниця у ціннісно-мотиваційній сфері між тими досліджуваними, які займаються спортом менше року та більше 5-ти років. Велика різниця показників може свідчити про те, що в осіб, які довше займаються спортом, він займає важливе місце в житті, як і бажання вдосконалювати свою фізичну форму. Можна припустити, що тим, хто довго займаються спортом, властивий високий рівень самодисципліни, оскільки не завжди є бажання йти в тренажерний зал чи займатись на вулиці.

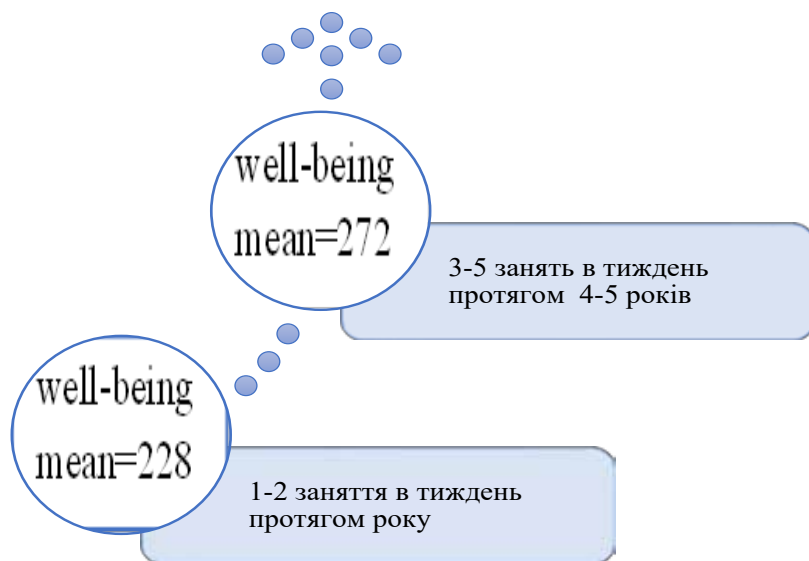


Рис. 2. Зростання показників психологічного благополуччя залежно від частоти та тривалості занять спортом



Високий рівень самоконтролю можна пояснити ще тим, що регулярні заняття спортом дисциплінують. До того ж, ведення здорового способу життя – це ще і нормальний режим сну, а також правильне харчування, тому для того, аби справді вести здоровий спосіб життя, потрібен високий рівень самодисципліни.

**Висновки та перспективи дослідження.** Тривалість занять спортом впливає на формування ціннісно-потребової сфери. Чим активніше досліджувані займаються спортом, тим чіткіше вони починають розуміють, що потенційні можливості людського організму практично безмежні. Разом з тим, збільшення кількості тренувань позитивно впливає на різні сфери життя.

На перше місце виходять цінності саморозвитку, досягнення, захоплення, духовної задоволеності. Особи, які часто займаються спортом, соціально

активніші, оскільки спортивні досягнення позитивно впливають на впевненість в собі. З часом у них зростає потреба реалізувати свої можливості і вносити зміни у певні сфери життя, застосовуючи нові підходи та нові здібності. Покращується ставлення до себе і свого минулого життя, здатність виконувати вимоги повсякденного життя, розвиватися і реалізовувати свої життєві плани, позитивно взаємодіючи з оточуючими. Таким чином, особи, що непрофесійно займаються спортом, володіють зростаючою цінністю та потребою у повному фізичному, психічному і соціальному благополуччі.

Перспективи дослідження полягають у емпіричному виявленні особистісних чинників, що впливають на мотиви занять спортом, фізичного розвитку та загалом дотримання здорового способу життя. Зокрема в цьому плані важливими є самоставлення та самоакцептація, як важливі конструкти Я-концепції.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Андрєєва О. Соціально-психологічні чинники, що детермінують рекреаційно-оздоровчу активність осіб різного віку. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2014. № 3. С. 35–40. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2014.3.25-30>
2. Кравченко І. П., Котова Л. І., Фесенко Л. М. Проблеми і шляхи формування здорового способу життя у вищій школі. *Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія / за заг. ред. проф. Г. П. Грибана*. Житомир : Рута, 2020. С. 271–278. URL: <https://cutt.ly/gHM0u4W>
3. Малашенко В. Теоретичні аспекти формування здорового способу життя студентів вищих закладів освіти. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини: актуальні проблеми та перспективи розвитку: зб. наук. праць студентів першого, другого та третього рівнів вищої освіти*. Полтава : Сімон, 2019. С. 56–59. URL: <https://cutt.ly/ОНМ250Т>
4. Родіна Н. В. Ортобіотичні засади системного моделювання психічних феноменів. *Дослідження психології ортобіоту людини: монографія*. Київ : Видавництво Ліра-К. 2021. С. 10–35. URL: <https://lira-k.com.ua/preview/12838.pdf>
5. Седашева С., Седашев Я. Психологічні аспекти здорового способу життя. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2020. № 1(99). С. 351–358. DOI: [https://doi.org/10.31865/2077-1827.1\(99\)2020.198173](https://doi.org/10.31865/2077-1827.1(99)2020.198173)

## СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.8>

**Вінс В. А.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
завідувачка кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Кашпур Ю. М.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
завідувач кафедри теоретичної та консультативної психології  
Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*

**Кузьменко Т. М.**

*завідувачка навчально-наукової лабораторії арттерапії  
та інноваційних технологій психологічного консультування,  
старший викладач кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

### ГАРМОНІЗАЦІЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖНИХ ПАР ЗАСОБАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

### HARMONIZATION OF INTERPERSONAL RELATIONS OF MARRIED COUPLES BY MEANS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING

Стаття присвячена визначенню особливостей впливу індивідуально-психологічних особливостей чоловіків та жінок на міжособистісні взаємини у подружніх парах та розгляду можливостей врахування цих знань під час надання психоконсультативної допомоги дорослим з питань гармонізації подружньої взаємодії. Представлена у статті інформація свідчить про те, що насамперед, на якість міжособистісних взаємин у сім'ї впливає тип темпераменту кожного із подружжя, що зумовлює особливості його поведінки з іншими людьми. Встановлено, що найбільш оптимальними є взаємини подружніх партнерів, які володіють протилежними типами темпераменту, а наявність однакових типів темпераменту у партнерів тільки загострює відносини. Виявлено також, що на взаємини чоловіків і жінок у подружжі впливають риси їх характеру, зокрема, такі як наполегливість, цілеспрямованість, принциповість, справедливість, які можуть мати різні прояви у чоловіка і жінки. Вияв акцентуєваних рис характеру у кожного або в обох шлюбних партнерів значно перешкоджає встановленню гармонійних взаємин у сім'ї. Вагому роль у побудові оптимальних взаємин у подружній парі відіграє внутрішній контроль, здатність до адекватного емоційного сприйняття навколишньої дійсності і свого партнера, розвинений емоційний інтелект, культура спілкування тощо.

Встановлено, що одним із шляхів гармонізації взаємин чоловіків і жінок у подружжі та навчання їх раціональному вирішенню конфліктів, які виникають у сімейному житті, є допомога психолога, яка може бути надана в індивідуальній формі (консультації, сімейні сесії) та в груповій (залучення до соціально-психологічних тренінгів та розвивальних програм). У статті надано рекомендації для покращення взаємин чоловіків і жінок у подружній парі, які допоможуть налагодити взаєморозуміння та уникнути конфліктів у міжособистісних відносинах.

**Ключові слова:** міжособистісні взаємини, шлюбні взаємини, подружня пара, індивідуально-психологічні особливості особистості, психоконсультування сім'ї, гармонізація подружньої взаємодії.

The article is devoted to the definition of the peculiarities of the influence of individual psychological characteristics of men and women on interpersonal relationships in married couples and consideration of opportunities to take into account this knowledge during the provision of psycho-consultative assistance to adults on harmonization of marital interaction. The information presented in the article indicates that, first of all, the quality of interpersonal relationships in the family is influenced by the type of temperament of each spouse, which determines the peculiarities of his behavior and attitude to the other people. It is established that the most optimal is the relationship of spouses who have opposite types of temperament, but the presence of the same temperament's types in partners only exacerbates the relationship. It has also been found that the relationships of men and women in marriage are influenced by their character traits, in particular, such as perseverance, purposefulness, integrity, justice, which can have different manifestations in men and women. The expression of accentuated character's traits of each or both spouses significantly prevents the establishment of harmonious relationships in the family. An important role in building optimal relationships in a married couple is played by internal control, the ability to adequately emotional perception of the surrounding reality and its partner, developed emotional intelligence, communication culture, etc.

It is established that one of the ways of harmonizing the men and women relationships in marriage relationships and teaching their rational resolution of conflicts that arise in family life is the help of a psychologist, which can be provided in an individual form (consultations, family sessions) and in a group (involvement in social and psychological trainings and

development programs). The article provides recommendations for improving the relationships between married couple, which help to establish mutual understanding and avoid conflicts in interpersonal relations.

**Key words:** interpersonal relationships, marriage relationships, married couple, individual psychological features of the individual, psychological consulting of the family, harmonization of marital interaction.

**Вступ.** Проблема міжособистісних взаємин особистості активно вивчається у працях соціальних психологів і соціологів, а також аналізується у сімейній психології. Міжособистісні взаємини чоловіків і жінок у подружніх парах є важливими для встановлення гармонії в сім'ї, задоволення потреб партнерів в прийнятті, любові, емоційній підтримці, у взаєморозумінні та визнанні цінності й гідності.

Проблема міжособистісних взаємин вивчалася багатьма психологами, зокрема, О. Бондарчук, Долинськаю, Я. Коломінським, З. Огороднійчук, О. Скрипченком та ін. Різноманітні аспекти міжособистісних взаємин між чоловіком і жінкою у подружній парі вивчають А. Антонова, А. Бабич, О. Горецька, В. Захарченко, С. Ковальов, Т. Кругла, М. Лисевич, О. Морозова, Л. Сердюк, О. Солдатова, В. Сисенко, Т. Титаренко, Р. Федоренко, С. Шевченко та ін.

Досить значну роль у міжособистісних взаєминах чоловіка і жінки у подружній парі відіграють індивідуально-психологічні особливості особистості, які можуть як сприяти, так і перешкоджати встановленню гармонійних відносин, вирішенню чи ескаляції конфліктів. Про вплив різних індивідуально-психологічних особливостей на якість взаємин чоловіка і жінки у подружній парі наголошують А. Бабич, Т. Кругла, М. Лисевич, Л. Сердюк, О. Собчик, В. Ткаченко, Р. Хавула, А. Харитонов.

Разом з цим вказана проблема залишається актуальною і потребує подальшого науково-прикладного вивчення, особливо у напрямку пошуку ефективних форм і методів психоконсультативної роботи із подружніми парами з метою гармонізації їх міжособистісних взаємин.

**Мета статті** – визначити особливості впливу індивідуально-психологічних особливостей чоловіків та жінок на міжособистісні взаємини у подружніх парах та можливості їх врахування під час надання психоконсультативної допомоги дорослим з питань гармонізації подружньої взаємодії.

**Виклад основного матеріалу.** На особливості міжособистісних взаємин чоловіка і жінки в подружніх взаєминах впливає багато факторів, серед яких вагоме місце займають індивідуально-психологічні особливості особистості кожного з партнерів. Дослідниця В. Ткаченко запропонувала систему факторів, що забезпечують високий ступінь задоволеності партнерами сімейним життям та їх міжособистісними відносинами у шлюбі. Ця система містить два блоки характеристик: особистісні якості кожного партнера і особливості міжподружньої взаємодії, які попереджають загострення сімейних криз [1].

До особистісних якостей чоловіків і жінок, що впливають на міжособистісні взаємини у подружніх парах, В. Ткаченко відносить: «високий рівень особистісної зрілості; адекватність самооцінок кожного з подружжя, узгодженість оцінок одне щодо одного; інтегральні соціально-психологічні характеристики

особистості (інтернальність, самоповага, самоприйняття, активність як здатність до змін, особистісна диференційованість); узгодженість особливостей ціннісно-сенсової сфери особистості подружжя (у тому числі домінуючих потреб, життєвих і сімейних цінностей); толерантність щодо індивідуальних розбіжностей з партнером; соціально-психологічна компетентність (комунікативний потенціал) подружжя; готовність пробачати і бути пробаченим» [1, с. 240].

До особливостей міжособистісної подружньої взаємодії, на думку В. Ткаченко, належать: «взаємна допомога в особистісному зростанні; взаємна спрямованість на особистісну ідентифікацію з партнером; взаємне емоційне прийняття (любов як взаємоповага, турбота, відповідальність, розуміння одне одного), емоційна теплота щодо партнера; дотримання оптимальної дистанції в спілкуванні (забезпечення особистісної волі, взаємна автономія подружжя, узгодженість психологічної близькості і віддаленості); можливість саморозкриття в спілкуванні; взаємне підтвердження й підтримка особистісної ідентичності кожного з подружжя; легкість спілкування; узгодженість особливостей взаємодії; ступінь задоволеності значимих потреб одне одного; створення сімейної субкультури» [1, с. 241].

На успішність міжособистісних взаємин у подружній парі, як стверджує І. Сайтарли, значно впливають особистісні схильності партнерів до вияву поваги, тактовності та комунікативної компетентності у процесі спілкування [2, с. 17].

Разом з цим, як зазначає Т. Кругла, протилежні характеристики комунікативної взаємодії подружніх партнерів призводять до сімейних конфліктів. Зокрема, на виникнення конфліктних відносин у подружній парі впливають: «незадоволення потреби в значущості свого «Я», неповага до почуття гідності з боку партнера; незадоволення потреби в позитивних емоціях: відсутність ласки, турботи, уваги і розуміння; наявність протилежних інтересів, прагнень, обмеженість можливостей для задоволення потреб одного із членів сім'ї (на його думку) та ін.» [3, с. 74].

На думку О. Столярчук, «на розвиток взаємин у подружній парі суттєво впливають такі особистісні характеристики подружжя, що є сприятливими для вдалого шлюбу: адекватна самооцінка й емоційна врівноваженість, орієнтація на пошук і помірна схильність до ризику, що дає змогу розвиватися міжособистісним відносинам, а не застоюватись; компетентність в часі (жити «тут і зараз», сприймаючи при цьому зв'язок подій; позитивне самоприйняття, що виявляється в природності поведінки та відвертості досвіду, у ставленні до іншого як до себе» [4, с. 76].

На важливість позитивної самооцінки, що впливає на якість міжособистісних взаємин у подружній парі, вказує Л. Сердюк. В її дослідженні доведено, що «у взаємодії подружжя виникає напруженість,

коли рівень самооцінки перевищує рівень оцінки, даної партнеру (коли кожен вважає себе кращим за іншого), а також коли рівень очікуваної оцінки з боку партнера перевищує рівень оцінки реально даної партнером (коли людина має занижену самооцінку, і вважає, що партнер ставиться до неї занадто гарно)» [5, с. 43]. Дослідниця вважає, що «неузгодженість взаємооцінок, самооцінок та очікувань партнерів є свідченням складного етапу міжособистісної адаптації, що проявляються в реальних та потенційних конфліктах у міжособистісних взаєминах. Однак із стажем подружнього життя особистісні характеристики чоловіка і жінки узгоджуються, стають сумісними. Проте за умови завищеної самооцінки одного із партнерів або й навіть обох, посилюється дезадаптація чоловіка і жінки одне до одного, ймовірно настання розлучення» [5, с. 43].

Особливе значення для гармонізації подружніх відносин мають знання темпераменту, характеру, типу особистості як своїх, так і свого партнера, а також даних про поєднуваність, сумісність і комбінації характерів і темпераментів у подружньому союзі. Пізнання поглядів, уподобань, потреб, звичок іншого партнера дозволяє виробити відповідну тактику і стратегію подружньої поведінки, адекватну світу, духу, переживань, світовідчуттям іншого «Я» [6, с. 18].

За ствердженням Р. Хавули, в сім'ях, в яких подружжя володіють однаковими темпераментами, відносини найбільш складні. У даних сім'ях часто трапляються тимчасові розриви стосунків між подружжям, причому навіть наявність дітей не є стримуючим фактором [7, с. 263].

Разом з цим науковець аналізує результати дослідження Т. Галкіної і Л. Собчик, відзначаючи, що «у виборі друга або подружнього партнера вагоме значення грає принцип взаємодоповнюваності темпераментів, зокрема, у взаєминах, що позначаються як «любов», спрацьовує принцип комплементарності». За даними Т. Галкіної і Л. Собчик, у «любівній» діаді (коли взаємини обома партнерами визначаються як «любов») знаходяться люди, що належать до прямо протилежних типів темпераменту (за класифікацією Г. Айзенка, що наочно представлена на колі особистісних характеристик. Дослідниці виявили, що «всі холерики вибирали флегматиків, всі сангвініки – меланхоліків, і навпаки». А при дружніх відносинах люди надавали перевагу особам із своїм типом темпераменту, крім флегматиків, які виявились «універсальними партнерами, обираючи для дружби представників будь-яких темпераментів, окрім свого» [7, с. 259].

Також важливим для встановлення гармонійних взаємин між шлюбними партнерами є риси характеру. Характер індивіда виявляється в системі ставлення до навколишньої дійсності: до інших людей (товариськість чи замкнутість, правдивість чи облудність, тактовність чи брутальність тощо); до справи (відповідальність чи несумлінність, працьовитість чи лінощі тощо); до власності (щедрість чи жадібність, ошадливість чи марнотратність, акуратність

чи неохайність); до себе (скромність чи самозакоханість, гордість чи приниженість тощо) [8, с. 144].

Окремі риси характеру можуть бути занадто розвинуті, що призводить до формування акцентуацій характеру (К. Леонгард, Г. Шмішек ін.). За свідченням Л. Орбан-Лембрик, існує чимало інших типів акцентуацій характеру, які можуть не лише стати ґрунтом для гострих афективних реакцій, неврозів, неадекватних дій, вчинків людини, а й умовою формування психопатичного розвитку індивіда [8, с. 150].

За свідченням М. Лисевич, сучасні дослідники виокремлюють індивідуально-особистісні психологічні особливості, які можуть стати причиною дезадаптивної поведінки у подружжі, зокрема, агресивність, тривожність, егоїзм, залежність, впертість, скритність тощо (Б. Братусь, Т. Карцева, Н. Коваль, Р. Мульруд та ін.). Внаслідок цього індивід має труднощі в адаптації, у стосунках з оточуючими людьми, що негативно позначається на характері взаємодії з іншими і породжує дезадаптивність у поведінці, яка проявляється переважно в конфліктах, що носять не епізодичний, а хронічний характер [9, с. 123].

Як стверджує В. Захарченко, слід звернути увагу на такі проблеми міжособистісних взаємин у подружжі як «індивідуальні особливості кожного з них: низька культура внутрішньосімейного спілкування; невміння вирішувати сімейні конфлікти й проблеми, цілковите незнання психології протилежної статі та низька культура сексуальних відносин, незадоволення власних проблем у сім'ї та інші» [10, с. 53].

Водночас на успішність міжособистісних взаємин між чоловіками і жінками у подружжі впливає наявність і рівень сформованості емоційного інтелекту у кожного партнера. Зазначимо, що розвинений емоційний інтелект не тільки є запорукою успішного сімейного життя та гармонійних стосунків у парі, а й оптимально впливає на розвиток емоційної сфери чоловіка і жінки.

Дослідниця О. Ляш вказує, що «емоційний інтелект (EI) виражається у здатності розуміти власний емоційний стан і стан оточуючих, а також аналізувати, які дії необхідно зробити в тій чи іншій ситуації і що за цим може послідувати. Це розумне управління емоціями для гармонізації своїх взаємин з іншими людьми і досягнення намічених цілей» [11, с. 211].

За ствердженням І. Бондаревської та А. Монської, емоційний інтелект подружжя проявляється в усвідомленні своїх емоцій та управлінні ними, в усвідомленні емоційних інших людей та управлінні ними, крім того задоволеність шлюбом пов'язана із емпатійними здібностями та особливостями поведінки чоловіка і дружини в конфліктних ситуаціях [12, с. 111].

У дослідженні Л. Крижановської та О. Скориніної-Погребної було доведено, що при наявності розвиненого емоційного інтелекту можна аналізувати ситуацію з точки зору партнера, краще розуміти, що він переживає та відчуває, усвідомлювати, який вплив мають на партнера власні емоції та вчинки, і передбачити його подальші дії. Саме тому, на думку

Л. Крижановської та О. Скориніної-Погребної, передумовою досягнення подружньої сумісності є високий рівень розвитку емоційного інтелекту у кожного з подружніх партнерів. Дослідниці вважають, що високий рівень емоційного інтелекту допомагає не лише розуміти емоції свого партнера, а й краще розбиратися у власних емоціях та почуттях. Без цього неможливий свідомий контроль за власним емоційним станом і своєю поведінкою. При повному та вчасному розумінні своїх емоцій та переживань є змога контролювати їх, здатність вчасно та найбільш адекватно поводитись та приймати правильні рішення у важких сімейних ситуаціях, суперечках та конфліктах, не доводячи їх до крайньої межі [13, с. 111].

Одним із шляхів гармонізації взаємин чоловіків і жінок у подружжі та навчання їх раціональному вирішенню конфліктів, які виникають у сімейному житті, є допомога психолога, яка може бути надана в індивідуальній формі (консультації, сімейні сесії) та в груповій, під час залучення до соціально-психологічних тренінгів та розвивальних програм.

Під час проведення індивідуальних консультацій, спрямованих на гармонізацію взаємин чоловіків і жінок у подружніх парах, психологові слід орієнтуватися на наступні дороговкази.

1. Дотримуйтесь принципу «соціальної дистанції». У взаєминах з чоловіком (дружиною) необхідно прагнути до того, щоб межа психологічного зближення ніколи не була повністю перетнута, щоб залишалася можливість руху, простору, в якому ще можна зближуватися. Іншими словами – не можна розчинятися один в одному, краще, щоб залишалися невідомі грані особистості, щоб чоловіку чи дружині було цікаво спілкуватися із партнером.

2. Одним з важливих способів запобігання подружніх конфліктів є особисті справи, якими насичене життя кожного з партнерів, дотримання партнерами «правила розмаїття». Чим більше взаємної зацікавленості подружжя, чим різноманітніші їх інтереси і чим більший збіг цих інтересів, то більший ресурс співпраці, тим менше можливостей для виникнення конфліктного протистояння.

3. Важливо дотримуватися правила «згладжування», яке стримує ознаки конфлікту, що назріває, і зменшує прагнення до конфліктного протистояння в іншої людини. Якщо бачите, що Ваш партнер роздратований, має негативні емоції чи сумний настрій, не слід розпочинати важливу розмову. Іноді для з'ясування проблеми досить підібрати відповідний час, і тоді вона вирішиться з найменшими зусиллями, не приводячи до конфлікту. Якщо бачите, що конфлікт назріває, можна використовувати різні засоби – відволікання, гумор, зміну теми розмови, заспокоєння партнера тощо.

4. Вивчайте свого партнера, його риси характеру, темпераменту, враховуйте їх під час спілкування та побудови спільних планів на майбутнє. Виявляйте розуміння, коли він (вона) не хочуть щось говорити, робити, дайте їм свободу дії і вибору. А також вивчайте себе, свої риси і властивості, зрозумійте, як важко виправити свої недоліки, і тільки тоді вима-

гайте чогось від партнера. Врахування рис характеру і темпераменту один одного і поважне, толерантне ставлення до чоловіка (жінки) допоможуть підтримати взаєморозуміння у сім'ї й уникнути суперечок.

Нині розроблено багато рекомендацій з оптимізації подружніх взаємин, попередження виникнення конфліктів між партнерами у сім'ї. О. Бондарчук виділяє найбільш загальні з них:

– Поважайте себе і один одного. Пам'ятайте, що він (вона) найближча людина, батько (мати) ваших дітей. Намагайтеся не збирати помилки, образи і «гріхи», а відразу реагуйте на них. Це допоможе уникнути накопичення негативних емоцій;

– Не робіть зауважень один одному в присутності інших (дітей, знайомих, гостей і т.д.);

– Не перебільшуйте власні здібності і досягнення, не вважайте себе завжди і в усьому правим. Більше довіряйте своєму партнеру, уникайте вияву ревнощів. Будьте уважним, умійте слухати і чути партнера.

– Піклуйтеся про свою фізичну привабливість, працюйте над своїми недоліками намагайтеся розвиватися, займатися самоосвітою і вдосконаленням.

– Ніколи не узагальнюйте навіть явні недоліки партнера, ведіть розмову тільки про конкретну поведінку в конкретній ситуації;

– Ставтеся до захоплення партнера з інтересом і повагою [14, с. 69-70].

Врахування наведених рекомендацій при міжособистісній взаємодії чоловіків і жінок допоможуть налагодити взаєморозуміння у сім'ях, дотримуватися правил доброзичливого ставлення один до одного, проявів поваги і любові, також сприятимуть попередженню конфліктних ситуацій або їх швидкому вирішенню.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Важливе значення в житті сім'ї відіграють міжособистісні взаємини. На якість цих взаємин між чоловіками і жінками у подружніх парах впливають такі індивідуально-психологічні особливості, як тип темпераменту кожного із подружжя, що зумовлює особливості їх поведінки та поведінки з іншими людьми; риси характеру партнерів, зокрема, наявність чи відсутність акцентуованих рис характеру, які впливають на гармонійність взаємин у сім'ї. Вагому роль у побудові оптимальних взаємин у подружній парі відіграє внутрішній контроль, здатність до адекватного емоційного сприйняття навколишньої дійсності і свого партнера, розвинений емоційний інтелект, культура спілкування тощо.

Знання і врахування вказаних індивідуально-психологічних особливостей членів подружжя та їх впливу на міжособистісні взаємини у подружній парі значно підвищують ефективність консультативної роботи психолога, який працює з сім'єю. Налаштування своїх клієнтів на толерантне ставлення до психологічних особливостей свого партнера, на готовість до вирішення виникаючих суперечностей у взаємодії з ним дозволить встановити сприятливі міжособистісні взаємини та гармонізувати спілкування у подружній парі.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Ткаченко В. Є. Соціально-психологічні умови благополуччя подружніх відносин. *Наукові студії із соціальної та політичної психології: Збірник наукових праць*. 2011. Вип. 27 (30). С. 233–249.
2. Сайтарли І. А. Культура міжособистісних стосунків: навч. посібник. Київ : «Академвидав», 2007. 240 с.
3. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. *Медсестринство*. 2017. № 4. С. 71-74.
4. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
5. Сердюк Л. З. Взаємозв'язок ставлення до себе та до партнера як фактор стабільності шлюбу. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2019. Том. VI. Психологія обдарованості. Вип. 16. С. 36-45.
6. Бабич А. С. Природа виникнення конфліктів молодого подружжя. «Інтеграція науки і практики в контексті професійної діяльності майбутніх фахівців: Педагогіка, Психологія, Економіка»: *Матеріали студентської науково-практичної конференції «Дні науки – 2012» (9 квітня 2012 р.)*. Київ, 2012. С. 6-20.
7. Хавула Р. Психологічні особливості подружньої сумісності. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2012. Вип. 3. С. 258-267.
8. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: навч. посібник. Київ : Академвидав, 2005. 448 с.
9. Лисевич М. С. Теоретико-методологічні засади дослідження дезадаптивної поведінки подружніх пар. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: Збірник наукових праць*. Київ : Логос, 2012. Вип. 17. С. 120-127.
10. Захарченко В. Г. Подружні конфлікти та стратегії їх розв'язання в молодих сім'ях. *Український соціум*. 2004. № 3 (5). С. 48–55.
11. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2015. Вип. 1(46). С. 210–216.
12. Бондаревська І. О., Монська А. О. Емоційні чинники задоволеності шлюбом у чоловіків і жінок. *Актуальні проблеми психології*. 2014. Т. I. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 40. С. 111–115.
13. Крижановська Л. Г., Скориніна-Погребна О. В. Особливості емоційної готовності молоді до шлюбно-сімейних відносин. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2016. Вип. 20. С. 109–117.
14. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. Київ: Кондор, 2001. 96 с.

**Крамченкова В. О.**  
*доктор психологічних наук,  
професор кафедри психології  
Харківського національного педагогічного університету  
імені Г. С. Сковороди*

**Чепелева Н. І.**  
*аспірантка кафедри психології  
Харківського національного педагогічного університету  
імені Г. С. Сковороди,  
викладачка кафедри соціології та психології  
Харківського національного університету внутрішніх справ*

## ПОДРУЖНІ КОНФЛІКТОГЕНИ ЯК ОЗНАКА СІМЕЙНОЇ КРИЗИ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї

### MARRIAGE CONFLICTOGENS AS A SIGN OF A FAMILY CRISIS AT DIFFERENT STAGES OF THE FAMILY LIFE CYCLE

У статті розглядаються питання реакцій подружжя на конфліктні ситуації на різних етапах життєвого циклу сім'ї, що є доцільним в контексті аналізу, вирішення та профілактики конфліктних ситуацій і взаємодії, прогнозування шляху розвитку сімейної системи та розробки програм психологічного супроводу. Мета полягає в аналізі реакцій подружжя на конфліктні ситуації на різних етапах життєвого циклу сім'ї за умов переживання сімейної кризи. Емпіричне дослідження було проведене на виборці подружніх пар різних вікових груп і різних сфер діяльності, на різних етапах розвитку сімейної системи. Результати здійсненого теоретичного та емпіричного аналізу дозволяють зробити висновок, що реакції подружжя на конфліктні ситуації зі збільшенням стажу сімейного життя змінюються від активно-позитивних, через негативні до пасивних за більшістю сфер життєдіяльності сім'ї. Домінування позитивних реакцій на початку сімейного життя (до 3-х років) пов'язано із позитивними очікуваннями та новизною сімейних стосунків. Переважання негативних реакцій у конфліктних ситуаціях на середньому етапі розвитку сімейної системи (3-10 років) пояснюється прагненням до активного усунення протиріччя при зіткненні інтересів і очікувань, зокрема через конфліктну взаємодію. Пасивні реакції у сімей з великим стажем (від 10 років) пов'язані із стереотипними конфліктами, з усталеними очікуваннями та динамікою сімейної взаємодії.

Тобто, провідні конфліктогени відбивають завдання розвитку сім'ї на відповідних етапах життєвого циклу. Основними конфліктогенами для молоді сім'ї виступають адаптаційні протиріччя пов'язані з вихованням дітей та ситуації неузгодженості норм поведінки. Для сім'ї зі стажем 3-10 років більшість сфер сімейного життя мають явну конфліктогенність; для зрілих сімей (більше 10 років) з підвищенням ригідності сімейної системи лівова частка конфліктогенів набувають прихованого характеру.

**Ключові слова:** сімейна система, сімейна криза, конфліктні та стресові ситуації подружжя, розвиток подружжя, адаптація подружжя, конфліктогени, сімейний стаж.

The article considers the study of spouses' reactions to conflict situations at different stages of the family life cycle in times of family crisis, which is appropriate in the context of analysis, resolution and prevention of conflict situations and interaction, forecasting the family system and developing psychological support programs. family crisis. The purpose of the study is to analyze the reactions of spouses to conflict situations at different stages of the family life cycle in times of family crisis. The empirical study was conducted on a sample of married couples of different ages and different fields of activity, at different stages of development of the family system. The results of theoretical analysis and empirical research allow us to conclude that in times of family crisis, spouses' reactions to conflict situations with increasing family life change from active-positive, through negative to passive in most areas of family life. The dominance of positive reactions at the beginning of family life (up to 3 years) is associated with positive expectations and novelty of family relationships. The predominance of negative reactions in conflict situations at the middle stage of development of the family system (3-10 years) is explained by the desire to actively eliminate the contradiction in the conflict of interests and expectations, in particular through conflict interaction. Passive reactions in families with long experience (over 10 years) are associated with stereotypical conflicts, established expectations and the dynamics of family interaction.

Leading conflictogens reflect the challenges of family development at the appropriate stages of the life cycle. The main conflicts for young families are adaptive contradictions related to the upbringing of children and situations of inconsistency of norms of behavior; for a family with 3-10 years of experience, most areas of family life have a clear conflict; for mature families (more than 10 years) with increasing rigidity of the family system, most conflictogens become latent.

**Key words:** family system, family crisis, conflict and stressful situations of spouses, development of spouses, adaptation of spouses, conflict genes, family experience.

**Постановка проблеми.** Проблема сімейних конфліктів не втрачає своєї актуальності. Адже саме сімейні конфлікти є зазвичай причиною сімейних розлучень, втрати ваги інституту шлюбу. За даними

Міністерства юстиції України за останні 30 років кількість шлюбів зменшилася у 3 рази. У 2020 році було офіційно зареєстровано 167,9 тисяч шлюбів, тоді як в 1991 році – 493 тисячі. Кількість розлучень

щороку зменшується, проте не так швидко, як кількість шлюбів. У 2020 – 119253, а в 1991 році розлучилося 200810 пар [21].

Найчастіше розлучення відбуваються саме у кризові моменти подружнього життя, причинами розлучень стають подружні конфлікти через підвищені вимоги до партнера, недостатньо розвинене почуття обов'язку в одного з партнерів, проблеми у порозумінні зі старшим поколінням, питання пов'язані з побутом і вихованням дітей, невідповідність очікувань, недовіра і ревності, нещирість стосунків, фінансові труднощі.

Психологічні дослідження з питань аналізу, вирішення та профілактики конфліктних ситуацій і взаємодії сприяють накопиченню нових сучасних методів психотехнологій, що позитивно впливає на збереження рівноваги сімейної системи, встановленню близьких взаємин і взаєморозуміння в сім'ї, отже дозволяють розробити рекомендації подолання сімейної кризи та програми психологічної допомоги кризовим сім'ям.

Таким чином, аналіз конфліктогенів у різних сферах сімейного життя є доцільним у контексті успішного подолання основних нормативних сімейних криз, що відбуваються на відповідних етапах життєвого циклу сім'ї.

**Аналіз останніх публікацій.** Дослідження сімейних конфліктів є однією з найбільш розроблених проблем сімейної психології. Докладно розглядаються причини конфліктів (В. Левкович і О. Зуськова, В. Сисенко) [8; 13], форми конфліктної взаємодії у міжпоколінних конфліктах (Л.Е. Зотова) [4], зв'язок конфліктної поведінки подружжя із внутрішньоособистісним конфліктом та психологічними захистами (О.С. Кочарян) [5] та знаходження шляхів їх вирішення (О.М. Волкова) [2].

За аналізом досліджень природи сімейного конфлікту представлено В.О. Крамченковою сімейний конфлікт обумовлюється розумінням сім'ї як суперечливої структури – сім'я як соціальна група прагне балансу, але структурно схильна до конфлікту. Отже, сімейний конфлікт є природною частиною життя сім'ї, що відображає неминучі суперечності у сімейних стосунках, необхідність постійного вирішення розбіжностей між індивідуальними та сімейними інтересами [7].

Відповідно до підходу «розвитку життєвого шляху сім'ї» (девелопменталістський) сім'я – це структура, що змінюється, має нормативну динаміку сімейних трансформацій, що обумовлена проходженням стадій життєвого циклу сім'ї. Ключовими категоріями підходу є стадії розвитку сім'ї, переходи з одного етапу на інший, завдання розвитку, сімейний життєвий шлях. У психології існує багато періодизацій життєвого циклу сім'ї за різними ознаками. Критеріями для стадіального розподілу виступають різні показники: наявність або відсутність дітей і їх вік; вік подружжя; стадії розвитку шлюбу; зміни окремих функцій сім'ї; зміни структури сім'ї; зміни способів внутрішньосімейної комунікації, сімейні кризи та ін. Макродинаміка сімейного функціону-

вання характеризується у категоріях сімейної еволюції етапів життєвого циклу, криз переходу від одного етапу до наступного, пов'язаних із опором сімейної системи змінам, травматичними подіями у сімейній історії [7].

У психології виділяють два типи сімейних криз: нормативні або кризи розвитку – ті, через які проходить практично кожна подружня пара, і ненормативні, пов'язані з негативними подіями, які трапляються не у всіх сім'ях [10]. Переживання сімейної кризи будь-якого типу вимагає від сім'ї напруження адаптаційних механізмів та вибудовування нових стандартів взаємодії. Відповідь сімейної системи на ситуацію, що потребує адаптаційних змін може виявлятися в активізації гомеостатичних процесів, що спрямовані на підтримку усталеного стану системи; у підвищенні (зменшенні) функціонального рівня сімейної системи; у підвищенні жорсткості сімейних меж задля обмеження інформаційного обміну; у спробах змінити оточення (за рахунок соціальних трансформацій або пошуку сприятливого оточення) [7].

В рамках нормативних криз, на думку Качанової О.І. розбіжності в сучасних сім'ях відбуваються з певних причин в залежності від стажу сім'ї: сварки і конфлікти, пов'язані з поділом домашньої праці, найчастіше бувають в сім'ях зі стажем 3-10 років; розбіжності з фінансових питань і з приводу виховання дітей виникають в шлюбах, тривалість яких 6-20 років; сексуальні проблеми переживають подружжя, які живуть разом 6-15 років.

В теорії ненормативних криз причини конфліктів пов'язують з незгодою чи несправедливістю розподілу праці в сім'ї, різного розуміння прав і обов'язків, недостатнього внеску одного з подружжя в домашню працю і самообслуговування. Іншими словами в сім'ї виникає рольовий конфлікт. Він найчастіше проявляється як: 1) конфлікт рольових образів, що пов'язаний з неправильним їх формуванням у одного або кількох членів сім'ї; 2) міжрольовий конфлікт, при якому протиріччя закладено в протилежність рольових очікувань, що виходять з різних ролей. Такого роду конфлікти спостерігаються часто в багатопокілінних сім'ях, де подружжя другого покоління одночасно є і дітьми і батьками і повинні відповідно поєднувати протилежні ролі; 3) внутрішньорольовий конфлікт, при якому одна роль включає в себе суперечливі вимоги [12].

В.П. Шейнов, узагальнюючи причини сімейних криз, вказує, що непідготовленість до шлюбу це основний фактор і причина розлучень (42%). Вона проявляється в неувважності один до одного, небажанні надавати допомогу в домашніх справах і вихованні дітей, неготовності співпрацювати, стереотипах та інших проявах неготовності до подружнього життя [16].

Сімейна криза визначає дві протилежні лінії подальшого розвитку сім'ї: деструктивну, що веде до порушення сімейних відносин і конструктивну, що містить можливість переходу сім'ї на новий рівень функціонування [10].



Таким чином, дослідження реакцій подружжя на конфліктні ситуації на різних етапах життєвого циклу сім'ї за умов переживання сімейної кризи є доцільним в контексті прогнозування шляху розвитку сімейної системи та розробки програм психологічного супроводу подолання сімейної кризи.

**Мета дослідження** – аналіз реакцій подружжя на конфліктні ситуації на різних етапах життєвого циклу сім'ї за умов переживання сімейної кризи.

**Методи і вибірка дослідження.** Опитування за власною розробленою анкетною для сімейних пар з виявлення кризових сімейних станів «Особливості переживання сімейних криз подружжям». Опитування у даному дослідженні використовувалося для відбору подружніх пар, що мають ознаки актуальної кризи та вважають свою сім'ю кризовою.

Тестування за методикою «Характер взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях» (Ю.Є. Альшина, Л.Я. Гозман, О.М. Дубровська). Критерії опитувальника дозволяють конкретизувати зони подружнього конфлікту і розкрити зміст індивідуальних переживань. Шкали методики дозволяють визначити характер взаємодії за 8 основними сферами життя сім'ї: визначення стосунків в родині, виховання дітей, прагнення до автономії, порушення рольових очікувань та норм поведінки, підкорення/домінування, конфліктні ситуації ревнощів, ставлення до матеріальних та фінансових питань. Параметрами для опису поведінки людини у ситуації конфлікту виступають активність (або пасивність) у ситуації конфлікту, згода (або незгода) з партнером по взаємодії. Тобто за інтерпретаційними схемами методики виділяють три варіанти реакції – активно позитивна реакція, пасивна, активна негативна; визначають загальний рівень конфліктності у парі, найбільш конфліктогенні сфери сімейних стосунків та ступінь згоди (чи незгоди) у ситуаціях конфлікту.

Емпіричне дослідження було проведене на вибірці кризових подружніх пар різних вікових

груп і різних сфер діяльності, на різних етапах розвитку сімейної системи. У своєму дослідженні ми спиралися на періодизацію сімейного життя за В.А. Сисенко, що побудована на шлюбному стажі, кількості років спільного життя подружжя. Він розділяє життєвий цикл сім'ї на 4 шлюбні періоди: дуже молоді шлюби (0-3 роки), молоді шлюби (4-10 років), середні шлюби (10-19 років), літні шлюби (більше 20 років) [13]. Отже, досліджувані 63 сімейні пари, що проживають в різних областях України, було розподілено на три групи: 19 пар зі стажем подружнього життя до 3 років, 26 пар – стаж 3-10 років та 18 пар – стаж проживання у шлюбі більше 10 років.

**Результати дослідження.** Проведене нами опитування за анкетною «Особливості переживання сімейних криз подружжям» дозволило виявити ознаки кризових сімейних станів та суб'єктивну оцінку власних переживань, що виявляються зменшенням прагнення подружжя до інтимної близькості, зменшенням прагнення подібатися один одному; питання, пов'язані з вихованням дітей, що провокують сварки і взаємні докори, відсутність спільної думки з приводу більшості значущих для них питань (стосунки з рідними і друзями, плани на майбутнє, розподіл доходів сім'ї та інше); нерозуміння почуттів один одного – майже всі вчинки і слова партнера викликають роздратування, один з подружжя вважає, що змушений весь час поступатися своїми бажаннями, немає потреби ділитися з партнером своїми проблемами і радіщами тощо. При цьому, зв'язок кризи із подружнім конфліктом виявився у відповідях 43% подружніх пар зі стажем подружнього життя до 3 років, 81% подружніх пар зі стажем 3-10 років та 92% подружніх пар зі стажем проживання у шлюбі більше 10 років.

Аналіз реагування сімейних пар в залежності від стажу на конфлікти у різних сферах сімейного життя представлений в таблиці 1.

Таблиця 1

**Особливості реагування в конфлікті на різних етапах життєвого циклу сім'ї**

Конфліктні сфери	Частота реакцій у конфліктній ситуації подружжя (%)								
	Стаж до 3-х років			Стаж 3-10 років			Стаж більше 10 років		
	Активно негативна реакція	Пасивна реакція	Активна позитивна реакція	Активно негативна реакція	Пасивна реакція	Активна позитивна реакція	Активно негативна реакція	Пасивна реакція	Активна позитивна реакція
Проблеми стосунків з родичами і друзями	33	41	26	59	28	13	29	56	15
Питання, пов'язані з вихованням дітей	51	24	25	30	22	48	30	23	47
Прояви подружжя прагнення до автономії	15	36	49	47	38	15	33	56	11
Ситуації порушення рольових очікувань	3	26	71	45	29	26	41	26	33
Ситуації неузгодженості норм поведінки	56	19	25	20	51	29	20	47	67
Прояви домінування подружжям	37	24	39	40	21	39	33	29	38
Прояви ревнощів подружжям	17	12	71	69	23	8	68	20	12
Розходження у ставленні до грошей	33	12	55	62	21	17	22	68	10

Розглянемо основні тенденції за конфліктними сферами. З отриманих даних видно, що у сфері проблем стосунків з ріднею і друзями на початку сімейного життя переважає пасивне реагування на рівні 41%, що пов'язано з тим, що молоді сім'ї часто замовчують свої проблеми з близькими, в чомусь підкоряючись, прислухаючись до порад або сподіваючись на їх самостійне вирішення. З часом починає домінувати активна негативна тенденція відокремлення, сепарації, захист власної сім'ї, а в парах зі стажем більше 10 років знову панує пасивна реакція (56%), але з причини усталеності сімейного укладу і особливостей стосунків з ріднею.

У сфері виховання дітей спочатку переважає негативна реакція (51%), що пов'язано з малим досвідом та переживаннями відносно виховання маленької людини [15], після 3-х років батьківства починає переважати активна позитивна реакція, оскільки, батьківство та виховна функція сім'ї на даних етапах життєвого циклу має першочергове значення, а подружжя вже адаптовано до батьківської ролі та набуло досвіду щодо форм взаємодії у сімейній системі з дітьми.

Цікавим є факт, що спочатку створення сім'ї подружжя активно і позитивно реагують на прагнення до автономії, потім цей прояв переходить у негативну, а далі у пасивну реакцію. Така тенденція пов'язана з тим, що на початку сімейного життя кожен з подружжя спрямований на адаптацію один до одного з урахуванням індивідуальних інтересів, в подальшому подружжя все більше занурюється у сімейні стосунки, накопичуються певні претензії один до одного, які потребують вирішення, виникає негативна реакція на порушення правил співіснування, що склалися, і вже за умов тривалого стажу сімейного життя, подружжя вважає себе одним цілим та не уявляє розділення.

Щодо ситуацій порушення рольових очікувань, то спочатку (до 3-х років) переважає активна позитивна реакція, бо молоде подружжя активно вибудовують власні стандарти рольової взаємодії, звісно, спираючись на досвід прабатьківської сім'ї та соціокультурні установки, тому активність подружжя спрямоване на подолання протиріч. По мірі зростання стажу сім'ї, правила та стандарти сімейної взаємодії стають більш усталеними, іноді навіть, ригідними, тому зростають й вимоги щодо того хто що має робити, невдоволення при порушенні звичних форм поведінки. Часто це супроводжується перекладанням навантаження на одного з подружжя, що викликає загальну втому від побуту й навіть сімейного життя.

Зворотна тенденція спостерігається у сфері неузгодженості норм поведінки. Якщо в уявленнях про сімейне життя у молодого подружжя виявляються суттєві протиріччя щодо норм та правил поведінки, то завдання вибудовування сімейних правил виявляється конфліктогенним, оскільки активність подружжя спрямована на установлення пріоритету власних уявлень про «правильне» чи «неправильне», що є ознакою боротьби за владу та вплив у сімейному житті. Тому, на початку сімейного життя,

переважають негативні реакції, адже ще йде адаптація подружжя, а з часом переважають пасивна та активна реакції через знайомість, «очікуваність» звичних реакцій від партнера й толерантне ставлення до таких випадків.

У сфері домінування подружжя переважно представлені негативні або активні реакції у конфліктних ситуаціях, пасивна позиція виражена слабо. Поясненням таких даних слугує, те що домінування залежить від розподілу ролей у сім'ї, задоволеності таким розподілом партнерів та узгодженості їх поведінкових нормативів.

У сфері проявлення ревнощів, на початку сімейного життя пари, проявляється активна позитивна реакція, бо прояви ревнощів сприймаються, як прояв любові, захисту, теплоти та піклування, але ж якщо ревнощі продовжуються, то сприйняття даного прояву змінюється, тому у пар зі стажем, відносно ревнощів домінують негативні та пасивні реакції.

У сфері розподілу фінансових витрат – на початку сімейного життя переважає активна позитивна реакція, що пов'язано знову ж з періодом адаптації й узгодження фінансових ролей, але з часом, коли відбувається стабілізація у цьому питанні, починають переважати негативні реакції, як прагнення до автономії у фінансовій сфері членів подружжя і згодом вони переходять у пасивні.

Отже, за більшістю конфліктних сфер реакції змінюються від активно-позитивних, через негативні до пасивних. Динаміка реакцій просувається від позитивних очікувань, новизни сімейних стосунків на початку сімейного життя (до 3-х років), до негативних конфліктних ситуацій при зіткненні інтересів і очікувань на середньому етапі розвитку сімейної системи (3-10 років), сепарацією від родини і захистом власної сім'ї від впливу найближчого оточення, пасивних реакцій сімейної системи, як стереотипними конфліктами, з усталеними очікуваннями і динамікою у сімей з великим стажем (від 10 років). Таку тенденцію можна пояснити з позицій символічного інтеракціонізму, в якому наголошується ідея про єдність системи соціокультурних значень (норм, традицій) як умови сімейної стабільності та про сприйняття ситуації («образ» ситуації) як предиктор відповідних реакцій та форм взаємодії [1]. В межах даного підходу розроблено відому теорему Томаса, яка має наступний вигляд – за умов сприйняття та інтерпретації ситуації як реальної, вона стає такою за своїми наслідками [3, С. 167-168]. Отже, приписування об'єктивної реальності суб'єктивного значення обумовлює форму поведінки. Ця ідея отримала розвиток у концепції сімейного стресу та кризи (Р. Хілл, П. Босс), що активно використовується в сучасних системно-орієнтованих дослідженнях та у психологічному супроводі сім'ї, в якій, поряд зі стресором та копінг-ресурсами сім'ї, ключову роль відіграє суб'єктивне, «сконструйоване» визначення ситуації як непереборної [6].

Аналізуючи конфліктогенність сфер сімейного життя на різних етапах розвитку сімейної системи слід вказати, що для молоді сім'ї сферами від-

критого протиріччя виступають питання, пов'язані з вихованням дітей та ситуації неузгодженості норм поведінки, а скритий конфліктний потенціал мають проблеми стосунків з родичами і друзями, що відбиває адаптаційні проблеми подружжя. Для сім'ї зі стажем 3-10 років більшість сфер сімейного життя мають явну конфліктогенність, зокрема прояви подружжя у прагненні до автономії, ситуації порушення рольових очікувань, прояви ревностів подружжя, розходження у ставленні до грошей; прихованим конфліктогеном стають ситуації неузгодженості норм поведінки. Зрілі сім'ї (більше 10 років) до відкритого протистояння вдаються у сферах проявів ревностів подружжям та меншою мірою в ситуації порушення рольових очікувань, а більшість конфліктогенів мають прихований характер, зокрема проблеми стосунків з родичами і друзями, прояви подружжя прагнення до автономії, ситуації неузгодженості норм поведінки, розходження у ставленні до грошей.

**Висновки.** За умов переживання сімейної кризи реакції подружжя на конфліктні ситуації зі збільшенням стажу сімейного життя змінюються від активно-позитивних, через негативні до пасивних за більшістю сфер життєдіяльності сім'ї. Домінування

позитивних реакцій на початку сімейного життя (до 3-х років) пов'язано з позитивними очікуваннями та новизною сімейних стосунків. Переважання негативних реакцій у конфліктних ситуаціях на середньому етапі розвитку сімейної системи (3-10 років) пояснюється прагненням до активного усунення протиріччя при зіткненні інтересів і очікувань, зокрема через конфліктну взаємодію. Пасивні реакції у сімей з великим стажем (від 10 років) пов'язані із стереотипними конфліктами, з усталеними очікуваннями та динамікою сімейної взаємодії.

Провідні конфліктогени відбивають завдання розвитку сім'ї на відповідних етапах життєвого циклу. Основними конфліктогенами для молодшої сім'ї виступають адаптаційні протиріччя пов'язані з вихованням дітей та ситуації неузгодженості норм поведінки; для сім'ї зі стажем 3-10 років більшість сфер сімейного життя мають явну конфліктогенність; для зрілих сімей (більше 10 років) з підвищенням ригідності сімейної системи більшість конфліктогенів набувають прихованих характер.

Перспективним напрямком подальших досліджень може бути аналіз гендерної специфіки конфліктних явищ та переживання кризових станів на різних етапах життєвого циклу сім'ї.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Веккер Л.М. Мир психической реальности: структура, процессы и механизмы. М.: Русский мир, 2000. 512 с.
2. Волкова А.Н. Психологическое консультирование семейных конфликтов. Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 2014. № 4. С. 17–21.
3. Гришина Н.В. Психология конфликта. СПб.: Питер, 2001. 464 с.
4. Зотова Л.Э., Андреева А.А. Причины семейных конфликтов и стратегии поведения в них разнопоколенных членов семей. Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 3 (45), Часть 4. С. 67–70.
5. Кочарян Г.С., Кочарян А.С. Психотерапия сексуальных расстройств и супружеских конфликтов. М.: Медицина, 1994. 224 с.
6. Крамченкова В.О. Психология сім'ї. Харків: Нове слово, 2010. 238 с.
7. Крамченкова В.О. Сім'я при тютюнопалінні: психологічні закономірності функціонування. Харків: «Діса плюс», 2018. 484 с.
8. Левкович В.П., Зуськова О.Э. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов. Психология конфликта. СПб.: Питер, 2011. С. 415–428.
9. Максимова Н. Ю Сімейне консультування: навч. посіб. / Н.Ю. Максимова. К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
10. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифиревич, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. СПб.: Речь, 2006. 360 с.
11. Психология сім'ї: навч. посіб. / В.М. Поліщук, Н. М. Ульяна, С. А. Поліщук та ін.; за заг. ред. В.М. Поліщука. 2-ге вид., доповн. Суми: Університет. кн., 2009. 282 с.
12. Радугин А.А., Радугин К.А. Социология: курс лекций. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Центр, 1999. 160 с.
13. Сысенко В.А. Супружеские конфликты. М.: Мысль, 1989. 176 с.
14. Федоренко Р.П. Психология молодого сім'ї та сімейна криза: монографія / Р. П. Федоренко. Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. 168 с.
15. Чепелева Н.І. Трансформація уявлень жінок під час очікування дитини як чинник адаптації до материнства. Зб.наук. праць Теорія і практика сучасної психології. Класичний приватний університет, № 1 Т. 3. 2020. 201 с.
16. Шейнов В.П. Управление конфликтами. СПб.: Питер, 2014. С. 316.
17. Ahmed R., Seedat M., van Niekerk A., Bulbulia S. Discerning community resilience in disadvantaged communities in the context of violence and injury prevention // South African Journ. of Psychology. 2004. Vol. 34, N 3. P. 386–408.
18. Alvord M.K., Grados J.J. Enhancing resilience in children: a proactive approach // Professional psychology: research and practice. 2005. Vol. 36, N 3. P. 238–245.
19. Place M., Reynolds J., Cousins A., O'Neill S. Developing a resilience package for vulnerable children // Child and adolescent mental health. 2002. Vol. 7, N 4. P. 162–167.
20. Rutter M. Resilience concepts and findings: Implications for family therapy // Journ. of family therapy. 1999. Vol. 21. P. 119–144.
21. Кількість шлюбів в Україні зменшилася втричі за останні 30 років. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/love-is-2020>

**Ларін Д. І.**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри педагогіки та психології  
Київського національного економічного університету  
імені Вадима Гетьмана

## ФОРМУВАННЯ ЕТНІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ

## FORMATION OF ETHNIC PERSONALITY CONSCIOUSNESS IN THE CONTEXT OF SOCIALIZATION

У статті представлено формувальний вплив на етнічну свідомість шляхом соціалізації особистості продовж отногенетичного розвитку. Активна діяльність особистості з позиції творця власної історії в парадигмі етносу створює умови для розвитку національної свідомості у взаємодії з представниками етнічної спільноти, як значущої. Розглянуто та проаналізовано концепцію В. Стєпінна щодо типів раціональності у значенні формувань когнітивних викривлень щодо сприйняття етнічної групи.

Здійснено акцент стосовно значення референтної групи в прийнятті останньої як титульної. Визначено етапи розвитку етнічної свідомості, та їх особливості на афективному (емоційно-чуттєвому прийнятті) когнітивному (усвідомленні себе як представника групи) та конативному (поведінкових проявах) аспектах. Порушено принцип детермінації через діяльність (згідно С. Рубінштена) у формуванні гештальту як образу себе та етнічної групи (згідно з поглядами О. Лозової). Трудова діяльність детермінує психічну діяльність особистості трансформують культурно-історичний поступ індивіда формуючи відчуття приналежності, який реалізовується у відношенні до власного походження (використовуючи термінологію В. Фромма – потреба в укоріненні), втрата ж відчуття ідентичності негативно позначається на психічному житті людини. Апелювання автора щодо важливості поняття ідентичності виправдовується суб'єктивністю особистості, як складової успішної реалізації в професійній діяльності.

Встановлено кореляційний зв'язок на інтеріндивідуальному та інтраіндивідуальному рівнях між індивідуальним розвитком свідомості та формуванням етнічної свідомості в онтогенезі. Позитивне сприйняття особистості своєї нації як еталонної зменшує бар'єри у спілкуванні та підвищує рівень рефлексії, що в сукупності зменшує тривалість адаптаційного періоду в новому середовищі, яке тісно пов'язане з адаптаційними можливостями особистості та часовими аспектами щодо тривалості у формуванні паттернів поведінки згідно групової норми та її динаміки.

**Ключові слова:** етнічна свідомість, формування, розвиток, соціалізація, адаптація.

The article presents the formative influence on ethnic consciousness through the socialization of the individual during its genetic development. The active activity of the individual from the position of the creator of his own history in the paradigm of ethnicity creates conditions for the development of national consciousness in interaction with representatives of the ethnic community as significant. V. Stepin's concept of the types of rationality in the meaning of the formation of cognitive distortions in relation to the perception of ethnic group is considered and analyzed.

Emphasis is placed on the importance of the reference group in the adoption of the latter as a title. The stages of development of ethnic consciousness and their features on the affective (emotional and sensory acceptance) cognitive (self-awareness as a representative of the group) and conative (behavioral manifestations) aspects are determined. The principle of determination through activity (according to S. Rubinstein) in the formation of the Gestalt as an image of oneself and an ethnic group (according to O. Lozova) is violated. Labor activity, determining the mental activity of the individual, transforms the cultural and historical progress of the individual, forming a sense of belonging, which is realized in relation to their own origin (using V. Fromm's terminology – the need for rooting), and loss of identity. The author's appeal to the importance of the concept of identity is justified by the subjectivity of the individual as a component of successful realization in professional activities.

A correlation has been established at the interindividual and intraindividual levels between the individual development of consciousness and the formation of ethnic consciousness in ontogenesis. Positive perception of the personality of his nation as a reference reduces barriers to communication and increases the level of reflection, which together reduces the duration of the adaptation period in the new environment, which is closely related to the adaptive capacity of the individual and temporal aspects of duration and its speakers.

**Key words:** ethnic consciousness, formation, development, socialization, adaptation.

**Постановка проблеми.** Розвиток психологічної науки в контексті постнекласичної раціональності змушує дослідників шукати істину в принципах методологічного сумніву та невизначеності у застосуванні методів дослідження щодо питань соціалізації особистості, яка ускладнюється глобалізаційними процесами, що створює труднощі у вираженні суб'єктивності та активності індивіда.

Етнічна свідомість, в контексті постнекласичної раціональності, впливає на зміну константних уявлень, шляхом формування нових систем поглядів та уявлень на основі опосередкованої взаємодії з представниками референтної етнічної групи. Як наслідок, зміни опосередкованої взаємодії призводять до викривленого сприйняття своєї етнічної групи.

Розглядаючи типи раціональності, слід зазначити, що методологічний концепт «постнекласики» був запропонований та введений В. Стьопіним [14] зміст якої розкривався в історичному зіставленні з іншими типами раціональності – класичній та некласичній моделях, які ґрунтувалися на принципах існування наукових парадигм. Відповідно до постнекласичної парадигми, що виникла внаслідок першої глобальної наукової революції XVII століття, завдяки елімінації та особливим відношенням мислення до об'єкта й самого себе, мислення особистості стало більш соціалізованим. Таким чином, порушення питання формування етнічної свідомості ми маємо враховувати положення та контекст зміни парадигм як в наці вцілому, так і в психології зокрема [14, с. 134].

**Аналіз останніх досліджень.** Інтенсивний розвиток наукових досліджень, практичних розробок у психології призвів до нагромадження нових емпіричних даних, що вимагало їх більш глибокого теоретичного аналізу, осмислення і систематизації. Питання етнічної свідомості порушувалося сучасними вітчизняними вченими в багатьох аспектах, зокрема в контексті міжгрупової взаємодії: В. Агеевим [1], Г. Андреевою [2]; в розумінні культурних відмінностей: А. Белик [3], М. Махній [10]; національного характеру: Х. Василькевич [12], А. Львовчкіною [9], І. Данилюком [6]; психосемантики та етногенезу: А. Юревич [15], О. Лозовою [7].

Західними вченими етнічна свідомість досліджувалася через процеси акультурації: Hutnik N [16], Berry J [17] та соціалізації особистості: Parsons T (1964), Taifel H (1979), Turner J. [18]. Виходячи з положення, що трудова діяльність людини детермінує структуру та генезис його психічних процесів, Л. Виготський [5] та радянські психологи О. Леотьев [8], С. Рубінштейн [13] враховували можливість аналогії між структурою трудової та психічної діяльності. Вже тоді, у припущеннях розвитку сучасної психології передбачався прогноз прикладних аспектів у дослідженні етнічної свідомості.

У дослідженні формування етнічної свідомості ми орієнтуємось на порушенні наукові пролеми вище згаданих психологів [1; 2; 4; 6; 7; 9; 11].

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Аналіз попередніх досліджень враховує багато аспектів, які пов'язані з етнічною свідомістю, проте питання соціалізації потребує якісного теоретичного та методологічного аналізу. Виокремлення контексту соціалізації у формуванні етнічної свідомості особистості дає змогу по-новому розглянути свідомість в парадигмальному дискурсі [15].

**Формування цілей статті.** Мета статті полягає у теоретико-методологічному аналізі та емпіричному дослідженні формувального впливу соціалізації, як механізму групової взаємодії на етнічну свідомість особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для цілісного сприйняття та розуміння поняття етнічна свідомість, варто чітко розмежовувати його з етнічною самосвідомістю.

Більшість дослідників відзначають, що у науковому обігу немає чіткого розмежування між поняттями «етнічна свідомість» і «етнічна самосвідомість». Іноді такі поняття використовуються науковцями як синоніми, а інколи – як такі, що перебувають у різноманітних зв'язках [6, с. 69; 10, с. 35].

Можна припустити, що «етнічна свідомість» та «етнічна самосвідомість» описують різні явища, тоді слід вважати дані поняття як співвідношення цілого та його частини. Так, відомий етнограф Ю. Бромлей слушно зазначає: «Етнічна самосвідомість, на нашу думку – це уявлення індивідів про власний етнос, його властивості, тоді як етнічна свідомість містить весь комплекс етнічно забарвлених компонентів...» [2, с. 319].

О. Лозова наголошує на детермінації етнічної свідомості через формування гештальту: «Етнічна свідомість – це детермінована етнічним контекстом гештальту, опредметнена у фіксованій системі значень, смислів та способів дій форма свідомості, яка продукує етнічний образ світу» с

А. Березін, підтверджує погляди О. Лозової, але додає більше соціального контексту. У структурі етнічної свідомості виокремлюються такі складові: ідеологічні й психологічні, раціональні й емоційні, буденні й наукові, статичні й динамічні. Характером етнічної свідомості зумовлюється соціальна поведінка індивіда [4, с. 48].

А. Львовчкіна, схильється до думки про те, що етнічна самосвідомість виступає формою усвідомлення особистістю чи народом «своєї належності до певного етносу, що базується на спільності мови, культури, історичної долі й визнанні особливих специфічно-історичних рис свого народу» Феномен етнічної самосвідомості пов'язаний з усвідомленням етновизначальних елементів матеріальної, соціальної та духовної культури власного етносу [9, с. 219].

Ключовим моментом етнічної самосвідомості є ідентифікація індивідів з певною етнічною спільністю, яка виявляється в самоназві. До неї долучається комплекс ідей чи уявлень, які утворюють систему етнодиференціюючих символів, що призводять до виокремлення членів своєї групи з усієї сукупності етнічних спільностей. З-поміж компонентів етнічної самосвідомості необхідно виокремити такі: споконвічну культуру, ціннісні орієнтації етносу тощо. Виходячи з тлумачення понять, етнічна самосвідомість має більш індивідуальний характер та формується більшою мірою особистісним рівнем домагань та відчутті приналежності до нації, реалізуючи потребу в укоріненні [13, с. 24].

Питання соціалізації особистості, часто порушується етнопсихологами й культурологами, більшість з них людину сходяться на думці, що найбільші досягнення етнопсихології пов'язані з вивченням проблем соціалізації, виокремлюючи етнографію дитинства як самостійну субдисципліну, що має свої теорії та методи дослідження [16].

Сучасні порівняльно-культурні дослідження соціалізації дітей охоплюють широке коло питань, які умовно можна поділити на чотири групи (таблиця 1)

## Культурні дослідження соціалізації

Аспекти	Характеристика
1. Орієнтованість на процес	вивчення процесу соціалізації, його засобів, методів і специфічних способів засвоєння дітьми культури свого народу
2. дослідження взаємозв'язку	дослідження взаємозв'язку між вихованням дітей та іншими аспектами життєдіяльності суспільства. Особлива увага приділяється соціальним інститутам, які визначають цілі й засоби виховання та контролюють його результати;
3. Порівняння	порівняння зумовлених культурою безпосередніх результатів соціалізації. У цьому випадку дослідників цікавить, чим відрізняються діти, які виростили в різних соціокультурних середовищах, їх цінності, ідеали, стереотипи поведінки;
4. Прогностичні тенденції	вивчення віддалених результатів соціалізації, тобто притаманного культурі взаємозв'язку між методами виховання дитини і характером дорослої людини, що є вихідною проблемою теорії «Культура і особистість».

Таблиця 2

## Типи когнітивних систем за А. Юревичем

Когнітивні системи	Приклади	Конструюють ознаки
Метатеорії	Когнитивизм, біхевіоризм, психоаналіз	Пояснення психологічної реальності, способи її дослідження
Парадигми	Позитивістська і гуманістична психологія	Моделі людини, підходи до його вивчення
Соціодигми	Дослідницька та практична психологія	Різні внутрішньодисциплінарні угруповування
Метадигми	Західна наука, східна наука, паранаука, релігія	Типи раціональності

Таблиця 3

## Моніторинг користування безвізом

Можливість відвідати країни ЄС	18% дорослого населення
Подорожі	7,6% дорослого населення
Відвідували друзів чи родичів	4,7% дорослого населення
Пошук роботи	0,5% дорослого населення
Виїздили на навчання	1,1% дорослого населення

Результатом успішної соціалізації є входження у велику групу та виконання соціально значущих для даної групи ролей. Аналізуючи сучасний стан психологічної науки, зокрема в галузі етнопсихології, А. Юревич [15] зазначає, що «в цій дисципліні відсутні загальні правила побудови та верифікації знання; різні психологічні школи або, як їх називав А. Маслоу «сили» представляють собою «держави в державі», які не мають нічого спільного, крім кордонів; психологічні теорії навіть не конфліктують, а, як і парадигми Т. Куна [11], несумірні один з одним; те, що вважається фактами в рамках одних концепцій, не визнається іншими; відсутня як або відчутний прогрес у розвитку психологічної науки, бо обростання психологічних категорій взаємно суперечливими уявленнями важко вважати прогресом, тощо» [11, с. 34].

Цитата вченого підтверджує недовіру принципів розвитку психологічної науки в контексті зміни парадигм. Вчений досліджує питання методології виокремлює «типи когнітивних систем», наведені в таблиці 2.

Описуючи розвиток когнітивних систем в психології, питання особистості, її свідомості та приналежності до суспільства змінювалися відповідно до ознак, що конструюють загальну архітектуру

індивіда пояснюючи способи досліджень психічної реальності, завершуючи типами раціональності, останні з яких формують тло для розвитку псевдонаукових галузей, таких як парапсихологія, соціоніка та нові релігії [15].

На формування етнічної свідомості також впливають зовнішні обставини національного характеру, зростання міграційної мобільності населення в результаті формують ставлення до нації як значущої [6].

За даними соціологічного моніторингу, який щорічно проводиться Інститутом соціології Національної академії наук, лише протягом року дії безвізу скористалися (Таблиця 3)

Найчастіше без віз подорожувала Європою молодь до 30 років, особи з вищою освітою. Удвічі частіше, ніж в цілому по Україні, без віз виїздили за кордон мешканці Західної України. Міграційна присутність українців в Європі зростає. За даними Євростату, кількість чинних на кінець року дозволів на перебування громадян України на території ЄС-28 протягом останнього десятиліття – 8 За два роки безвізу українці понад 40 млн разів відвідали ЄС [6].

Основна причина трудової міграції українців за кордон полягає у труднощах із пошуком гідно оплачуваної роботи на батьківщині. Упродовж останніх

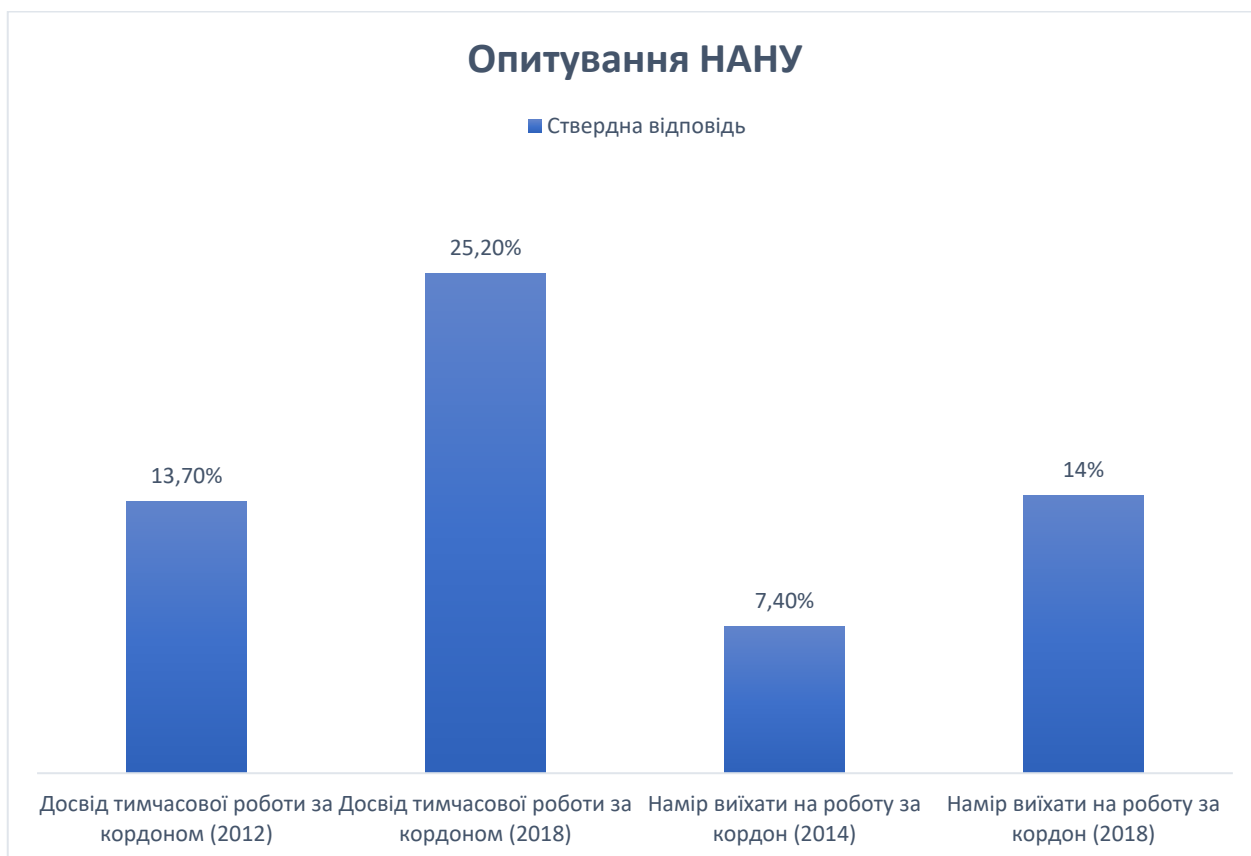


Рис. 1. Дані соціологічного опитування НАНУ

п'яти років економічні чинники міграції посилюються політичними та безпековими, що й привело до швидкого зростання міграційних настроїв населення та інтенсивності міграції поданих на рисунку 1.

За даними соціологічного моніторингу, який щорічно проводиться Інститутом соціології НАНУ, на запитання, чи маєте ви або хтось із членів вашої сім'ї досвід тимчасової роботи за кордоном, у 2012 р. ствердно відповіли 13,7% опитаних, а в 2018 р. – 25,2%. Водночас свій намір найближчим часом виїхати на роботу за кордон у 2014 р. висловили 7,4%, а в 2018 р. – вдвічі більше – 14,3%. Виходячи з даних соціологічного моніторингу, загальна ситуація в кра-

їні може суттєво вплинути на розвиток етнічної свідомості.

**Висновки.** Формування етнічної свідомості не може бути успішним без соціалізації особистості як на первинному рівні (дитячий вік), так і на вторинному (зріла особистість).

Ключовим моментом етнічної самосвідомості є ідентифікація індивідів з певною етнічною спільністю, яка виявляється в самоназві. До неї долучається комплекс ідей чи уявлень, які утворюють систему етнодиференціюючих символів, що призводять до виокремлення членів своєї групи з усієї сукупності етнічних спільностей.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Агеев В. Межгрупповое взаимодействие: социально психологические проблемы. Питер : Слово, 1990. 254 с.
2. Андреева Г. Социальная психология. Санкт-петербург: Наука, 1996. 420 с.
3. Белик А. Культурная (социальная) антропология – область научного исследования и учебная дисциплина. Киев : Этнографическое обозрение, 2000. 420 с.
4. Березін А. Структура етнічної свідомості. *Етнічна свідомість та самосвідомість*. 2019. Т. 2, № 4. С. 45–76.
5. Выготский Л. С. Психология. 2-ге вид. Питер : ЭКСМО-Пресс., 2000. 325 с.
6. Данилюк І. В., Гресько В. С. Менталітет як провідна етнопсихологічна характеристика. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія*. 2017. Т. 22, № 1. С. 68–79.
7. Лозова О. Психосемантика етнічної свідомості. *Психосемантика*. URL: <https://cutt.ly/hGMazr7> (дата звернення: 06.05.2022).
8. Леонтьев Д. Проблемы развития психики. Харьков: Азбука-классика, 2008. 188 с.
9. Львовичкіна А. Етнопсихологія. Київ : МАУП, 2002. 230 с.
10. Махній М. Етнорозвиток. *Науково-пізнавальні нариси*. 2009. Т. 4, № 5. С. 34–46.
11. Кун Т. Структура научных революций. *Гуманитарный портал*. URL: <https://gtmarket.ru/library/basis/3811> (дата звернення: 05.05.2022).
12. Василькевич Х. Характеристика національного характеру сучасної української молоді. *Політична психологія*. URL: <https://nadoest.com/harakteristika-nacionalenogo-harakteru-suchasnoyi-ukrayinsekoj> (дата звернення: 06.05.2022).
13. Рубинштейн С. Проблемы общей психологии. Питер: Азбука-классика, 2003. 450 с.
14. Степин В. Теоретическое знание. *Вопросы психологии*. 2000. Т. 3, № 5. С. 134–145.

15. Юрєвич А. Перспективы парадигмального синтеза. *Гуманитарные проблемы*. 2008. 5 берез.
16. Hutnik, N. (1991). *Ethnic minority identity: A social psychological perspective*. Clarendon Press/Oxford University Press.
17. Berry, J. (1994). Ecology of Individualism and Collectivism. In U. Kim et al. (Eds.), *Individualism and Collectivism: Theory, Method and Applications* (pp. 77-84). Thousand Oaks: Sage.
18. Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin, & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-37). Monterey, CA: Brooks/Cole.



**Міглош А. В.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та клінічної психології  
Волинського національного університету імені Лесі Українки*

**Мудрик А. Б.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та клінічної психології  
Волинського національного університету імені Лесі Українки*

## СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ У КОНФЛІКТІ ОСІБ ІЗ ЗАЛЕЖНИМИ ФОРМАМИ ПОВЕДІНКИ

### BEHAVIORAL STRATEGIES IN CONFLICT OF ADDICTIVE PERSONS

Публікація присвячена теоретичному аналізу та емпіричному виявленню особливостей прояву стратегій поведінки у конфліктах осіб з поведінковими адикціями. Проаналізовано сучасні наукові підходи до розуміння поняття «адиктивна поведінка». Відзначається суттєвий вплив соціокультурних чинників на розвиток поведінкових залежностей. У публікації подано аналіз сучасних класифікацій різновидів залежної поведінки. Перфекціонізм як адикція визначається у прагненні досягти високих результатів і стає проблемою для людини у випадку дезадаптивного прояву, коли це прагнення підпорядковане ідеалам. При дезадаптивному перфекціонізмі людина розчарована у собі, має схильність до самокритики та низької самооцінки й потерпає від депресії. Перфекціоністам властивий підхід до проблем і життєвих ситуацій з позиції або все, або нічого. У міжособистісній взаємодії та конфліктах позиція або все, або нічого може сприяти застосуванню стратегій конфронтації або уникання за класифікацією К. Томаса та Р. Кілмана, що й стало предметом дослідження у цій публікації.

Авторами публікації застосовано такі діагностичні методики: тест-опитувальник Томаса-Кілманна на виявлення стратегій поведінки у конфліктній ситуації; методика виявлення перфекціонізму (П. Шулер, 1994); шкала перфекціонізму (Jenkins–Friedman, Bransky–Murphy, 1986); опитувальник «Чи страждаєте ви перфекціонізмом?»; тест «Схильність до перфекціонізму»; опитувальник на виявлення перфекціонізму; особистісний опитувальник FPI (модифікована форма В). У дослідженні взяли участь 56 студентів Волинського національного університету імені Лесі Українки. Результати дослідження показали, що для студентів з переважаючим стилем поведінки «конфронтація» властивим є середній рівень перфекціонізму з тенденцією до високого, властивими є риси маскулітності, спонтанної та реактивної агресивності, емоційної лабільності, дратівливості, невротичності та екстраверсії.

**Ключові слова:** поведінкові адикції, стратегії поведінки у конфлікті, перфекціонізм, адаптивний перфекціонізм, дезадаптивний перфекціонізм, прокрастинація.

The publication is devoted to theoretical analysis and empirical identification of the peculiarities of the addictive persons' behavioral strategies in conflicts manifestation. Modern scientific approaches are analyzed to understand the concept of "addictive behavior". There is a significant influence of socio-cultural factors on the development of behavioral addictions. It is a stereotype of a successful person, which is actively promoted in modern society and imposes unrealistically high standards of modern success. The authors note that such cultural pressure leads to psychological problems and mental disorders, including behavioral addictions. The publication presents an analysis of modern classifications of types of addictive behavior. There are about a thousand varieties, which are divided into several conditional groups: chemical, non-chemical and intermediate addictions. Perfectionism as an addiction is defined as the desire to achieve high results and it becomes a problem for a person in the case of maladaptive manifestation, when this desire is subject to ideals. The publication notes that adaptive perfectionism is part of the personality and the basis of self-esteem. It is determined by the desire for high standards and a person feels that the effectiveness of his work meets its standards. With maladaptive perfectionism, there are also high standards, but the person is disappointed in himself, has a tendency to self-criticism and low self-esteem and suffers from depression. At maladaptive display the person is excessively concerned with mistakes. And high standards become unattainable and do not allow to grow and develop.

Students of Volyn National University named after Lesya Ukrainka took part in the research, the total number of respondents was 56 people. The results of the study showed that for students with a predominant style of behavior "confrontation" is characterized by an average level of perfectionism with a tendency to high. For subjects with predominant styles such as "cooperation" and "compromise", the average level of perfectionism is typical. Researchers with conflict resolution styles such as "evasion" and "adaptation" are characterized by a medium level of perfectionism with a tendency to low.

**Key words:** behavioral addictions, behavioral strategies in conflict, perfectionism, adaptive perfectionism, maladaptive perfectionism, procrastination.

**Актуальність проблеми дослідження.** У сучасному суспільстві активно пропагується «культ успішної особистості». Бути успішним сьогодні означає мати високий соціальний статус, гарну зовнішність, видатні здібності, престиж, гроші, владу тощо. Тобто

в уявленні сучасної людини успіх дорівнює досконалості. Культура нав'язує сучасній людині неможливо високі стандарти і значна частка людей реагують на тиск культури проявами психологічних проблем. Серед них і депресія, і тривожність, і фобії, і різного

роду адикції, як от трудоголізм, перфекціонізм, алкоголізм, прокрастинація тощо [1].

Середовище, в якому зростає дитина, схвалює конкурентні патерни поведінки та створює відповідні умови для їх прояву. К. Хорні у своїх працях відзначала суттєвий вплив конкурентного середовища на виникнення психологічних проблем та психічних розладів особистості [6]. Людина набуває так званої «поведінкової адикції», тобто залежності від певних видів діяльності, інформації тощо.

**Аналіз попередніх досліджень.** Адиктивна поведінка визначається як форма деструктивної поведінки, що проявляється у прагненні відійти від реальності шляхом зміни психічного стану за допомогою певних речовин або постійної фіксації уваги на деяких предметах чи активностях, що супроводжуються розвитком інтенсивних емоцій, а також створює ілюзію безпеки та комфорту [5, с. 113].

Дослідженням різних видів адиктивної поведінки присвячені праці зарубіжних та вітчизняних вчених (В. Міллер, Дж. Бурка, Л. Юен, М. Тоссі, У. Уоутс, Л. Карамушка, Ж. Вірна, А. Мудрик, Т. Дучимінська, Ю. Железнякова, М. Ларченко та ін.)

У сучасних дослідженнях зазначається, що адикції пов'язані зі зловживанням чимось або кимось задля саморегуляції свого настрою. Підґрунтям такої поведінки можуть слугувати незадоволені потреби людини [2, с. 4].

До переліку залежних форм поведінки належить близько тисячі її видів. Вчені розрізняють хімічні адикції (вживання та вдихання психоактивних речовин), нехімічні (гемблінг; інтернет-залежності; «технологічні» адикції: комп'ютерні, селфі; телезалежності; залежність від ризику; екстремальних розваг; синдром Тоада; адикції «духовного пошуку»; залежності відносин: сексуальні, еротичні, адикції уникнення, співзалежність; фанатизм; професійні залежності; оніоманія (шопінг); спортивні залежності; адикція до витрачання грошей; борці за справедливість тощо), та проміжні форми адикцій (анорексія, булімія, адикція до шоколаду, переїдання, голодування, роздільне харчування) – між хімічними і нехімічними залежностями, оскільки у виникненні цих адикцій залучені поведінкові та біохімічні механізми [5, с. 116].

До ознак адиктивної поведінки належать: прагнення до змін свого психофізичного стану, посилення залежності з часом, циклічність адиктивної поведінки (в кожному окремому випадку тривалість циклу буде різного, цикл може тривати один або кілька днів, а може тривати й місяць) [2, с. 5].

Адиктивна поведінка може переходити від однієї форми до іншої, але основні механізми лишаються. Іноді такі випадки можуть виглядати і сприйматись як одужання. До прикладу, алкогольна залежність може замінитись на трудоголізм. Ставлення до об'єкта адикції відзначається емоційністю, інтимністю, духовним зв'язком, водночас міжособистісні стосунки залежних осіб суттєво порушуються, а іноді й руйнуються. Поведінка адиктивна стає менш товариською, характеризується проявами під-

озрілості та уразливості, відбувається ізоляція від людей, що спричиняє часті конфлікти у міжособистісній взаємодії [2, с. 6-7].

Лазько А.М. зазначає, що сучасні тенденції, які пропагують культ досконалості у різних сферах життя, сприяють створенню ілюзії в уявленні людини щодо її всемогутності та здатності контролювати абсолютно все. Відтак людина прагне відповідати надвисоким стандартам [4]. Перфекціонізм як адикція у різних дослідженнях розглядається у двох контекстах: конструктивному та деструктивному. Конструктивний прояв перфекціонізму передбачає високу працездатність та організованість, позитивне прагнення до досягнень, високі стандарти, якими керується особистість у своїй діяльності. Деструктивний аспект перфекціонізму полягає у його впливі на виникнення психічних розладів та інтенсивну фрустрацію [4; 3].

Перфекціоністи бояться бути недостатньо хорошими та не дотягнутись до встановленої планки. Виникає страх невдачі, тому досить часто перфекціонізм проявляється коморбідно з прокрастинацією. Остання допомагає їм впоратись із подоланням страху невдачі. Краще не робити взагалі, якщо неідеально.

Р. Бірі відзначає, що перфекціоністи мають низку установок, які перетворюють їхнє прагнення щось зробити на ризик. По-перше, те, що вони роблять, на їхню думку, відображає рівень здібностей. По-друге, цей рівень здібностей визначає те, наскільки вони цінні. Самооцінка у перфекціоністів корелює з рівнем здібностей. Тобто що краще вони виконують роботу і є успішнішими, то більше собою задоволені. І навпаки, якщо робота виконана не на найвищому рівні, то вони жадливої думки про себе. Успішність виконання роботи стає мірилом самоцінності. Усе інше до уваги не береться. [1, с. 39].

Тому перфекціоністи прагнуть писати блискучі твори, отримувати найвищі оцінки за контрольні роботи, а у міжособистісному спілкуванні бути дотепними.

Перфекціонізм може призвести до виникнення прокрастинації. Адже умовно безпечніше страждати через його наслідки, аніж через недосконалість результатів. У світі перфекціоніста краще звинувачувати себе у ліні, аніж почуватись недостатнім [1, с. 41].

Д. Бурка, Л. Юен зазначають, що поряд зі страхом невдачі у перфекціоністів виникає страх бути недостатнім у любові. Адже якщо людина почуватись нецінною, то чи заслугове вона на любов. В такому випадку наслідки досягнень значно серйозніші, ніж просто невдача. Перфекціонізм призводить до того, що люди вимагають від себе нереально багато, а неспроможність це отримати їх пригнічує.

Адаптивний перфекціонізм є частиною особистості і основою самооцінки. Визначається прагненням високих стандартів і людина відчуває, що ефективність її роботи відповідає її стандартам. При дезадаптивному перфекціонізмі також високі стандарти, однак людина розчарована у собі, має схиль-

ність до самокритики та низької самооцінки й потерпає від депресії [1, с. 43].

Д. Бернс зазначає, що люди, які досягають багато, здебільшого не є перфекціоністами. Деадаптивні перфекціоністи надмірно переймаються помилками. І високі стандарти стають недосяжними і не дають зростати й розвиватись. Адже у світі перфекціоніста результати його роботи не дотягують до цих стандартів. Це призводить до того, що людина боїться приймати рішення, адже є страх помилитись і зробити неідеальний вибір [1, с. 46].

Також перфекціоністи можуть вдаватись до уникання конкуруючих ситуацій з іншими людьми, адже сприймають конкуренцію як небезпеку. Програш означає невдачу і, відповідно, відчуття того, що людина нічого не варта. Підхід до проблем і життєвих ситуацій з позиції або все, або нічого часто властивий перфекціоністам. І такий підхід суттєво впливає на планування, реалізацію задумів, побудову стосунків і вибір стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях. У конфліктах позиція або все, або нічого може сприяти застосуванню стратегій конфронтації (конкуренції) або уникання за класифікацією К. Томаса та Р. Кілмана.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному огляді та емпіричному виявленні особливостей прояву стратегій поведінки у конфліктах осіб з поведінковими адикціями.

**Виклад основного матеріалу дослідження та обґрунтування здобутих наукових результатів.** Теоретичний аналіз проблеми та розроблена програма емпірико-діагностичного вивчення стратегії поведінки у конфлікті, рівня прояву перфекціонізму та особистісних характеристик вимагає чіткої послідовності у фіксації, аналізі та інтерпретації отриманих результатів.

З метою вивчення стратегій поведінки у конфлікті та поведінкових залежностей, а саме перфекціонізму, було використано такі діагностичні методики: тест-опитувальник Томаса-Кілманна на виявлення стратегії поведінки у конфліктній ситуації; методика виявлення перфекціонізму (П. Шулер, 1994); шкала перфекціонізму (Jenkins-Friedman, Bransky-Murphy, 1986); опитувальник «Чи страждаєте ви перфекціонізмом?»; тест «Схильність до перфекціонізму»; опитувальник на виявлення перфекціонізму; особистісний опитувальник FPI (модифікована форма В).

У дослідженні взяли участь студенти Волинського національного університету імені Лесі Українки, загальна кількість досліджуваних – 56 осіб.

Розглянемо більш детально результати проведеного емпіричного дослідження. Відсотковий аналіз розподілу показників переважаючої стратегії поведінки у конфліктній ситуації представлено на рис. 1.

Згідно отриманих результатів, 32% вибірки обрали такий стиль поведінки у конфліктній ситуації як *компроміс*. Це стратегія поведінки, де конфліктуючі сторони сходяться на частковому задоволенні свого бажання та частковому виконанні бажання іншої людини. Це варіант, який можна виразити словами «ми не можемо повністю виконати свої бажання, отже, необхідно прийти до рішення, з яким кожен із нас міг би погодитись».

25% респондентів у цій вибірці обрали переважаючим стилем вирішення конфліктної ситуації такий як *співпраця*. За цього варіанту поведінки, що кожен учасник може виграти, люди вирішуючи конфліктну ситуацію зберігають відносини.

Стиль поведінки у конфліктній ситуації означений як *ухилення* притаманний 22% вибірки. За такої стратегії поведінки людина будь-яким чином уникає конфлікту, намагається в будь-яких ситуаціях зробити вигляд, що нічого не сталося. У підсумку не задоволені ні власні інтереси, ні інтереси опонента («ні тобі, ні мені»). В результаті відходу від конфлікту в його учасників може накопичуватись невдоволення. Часто цей стиль є втечею від проблеми або відхиленням від відповідальності.

Такий стиль вирішення конфліктної ситуації як *конфронтація* (суперництво, конкуренція, змагання) притаманний 14% означеної вибірки. Це боротьба за власні інтереси до переможного кінця. Дружні стосунки при цьому завжди приносяться в жертву («тільки мені»). Використання такого способу приводить до того, що виграє одна людина, а друга програє. Однак, варто мати на увазі, що ця стратегія рідко приносить довгострокові результати, оскільки сторона, яка прогала, може не підтримати рішення, прийняте всупереч її волі, або навіть спробує саботувати його.

Стиль *притосовування* (змушеної поступки) притаманний 7% вибірки студентів. Стиль притосовування означає, що ви дієте разом з іншою стороною, проте при цьому не намагаєтесь відстоювати власні

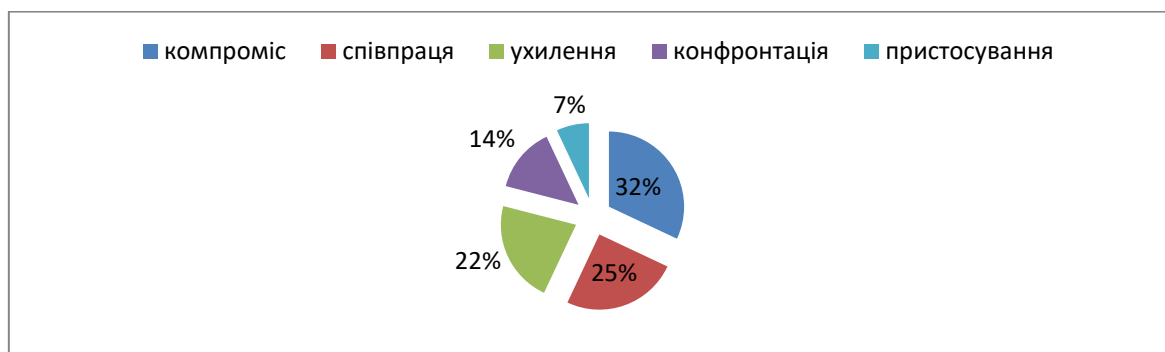


Рис. 1. Відсотковий розподіл показників стратегії поведінки у конфліктній ситуації

інтереси з метою згладжування атмосфери та відновлення нормальної робочої обстановки. У такому разі ви жертвуєте власними інтересами на користь іншої сторони. Однак це не означає, що ви повинні відмовитись від своїх інтересів. Ви просто повинні ніби відставити їх на певний час, а потім, у більш сприятливих обставинах, повернутись до їх задоволення за рахунок поступок із боку вашого опонента або яким-небудь іншим способом. Пристосовування – це приношення в жертву опонентові власних інтересів.

Наступним етапом проведення емпіричного дослідження було виявлення рівня прояву перфекціонізму. Слід зазначити, що ми використовували кілька методик, які діагностували цю особливість особистості. Тому, здійснюючи аналіз результатів, ми беремо узагальнені показники рівня прояву перфекціонізму за цими методиками. Щоб проаналізувати особливості взаємозв'язку рівня прояву перфекціонізму та переважаючого стилю виходу з конфліктної ситуації, проаналізуємо отримані дані.

Отже, результати дослідження свідчать, що для студентів з переважаючим стилем поведінки «конфронтація» властивим є середній рівень перфекціонізму з тенденцією до високого.

Для студентів із переважаючими стилями такими як «співпраця» і «компроміс» притаманними є середній рівень прояву перфекціонізму.

Для досліджуваних із такими стилями виходу з конфліктної ситуації як «ухилення» і «присосування» характерним є середній рівень прояву перфекціонізму із тенденцією до низького.

Цікавими для аналізу є результати отримані за методикою особистісного опитувальника FPI (модифікована форма В). Таким чином, для осіб, яким притаманний такий стиль поведінки у конфлікті як «конфронтація» властивими є риси маскулітності; спонтанної агресивності (схильність до імпульсивної поведінки), реактивної агресивності (агресивне відношення до соціального оточення та вираженим прагненням до домінування); емоційної лабільності (нестабільність емоційного стану особистості, що проявляється у частих змінах настрою, підвищеній збудливості, дратівливості, недостатній саморегуляції); дратівливості (нестійкий емоційний стан особистості зі схильністю до афективного реагування); невротичності та екстраверсії.

Для респондентів, яким властивий такий стиль поведінки як «співпраця» притаманними є риси відкритості (прагнення особистості до довірливо-відвертої взаємодії з оточуючими при високому рівні самокритичності); комунікабельності (наявність вираженої потреби у спілкуванні, постійну готовність до задоволення цієї потреби); врівноваженості (хороша захищеність по відношенню до впливу стрес-факторів звичних життєвих ситуацій, впевненість у собі, оптимістичність, активність); екстраверсії.

Для студентів, яким характерним є стиль «компроміс» вираженими є такі якості як невротичність; депресивність; відкритість (прагнення особистості до довірливо-відвертої взаємодії з оточуючими при високому рівні самокритичності); комунікабельність (виражена потреби у спілкуванні, постійна готовність до задоволення цієї потреби); екстраверсія.

У студентів, в яких виявлено переважаючим стилем поведінки такий як «ухилення» вираженими є риси емоційної лабільності (нестабільність емоційного стану особистості, що проявляється у частих змінах настрою, підвищеній збудливості, дратівливості, недостатній саморегуляції); тривожність та невпевненість, що призводить до виникнення труднощів у соціальних контактах; дратівливості (нестійкий емоційний стан особистості зі схильністю до афективного реагування; спонтанної агресивності (схильність до імпульсивної поведінки); невротичності та депресивності.

У респондентів з переважаючим стилем «присосування» вираженими є риси відкритості (прагнення особистості до довірливо-відвертої взаємодії з оточуючими при високому рівні самокритичності); дратівливості (нестійкий емоційний стан особистості зі схильністю до афективного реагування); спонтанної агресивності (схильність до імпульсивної поведінки); емоційної лабільності (нестабільність емоційного стану особистості, що проявляється у частих змінах настрою, підвищеній збудливості, дратівливості, недостатній саморегуляції); тривожність та невпевненість, що призводить до виникнення труднощів у соціальних контактах, риси інтроверсії та депресивності.

**Висновки з проведеного дослідження.** Проведений аналіз та інтерпретація отриманих результатів дають змогу виявити особливості використання стратегій поведінки у конфлікті осіб із залежними формами поведінки. Відмічено, що такі стилі поведінки у конфліктній ситуації як компроміс та співпраця притаманні більшості досліджуваних. Рідше опитувані використовують такі стратегії поведінки як конфронтація та ухилення. Доведено, що для студентів з переважаючим стилем поведінки «конфронтація» властивим є середній рівень перфекціонізму з тенденцією до високого; для досліджуваних із переважаючими стилями такими як «співпраця» і «компроміс» притаманними є середній рівень прояву перфекціонізму; із такими стилями виходу з конфліктної ситуації як «ухилення» і «присосування» – відповідно властивим є середній рівень прояву перфекціонізму із тенденцією до низького.

Перспектива подальших досліджень визначається можливістю удосконалення теоретико-методологічних конструктів вивчення стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях осіб із різними типами залежної поведінки та прикладних аспектів конструктивної гармонізації процесу становлення особистості.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Бурка Джейн Б., Юен Ленора М. Прокрастинація [Текст]. Львів: ВСЛ, 2019. 400 с.
2. Железнякова Ю.В. Основні характеристики адиктивної поведінки: Теорія і практика сучасної психології: Зб. наук. пр. / Класич. приват. ун-т. Запоріжжя, 2016. № 2. С. 4-8.
3. Кузіна В.Д. Перфекціонізм як чинник розвитку професійної ідентичності офіцера збройних сил України: дис. на здобуття ст. канд. психол. наук: 19.00.09. Національний ун-т оборони України ім. І. Черняхівського. Київ, 2018. 243 с. Режим доступу: <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-kuzina.pdf>
4. Лазько А.М. Феномен перфекціонізму: теоретичний аналіз проблеми і тенденції дослідження. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2012. Вип. 16. С. 665-675. Режим доступу: <http://journals.urau.ua/index.php/2227-6246/article/view/160464>
5. Мудрик А.Б. До питання професійних адикцій особистості. Психологічні перспективи: Збірник наукових праць Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки. Луцьк, 2016. Вип. 27. С. 113-125.
6. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. СПб: Питер, 2019. 304 с.

**Overchuk V. A.**  
*Doctor of Economics, Candidate of Psychological Sciences,  
Professor at the Department of Psychology  
Vasyl' Stus Donetsk National University*

## PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF INTEGRATION TO THE ACTIVE SOCIAL LIFE OF A PERSON WITH SPECIAL NEEDS

### ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ІНТЕГРАЦІЇ ДО АКТИВНОГО СОЦІАЛЬНОГО ЖИТТЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

The article is devoted to the problem of disability, which has a tendency to increase and is the result of injury, contusion or mutilation due to hostilities in the east, deteriorating environmental conditions in Ukraine, increasing injuries and more.

The author notes that the socio-psychological adaptation of people with disabilities is associated with the optimization of socio-psychological life of the individual, brought into line with its capabilities, needs and values. The development of a person with a disability, his self-awareness under the influence of various social factors leads to the fact that there may or may not be a resolution of contradictions, which ultimately leads to the adaptation or maladaptation of the individual. If new for the individual social values, types of behavior contradict the previously learned, which are part of his inner world, the balance between external and internal, there is a psychological dissonance. According to the author, it leads to the formation of negative mental qualities and characteristics of a person with a disability. In the process of internalization of social influence a person with a disability changes his old concepts, social norms, transforms them, ie there is an internal reorganization of the psychological structure, the inner world of the individual, which is usually accompanied by deep emotional experiences.

People with special needs often face specific problems in various spheres of life that significantly affect their psychological state. The main groups of barriers that prevent people with disabilities from having a full social life are physical and psychological barriers. The main psychological barriers of people with disabilities are analyzed: communication barrier, barrier to business communication, emotional barrier. It is noted that Ukraine in the issues of social and psychological support and livelihood of people with special needs is still at the initial stage of its development and is taking the first steps towards approaching international standards. At the same time, modern European integration processes are forcing Ukraine to reconsider current approaches and existing opportunities to improve the situation of integration / reintegration and implement effective measures aimed at improving the lives of people with disabilities.

**Key words:** persons with special needs, psychological support, an active social life, physical barriers, psychological barriers.

Стаття присвячена проблемі інвалідності, яка має тенденцію до зростання і є результатом поранення, контузії або каліцтва внаслідок військових дій на сході, погіршення екологічного стану в Україні, зростання травматизму тощо.

Авторка зазначає, що соціально-психологічна адаптація осіб із інвалідністю пов'язана з оптимізацією соціально-психологічного буття особистості, приведеного у відповідність з її можливостями, потребами, а також цінностями. Розвиток особистості з інвалідністю, його самосвідомості під впливом різних соціальних чинників призводить до того, що може відбутися чи не відбутися розв'язання суперечностей, що в кінцевому результаті призводить до адаптації або ж дезадаптації особистості. Якщо нові для особистості суспільні цінності, типи поведінки суперечать раніше засвоєним, які є складовою її внутрішнього світу, то порушується рівновага між зовнішнім та внутрішнім, виникає психологічний дисонанс. Він призводить, на думку авторки, до формування негативних психічних якостей та властивостей особистості з інвалідністю. У процесі інтеріоризації суспільного впливу людина з інвалідністю по-різному змінює свої старі поняття, соціальні норми, трансформує їх, тобто відбувається внутрішня реорганізація психологічної структури, внутрішнього світу особистості, що, як правило, супроводжується глибокими емоційними переживаннями.

Особи з особливими потребами досить часто стикаються зі специфічними проблемами в різних сферах життя, які суттєво впливають на їх психологічний стан. Виділені основні групи бар'єрів, які перешкоджають особам з інвалідністю мати повноцінне соціальне життя – це фізичні та психологічні бар'єри. Проаналізовано основні психологічні бар'єри людей з інвалідністю: комунікативний бар'єр, бар'єр ділового спілкування, емоційний бар'єр. Зазначено, що Україна в питаннях соціально-психологічного супроводу та життєзабезпечення осіб з особливими потребами, до цього часу, перебуває на початковому етапі свого розвитку і робить перші кроки по наближенню до міжнародних стандартів. Водночас сучасні процеси євроінтеграції змушують Україну переглянути діючі підходи та існуючі можливості покращення ситуації інтеграції/реінтеграції та реалізації ефективних заходів, направлених на покращення життя осіб із інвалідністю.

**Ключові слова:** особи з інвалідністю, психологічний супровід, активне соціальне життя, фізичні бар'єри, психологічні бар'єри.

**Formulation of the problem.** The question of integration of persons with disabilities into public life has existed throughout human existence. At the same time, despite the urgency of the issue, it will not be a secret

that the level of solving this problem remains low even in developed countries. An active social life, which includes work, leisure, communication with family and friends, is so ordinary for many people that not every-

one even realizes the value of what they have. At the same time, there are people among us for whom each of these elements of everyday life is extremely important because they are entirely or partially deprived of such seemingly ordinary activities. We are talking about people with disabilities who cannot always find their place in our society because they often have limited access to education, the labour market, communication with other people and a decent holiday.

At the moment, almost 3 million people with disabilities live in Ukraine, or 6.3% of the total population, of which more than 80% are of working age. Today, in these difficult conditions, that research of psychological support of personality and socio-psychological adaptation of the character, which reflects the level of its interaction and integration with the community and self-determination in it. The level of realization of inner capabilities and personal potential in socially significant activity, in the ability, while maintaining himself as a person, to interact with the surrounding society under specific conditions of existence.

Today, society is overly concerned about the problem of disability, which has a tendency to increase and is the result of injury, contusion or mutilation due to hostilities in the east, deteriorating environmental conditions in Ukraine, malnutrition of a large part of the population, increased injuries and more.

**Analysis of recent research and publications.** At the moment, in these difficult conditions, that research of psychological support of personality and socio-psychological adaptation of nature, which reflects the level of its interaction and integration with the community and self-determination in it, the level of realization of inner capabilities and personal potential in socially significant activity, in the ability, while maintaining himself as a person, to interact with the surrounding society under specific conditions of existence. This problem is considered by the majority of authors (B. N. Almazov, S. A. Belicheva, T. M. Dychev, M. Ratter, etc.), as the process of disturbance of the homeostatic balance of the person and the environment, as disturbance of adaptation of the individual owing to the action of these or those reasons; as a violation caused by the inconsistency of the innate needs of the individual to the requirements of the social environment; as the inability of the individual to adapt to their own needs and demands.

**Presenting main material.** Socio-psychological adaptation changes the inner world of man: there are new intentions, knowledge of the activities in which he is engaged, there are a self-correction and self-determination of the individual, changes in self-esteem, goals and objectives of the individual, and others. Based on these grounds, there is a change in attitude to self-affirmation, the individual acquires the necessary knowledge, skills and abilities. All this determines the essence of its socio-psychological adaptation to society, the success of its course.

It is worth noting that the socio-psychological adaptation of people with disabilities is associated with the optimization of the socio-psychological existence of the individual, adjusted to its capabilities, needs and values.

But for a long time, society was dominated by the idea that the limitation of a person's functional capabilities should automatically lead to a reduction in his needs. And most importantly, concerning people with disabilities, it was usually about basic needs, not about the values that determine the meaning of their lives and, above all, spiritual matters. People with disabilities were identified with basic needs, not with costs, the difference between which is that the former push a person behind, and the latter – attracts to the front.

The development of a person with a disability, his self-awareness under the influence of various social factors leads to the fact that there may or may not be the resolution of contradictions, which ultimately leads to the adaptation or maladaptation of the individual. If new for the individual social values, types of behaviour contradict previously learned, which are part of his inner world, the balance between external and internal is disturbed, there is a psychological dissonance. It leads, in our opinion, to the formation of negative mental qualities and characteristics of a person with a disability.

In the process of internalization of social influence, a person with a disability changes his old concepts, social norms, transforms them, i.e. there is an internal reorganization of the psychological structure, the inner world of the individual, which is usually accompanied by profound emotional experiences.

An analysis of the psychological characteristics of people with disabilities revealed another fact, namely, due to their unnecessary need in the labour market and their social isolation is the process of their removal from society. This world inhibits the formation of their active life position. Most of these people do not form a strong sense of trust in the world, in other people. As a result, people with disabilities often perceive everyone as a hostile environment. Most of them do not live a full life, they do not have sufficient motivation to communicate, and therefore the result is their isolation, alienation from people. Under these conditions, the formation of "diffuse" identity and their long delay in the egocentric position is possible.

New research indicates that even with the improvements made, most people with disabilities remain a socially vulnerable group, do not have a full social life, have difficulty finding employment or cannot go beyond specialized enterprises, and are subject to discrimination and stigmatization by society [1] However, this problem and its causes in practice are much more complex and are not limited to physical obstacles. Several other factors complicate it even more.

For Ukraine, the issue of social protection and psychological support for people with disabilities is significant. It is due to several reasons, the main of which are psychological, demographic, socio-economic and political [2].

Firstly, there are negative trends in the reproduction of human capital, the expansion of its degradation zone, which threatens the socio-economic security of the state primarily due to an increase in the number of people with disabilities, especially working age, with acute depopulation.

The main reasons for the increase in the number of people with disabilities, especially children, are the impoverishment of a large part of the population, which has significantly affected its health, as well as the unsatisfactory state of the environment, primarily caused by the devastating consequences of the Chernobyl disaster, at work and home, the growth of crime.

Secondly, the growth of poverty, especially among the socially vulnerable, including people with disabilities, has prompted them to change their psychological behaviour, often from observational, expectant and passive, to forced hard work to earn a living, family. That is, the distribution of roles within the family has begun to change. People with special needs are moving from the category of dependents to breadwinners.

Thirdly, people with disabilities belong to socially vulnerable groups who cannot compete in the labour market on an equal footing with others due to their physical or mental disabilities, especially since the labour market situation is currently unfavourable.

Fourthly, in the current socio-economic conditions, restructuring of the employment system, vocational training, social protection, etc., there is an urgent need to assist in the socio-psychological adaptation of citizens to new economic and political conditions, as well as their rehabilitation. Of course, this primarily applies to people with disabilities.

The experience of psychologists shows that people with special needs often face specific problems in various spheres of life, including education, employment, social activities, family relations, life and leisure, communication and more.

Persons with disabilities belong to different groups according to the level of complexity of their physical or psychophysical condition, place of residence, social status. The severe chronic somatic disease significantly changes first of all the whole socio-psychological situation of human development. It significantly affects the level of her mental capabilities in the implementation of activities, leads to a limited range of contacts with others, often for objective or subjective reasons leads to a limitation of its activities as a whole, i.e. changes the accurate place man in life, and, as a consequence, his inner position to all the circumstances of life [3]. Defects of people with disabilities significantly complicate their contacts with the environment, limit their participation in public life, negatively affect personal development: they cause feelings of anxiety, insecurity, lead to the formation of inferiority, selfish and antisocial attitudes.

The two main groups of barriers that prevent people with disabilities from having a full social life, including professional realization, are physical and psychological barriers. The focus is usually on the first group, which is directly related to the physical limitations of a person with a disability. At the same time, psychological barriers are equally important. People with disabilities and everyone else can be the source of these barriers.

Firstly, the person with a disability may seek a life more isolated from society. Such people are often closed off in their world. They have a very narrow circle of friends, which includes family members, doctors, possi-

bly several friends and the same people with disabilities. The first reason for this way of life may be the restriction of physical activity and the simultaneous lack of appropriate infrastructure, which makes a person a kind of prisoner of his own home. Also, a person may despair of himself and others and refuse the opportunity to realize themselves in society.

Secondly, other people's reluctance to accept people with disabilities into their environment remains common. The main psychological barriers for people with disabilities are:

1) communication barrier is a communication disorder, one of the most challenging social problems of children and youth with disabilities, which is a consequence of emotional protective self-isolation. The communication barrier creates motivational, ethical, emotional difficulties [4].

Motivational difficulties: excessive motivation (for example, "worried and did not say everything, remembered"); lack of reason (I do not want to understand, not interesting), etc. Ethical (moral) difficulties: lack of tact, tolerance; audacity, audacity; gossip, rumours, deception, meanness, dishonesty; envy, bias, etc. Emotional challenges: untidy, outrageous appearance; bold postures, gestures, manners, habits, etc.; brutal tone, tone of voice, etc.;

2) the barrier of business communication creates problems associated with the characteristics of healthy people and people with functional limitations of health, which arise when paying attention to those aspects of personality that he is not aware of or wants to hide, in our case – this physical defects. Some authors, when considering the problem of social integration of people with poor physical health, even suggest introducing the concept of "ideological equality" to denote the perception of a person with disabilities as equal and having a different worldview, different lifestyle and particular needs [3];

3) the emotional barrier consists of people's emotional reactions and is two-way. That is, on the one hand, healthy people may show curiosity, ridicule, inconvenience, guilt, hyperopia, fear. On the other hand, people with special needs can wait for self-pity, hyperopia, can blame someone for their defect, seek isolation, etc. [41].

A person with a disability may have a negative experience of communicating with so-called "normal" people due to discrimination, contempt, misunderstanding, insults [5]. The problem of racism and stigmatization of people with disabilities remains acute both in Ukraine and in other countries [1]. At the same time, it is evident that the formal prohibition of discrimination at the state level does not eliminate this problem. This issue is incredibly painful for those people with disabilities who seek a full working life and professional realization.

#### **Conclusions and prospects for further research.**

Ukraine is still at the initial stage of its development in the issues of social and psychological support and life support of people with special needs. It is taking the first steps toward approaching international standards [2]. Therefore, there is still a wide range of urgent problems, and there is no appropriate mechanism to solve them.



At the same time, modern European integration processes are forcing Ukraine to reconsider existing approaches and existing opportunities to improve the situation of integration/reintegration and the implementation of effective measures aimed at improving the lives of people with disabilities.

**BIBLIOGRAPHY:**

1. Ameri M. The disability employment puzzles: a field experiment on employer hiring behavior// M. Ameri, L. Schur, M. Adya, S. Bentley, P. McKay, D. Kruse. Labor and Employment Relations Association conference, 2015, pp. 1-70.
2. Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні: Закон України від 06.10.2005 № 2961-IV / База даних «Законодавство України». ВР України. URL:<http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15> (дата звернення 15.10.2018)
3. Дікова-Фаворська О. М. Адаптаційні можливості освіти осіб з інвалідністю [Електронний ресурс] / О. М. Дікова-Фаворська // Соціальні технології : актуальні проблеми теорії та практики : Міжвузівський збірник наукових праць. – 2009. – № 42. – Режим доступу до журн.:[http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Startp/2009\\_42/fil/42\\_07Dikova\\_202Favorska.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Startp/2009_42/fil/42_07Dikova_202Favorska.pdf)
4. Завірюха Л. А. Оволодіння особистістю засадами толерантності у студентському середовищі / Завірюха Л. А. // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наук. пр. – К. : Ун-т «Україна», 2004. – 448 с.
5. Алпатова П. С., Зуб Т.С. Людина з обмеженими фізичними можливостями в міському середовищі. Український соціум. 2006. № 1. С. 7-16.

## ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9.07:340

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.13>

**Корсун С. І.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології та педагогіки  
ПВНЗ «Університет сучасних знань»*

**Петер Плавчан**

*професор, ректор, виконувач обов'язків голови Вченої Ради  
Університету Данубіуса*

**Йозеф Затько**

*доктор права, доктор філософії, почесний доктор,  
почесний професор, LL.M, MBA, президент  
Європейського інституту безперервної освіти*

### ПРОФЕСІОГРАФІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКА ПОДАТКОВОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ

### PROFESSIOGRAPHIC STUDY OF THE ACTIVITIES OF THE EMPLOYEE OF THE TAX SERVICE OF UKRAINE

У статті аналізуються підходи до професіографічних досліджень діяльності працівників різних професій. Відзначається, що існуючі тенденції до наукового обґрунтування професіографічних досліджень відповідних професій викликані також фактором появи нових професій та спеціальностей, таких як до цього на ринку праці були невідомі, а з'являються завдяки розвитку економіки та науково-технічного прогресу.

Автори звертають увагу, що професія працівника державної податкової служби, з відповідними професійними задачами, в Україні виникла на зорі незалежності. Поряд із цим, функції працівників податкової служби, постійно перебували у процесі нормативно обумовлених змін та трансформацій. Певна стабільність у цьому питанні спостерігалася після прийняття Податкового кодексу України, який набув чинності з 1 січня 2011 року.

Автори поставили собі за мету – проаналізувати та дослідити аспекти професійної діяльності працівників державної податкової служби України та виокремити умови та характеристики трудової діяльності професії працівника податкової служби використовуючи професіографічні підходи та методи.

Вітчизняні та зарубіжні дослідження умов у яких доводиться працювати податківцям, звертають увагу на проблему ухилення від сплати податків та питанням психологічних механізмів цього явища. Найбільш вагомими факторами відношення людини до сплати податків, на думку дослідників, є: демографічні змінні величини (вік, стать, доходи, соціальний клас, економічне становище, освіта, політичні вподобання, тощо); відношення до мети (відношення до фінансової влади, уряду, податкових інспекторів); особистісні риси людини (несхильність до ризику, догматизм).

Дослідження психологічних особливостей професійної діяльності працівників податкової служби проводилося на підставі запропонованого авторами опитувального листа, що включає в себе перелік основних умов та особливостей діяльності, які можуть справляти безпосередній вплив на професійну діяльність працівників даної професійної сфери.

Дані отримані у результаті дослідження дають змогу підійти до формулювання розгорнутого переліку умов та характеристик трудової діяльності професії працівника податкової служби України. Наявність виокремлених високо значимих факторів професійної діяльності може бути оцінена, як вимоги, що професія пред'являє до працівника чи кандидата на посаду. У подальших дослідженнях отримані дані можуть бути використані для побудови професіограми та психограми професії.

**Ключові слова:** професіографічне дослідження, професіограма, психограма, працівник податкової служби, професія, діяльність, професійна діяльність.

The article analyzes approaches to professionographic research of workers of different professions. It is noted that the existing trends in the scientific substantiation of vocational education in the relevant professions are also due to the emergence of new professions and specialties, previously unknown in the labor market, but emerging due to economic development and scientific and technological progress.

The authors note that the profession of an employee of the state tax service, with the corresponding professional tasks, arose in Ukraine at the dawn of independence. In addition, the functions of tax officials were constantly in the process of regulatory changes and transformations. Some stability in this matter is observed after the adoption of the Tax Code of Ukraine, which came into force on January 1, 2011.

The authors set themselves the goal of analyzing and researching aspects of the professional activities of employees of the State Tax Service of Ukraine and identifying the conditions and features of employment by profession as a tax worker using professional approaches and methods.

Domestic and foreign studies of the conditions in which taxpayers have to work draw attention to the problem of tax evasion and the psychological mechanisms of this phenomenon. The most important factors in a person's attitude to paying taxes, according to researchers, are: demographic variables (age, gender, income, social class, economic status, education, political preferences, etc.); attitude towards the goal (attitude towards fiscal authorities, government, tax inspectors); personal qualities (risk aversion, dogmatism).

The study of the psychological characteristics of the professional activities of officials of the tax authorities was carried out on the basis of the questionnaire proposed by the authors, which includes a list of the main conditions and characteristics of activities that can directly affect the professional activities of employees in this professional field.

The data obtained as a result of the study allow us to approach the formulation of a detailed list of conditions and features of the labor activity of the profession of an employee of the tax service of Ukraine. The presence of highlighted highly significant factors of professional activity can be assessed as the requirements that the profession imposes on an employee or candidate for a position. In further research, the data obtained can be used to build a professionogram and a psychogram of the profession.

**Key words:** professionographic research, professionogram, psychogram, tax inspector, profession, activity, professional activity.

**Вступ.** Професіографічні дослідження діяльності працівників різних професій, на сучасному етапі розвитку науки та технологій, набувають широкого поширення та застосовуються до широкої низки професій. Тенденції до науково-обґрунтованого професіографічного дослідження відповідних професій викликані також фактором появи нових професій та спеціальностей, таких як до цього на ринку праці були невідомі, а з'являються завдяки розвитку економіки та науково-технічного прогресу. У нашій країні професія працівника державної податкової служби, з відповідними професійними задачами, виникла на зорі незалежності. Поряд із цим, функції працівників податкової служби, їхні права та обов'язки, перебували у процесі постійних змін та трансформацій. Можемо сказати, що певна стабільність у цьому питанні спостерігається лише після прийняття Податкового кодексу України, який набув чинності з 1 січня 2011 року.

**Постановка проблеми.** Перед нами постала актуальна проблема – дослідити діяльність працівника податкової служби України з точки зору існуючих професіографічних підходів. При цьому маємо врахувати, що дана професія відноситься до категорії правоохоронних професій, а отже діяльність працівників означеної категорії професій має свою специфіку яка полягає у жорсткому нормативному регулюванні діяльності. Отже, з професіографічної точки зору, ми досліджуємо діяльність яка протікає у сфері відносин, що регулюються правом, а саме ця сфера відносин підпадає під визначення такої галузі психологічної науки, як юридична психологія.

**Аналіз попередніх досліджень.** Проблему професіографічних досліджень у своїх працях досліджували як закордонні так і вітчизняні науковці, зокрема: В.Г. Андросюк, В.І. Барко, Б.Г. Бовін, К.М. Гуревич, Ю.Б. Ірхін, Л.І. Казміренко, М.В. Костицький, Я.Ю. Кондратьєв, С.І. Корсун, А.Г. Маклаков, Ю.Л. Майдіков, В.С. Медведєв, К.К. Платонов, І.І. Приходько, І.В. Сулятицький, С.І. Яковенко та інші.

**Мета дослідження.** Проаналізувати та дослідити аспекти професійної діяльності працівників державної податкової служби України та виокремити умови та характеристики трудової діяльності професії працівника податкової служби використовуючи професіографічні підходи та методи.

**Виклад основного матеріалу.** Податкова система України перебуваючи на етапі становлення піддається постійним спробам реформації. Реформування пов'язано із перехідними процесами розвитку економічних відносин і носить недосконалий характер через низку суб'єктивних та об'єктивних причин.

Закордонні науковці значну кількість наукових досліджень спрямовували на виявлення та встановлення тих чинників, які формують позитивне відношення людей до податків. Зокрема, дослідники Спайсер (Spicer) та Ландстеут (Lundstend), Сонг (Song) та Ярбрау (Yarbrough) намагалися з'ясувати вплив отриманої людиною освіти на відношення до сплати податків. В результаті ними було встановлено, що громадяни із вищим рівнем освіти, рівнем податкових знань характеризуються більш позитивними показниками податкової етики. Тобто, чим вищий рівень освіти, тим більш відповідально та свідомо людина ставиться до сплати податків [1; 2; 3; 4].

Власні дослідження та дані наукової літератури дають змогу виокремити причини та фактори, які штовхають або сприяють здійсненню підприємцями податкових правопорушень. Серед факторів виокремлюють суб'єктивні та об'єктивні. Головними суб'єктивними факторами, що сприяють здійсненню правопорушень у сфері оподаткування є: корислива або інша зацікавленість, жадоба до збагачення; відсутність традицій вітчизняного платника податків щодо своєчасної і повної сплати податків, зборів, обов'язкових платежів; відсутність у правосвідомості українських громадян стереотипу щодо необхідності сплати податків як громадянського обов'язку; негативне ставлення платників податків до існуючої системи, яка реалізується неадекватними методами сучасного етапу розвитку суспільства.

До об'єктивних факторів відносяться: недосконалість та нестабільність податкового законодавства; корупційна система розподілу та доступу до коштів, робіт, об'єктів; значні податкові та неподаткові навантаження на платників податків; необґрунтована кількість пільг, що ставить в нерівні умови платників податків тощо [1; 5; 6].

Професійні взаємовідносини працівника податкової служби та платника податків динамічно розвиваються з розвитком та вдосконаленням податкової

та економічної системи держави. Відзначається, що цей розвиток має свою динаміку і особливості.

Слід наголосити, що Державна податкова служба України активно запроваджує в свою діяльність принципи відкритості та прозорості. При ДПС України та Головних управліннях створені та діють Громадські ради, які складаються з представників бізнесу та громадськості і покликані допомагати у вирішенні спірних питань між податківцями та підприємцями. Податкова служба опікується створенням навчальних програм для учнів, випускає відповідні рекламні ролики по телебаченню, радіо, в пресі, тощо. Це безумовно сприяє позитивному іміджу податкової служби та формуванню позитивного відношення громадян до сплати податків.

Зарубіжні дослідження, присвячені проблемі ухилення від сплати податків, значну увагу приділяють з'ясуванню психологічних механізмів цього явища [Fielding N. G. Joining Forces, Kitzman V. C., Stanard S.J.]. Найбільш вагомими факторами відношення людини до сплати податків, на думку вітчизняних та зарубіжних авторів [1; 3-4], є:

- демографічні змінні величини (вік, стать, доходи, соціальний клас, економічне становище, освіта, політичні вподобання, тощо);
- відношення до мети (відношення до фіскальної влади, уряду, податкових інспекторів);
- особистісні риси людини (несхильність до ризику, догматизм).

Чільне місце при цьому займає так звана «суб'єктивна норма», що формується у людини залежно від передбачуваного кінцевого результату сплати податків. Якщо він передбачається фінансово виграним, то і відношення до сплати податків буде позитивним, якщо ж ні, – то навпаки.

Формування негативного або критичного ставлення до податкової політики не є проблемою лише психоемоційного характеру. У певному соціальному середовищі формуються відповідні когнітивні установки та культивується поведінка стосовно працівників державної податкової служби. Як свідчить статистика, у кризових ситуаціях, спостерігається тенденція щодо зростання кількості протиправних дій у відношенні до податківців.

Як зазначав Е. Фромм у праці «Людина для себе», в умовах ринкових відносин це часто породжує тенденцію переважання пластичного, гнучкого і поверхневого мислення, у світі ідей – поверхневого, багатогранного, але неглибокого знання, у сфері формування особистості – пластичного, гнучкого, «ринкового» характеру [7].

Діяльність органів податкової служби за своїми функціями відносяться до правоохоронної діяльності. Правоохоронна діяльність – це державна правомірна діяльність, що полягає у впливі на поведінку людини або групи людей з боку вповноваженої державою посадової особи шляхом охорони права, відновлення порушеного права, припинення або розгляду порушення права, його виявлення або розслідування з обов'язковим додержанням установлених у законі процедур для цієї діяльності [8, с. 42].

Психологічний аналіз діяльності працівника податкової служби вказує на те, що їй притаманні свої специфічні особливості, відмінні від інших правоохоронних спеціальностей. Насамперед, ця діяльність безпосередньо пов'язана з особливостями соціально-психологічного середовища, у якому вона здійснюється. Відомо, що громадяни будь-якої держави сприймають податкову політику і податки зокрема, якщо не негативно, то вкрай песимістично.

Діяльність – найзагальніша форма цілісного вияву активності особистості як суб'єкта. На думку К.О. Абульханової–Славської, саме суб'єкт визначає потрібну кількість активності для різних форм діяльності (на виробництві, в побуті, в сім'ї), а також якість цієї активності, тобто міру активності стосовно розв'язуваних завдань [9, с. 123]. Діяльність складається із дій або ж ланцюга вчинків – особливих одиниць довільної активності, «кроків», «сходинок» у напрямку усвідомленої мети. Більшість вчинків людини має цільовий характер. Людина вдається до них тому, що поставила перед собою якусь конкретну мету: змінити свій спосіб життя, досягти успіху в якій-небудь галузі, подолати власні недоліки, забезпечити собі добрий заробіток тощо [10; 11-12].

У професійній діяльності працівника податкової служби такими діями є перевірка декларацій, звітів, балансів, підготовка наказів, направлень, повідомлень, проведення камеральних, виїзних та невиїзних перевірок, складання актів, довідок, висновків, запитів, повідомлень-рішень тощо. Особливість професійної діяльності працівника податкової служби проявляється у певній специфіці здійснення контрольно-перевірочних заходів, коли доводиться у стислі, нормативно обумовлені, проміжки часу відведеного на перевірку виявити, встановити, викрити та задокументувати приховані та замасковані способи ухилення від сплати податків.

Враховуючи, що психічні явища проявляються в діяльності, поведінці людей – і це є їхньою особливістю, працівнику податкової служби необхідно володіти та психологічно грамотно користуватись знаннями під час проведення планових та позапланових перевірок та виявлення фактів податкових порушень у фінансово-господарській діяльності суб'єктів господарювання, перевірок офіційної інформації та зустрічних звірок, під час опитування підприємців. Звертаючи увагу на різного роду неточності, невідповідності, подробиці в документах, їх фальсифікацію, неналежне їх оформлення або оформлення для прикриття безтоварних операцій, працівник податкової служби повинен вміти відтворити цілісну картину складного, неочевидного, прихованого злочину, зуміти передбачити, змоделювати схему та викрити осіб, які стоять за цими схемами [13-15].

Під час проведення перевірок та документування податкових правопорушень, працівникам податкової служби доводиться на собі відчувати застосування з боку підприємців різноманітних тактик психологічного впливу. Вплив спрямовується на емоційну сферу податківця, мотиви та цілі діяльності, сприй-

няття відповідної ситуації. Всі ці заходи проводяться з метою відвернути увагу працівника податкової служби від фактів ухилення від сплати податків, дезорієнтувавши чи залякавши його.

Досліджуючи проблеми психологічного впливу, науковці зауважують, що вплив на стан, думки, почуття та дії іншої людини відбувається виключно за допомогою психологічних засобів і, відповідно, протистояння чужому впливу – як опір впливу іншої людини теж має відбуватись за допомогою психологічних засобів. Діалог двох сторін, як рівноправних партнерів, можливий у випадку використання ними таких методів і засобів психологічного впливу, як переконання, прохання, імітація, навіювання, наслідування, стимулювання. І зовсім протилежний вплив, а точніше тиск на партнера справляють примус, маніпулювання, деструктивна критика [13; 15-16].

Засоби психологічного впливу умовно можна поділити на декілька категорій:

- дії, які відносяться до сфери мислення (переконання, інформація- дезінформація, поради, критика);

- вплив, який має відношення до емоційно-вольової сфери особистості (погрози, залякування, шантаж, похвала, несподівані і нешаблонні дії);

- вплив, спрямований на підсвідомість.

У навчально-методичному посібнику «Дії працівників Державної податкової служби в екстремальних ситуаціях» В.В. Шейбут виділяє найбільш вживані форми впливу, що можуть застосовуватися платниками податків по відношенню до податківців під час виконання останніми професійних обов'язків [16, с. 121]. Дослідник виділяє наступні форми впливу:

- образа;
- погроза та її різновиди (погроза вбивством, погроза насильством, погроза знищення майна);
- втручання в діяльність працівника;
- домовленості;
- шантажування;
- дача хабара;
- заподіяння тілесних ушкоджень та фізичного болю;

- удар, побої, інші насильницькі дії.

У професійній діяльності працівника податкової служби палітра емоційних станів надзвичайно велика, але домінуючим є стан емоційної напруги (від помірної до надмірної), який залежить від характеру виконуваних дій, професійного досвіду та індивідуальних психологічних особливостей працівника [1; 6; 10; 17-18]. Розглянемо причини підвищеної емоційної напруженості:

- велика персональна відповідальність за прийняті рішення;

- наявність компетентних органів, що контролюють службову діяльність і можливість ідентифікації фахівця, який допустив порушення чинного законодавства;

- необхідність постійної готовності до несподіваних ситуацій;

- вплив швидкозмінних об'єктів спостереження, зовнішніх факторів;

- достатньо високий рівень конфліктних ситуацій, що виникають при виконанні професійних функцій;

- постійний вплив кримінального середовища (у тому числі через засоби масової інформації), що намагаються здійснити психологічний тиск, шантаж, підкуп податківців, створити можливості для порушення чинного антикорупційного законодавства;

- протидія та несприйняття з боку певної частини колективу.

Перелічені особливості професійної діяльності, що притаманні працівникам податкової служби, зумовлюють цілий ряд вимог до їх психічних функцій, психологічних якостей та вмінь.

Опрацювавши наукові дані щодо переліку вимог до аналогічних видів діяльності, запропонованого А. М. Столяренко [19], та спираючись на науково-практичні результати, можемо навести перелік професійних якостей працівника податкової служби:

1. здатність до вирішення професійних завдань в ситуаціях, які супроводжуються високою мірою особистою відповідальності, а інколи і небезпеки для життя;

2. готовність до ситуацій жорсткого протистояння порушникам;

3. підвищена відповідальність за свої вчинки;

4. здатність до інтенсивної міжособистісної комунікації;

5. висока психофізіологічна витривалість, пов'язана із стресовими ситуаціями професійної діяльності;

6. здатність витримувати тривалу емоційну напругу, тривожні стани, почуття страху, невизначеності, неможливості поділитися своїми сумнівами із близькими тощо;

7. постійна інтелектуальна активність (аналіз постійно змінної інформації, утримання в пам'яті великої кількості цифр, фактів, прийняття рішень в умовах дефіциту часу та інформаційної невизначеності);

8. мовної компетентності, вміння швидко і логічно пояснювати у критичній ситуації.

Подальше дослідження психологічних особливостей професійної діяльності працівників податкової служби проводилося на підставі розробленого опитувального листа, що включає в себе перелік основних умов та особливостей діяльності, які можуть справляти безпосередній вплив на професійну діяльність працівників даної професійної сфери [6; 13; 15; 17; 20]. У якості експертів виступили працівники податкової служби, що мають стаж роботи не менше п'яти років, та представляють різні регіони України. Кількість залучених експертів – 63 особи.

Обробка отриманих результатів експертної оцінки щодо характеристики умов та психологічних особливостей праці працівників податкової служби дозволили виявити різний ступінь значимості факторів, що їх обумовлюють. Оцінка середніх значень

факторів проводилася відповідно до п'ятибальної оціночної шкали у нижченаведених діапазонах:

$M = 1,0 - 1,9$  бала, такі фактори слід рахувати як не значимі;

$M = 2,0 - 2,9$  бали – мало значимі;

$M = 3,0 - 3,9$  бали – значимі;

$M = 4,0 - 5,0$  бали – високо значимі.

На підставі експертної оцінки до переліку **високо значимих факторів** дослідженням з'ясовано, що мають бути віднесені наступні:

– «Робота здійснюється у приміщенні з нормальним мікрокліматом» –  $M = 4,7 \pm 0,07$  бали;

– «Розвинена воля, сміливість, рішучість та наполегливість» –  $M = 4,3 \pm 0,09$  бали;

– «Темп роботи регламентований, нав'язаний» –  $M = 4,9 \pm 0,07$  бали;

– «Вміння володіти собою, протистояти стресовим ситуаціям» –  $M = 4,8 \pm 0,05$  бали;

– «Робота супроводжується розумовим навантаженням» –  $M = 4,9 \pm 0,08$  бали;

– «Впевненість у власних силах, емоційна та нервово-психічна стійкість» –  $M = 4,5 \pm 0,04$  бали;

– «Існує можливість психічного травматизму» –  $M = 4,2 \pm 0,12$  бали;

– «Діяльність, головним чином, характеризується як групова» –  $M = 4,3 \pm 0,10$  бали;

– «Стійка увага, швидке її переключення, широкий розподіл і великий обсяг» –  $M = 4,7 \pm 0,10$  бали;

– «Достатній обсяг, швидкість і точність запам'ятовування» –  $M = 4,9 \pm 0,05$  бали;

– «Робота з комп'ютерною технікою, технічними засобами» –  $M = 4,5 \pm 0,10$  бали;

– «Рівень персональної відповідальності» –  $M = 4,2 \pm 0,12$  бали;

– «Інтенсивність стосунків з колегами по роботі» –  $M = 4,6 \pm 0,07$  бали;

– «Здатність до ефективного спілкування» –  $M = 4,7 \pm 0,10$  бали;

– «Емоційна зрілість, стійкість, стриманість» –  $M = 4,8 \pm 0,05$  бали;

До переліку **значимих факторів** експертами віднесено наступні:

– «Роботі притаманна монотонія» –  $M = 3,7 \pm 0,09$  бали;

– «Стійкість функцій аналізаторів та властивостей сприйняття» –  $M = 3,2 \pm 0,10$  бали;

– «Діяльність, головним чином, характеризується як індивідуальна» –  $M = 3,2 \pm 0,09$  бали;

– «Прийняття рішень в умовах дефіциту часу та інформаційної невизначеності» –  $M = 3,1 \pm 0,06$  бали;

– «Можливість виникнення психо-соматичних розладів, що зумовлені професійною діяльністю» –  $M = 3,3 \pm 0,11$  бали;

До переліку **не значимих та мало значимих факторів** експерти віднесли:

– «Робота здійснюється на повітрі» –  $M = 2,1 \pm 0,10$  бали;

– «Робота здійснюється у незвичайних умовах» –  $M = 2,7 \pm 0,07$  бали;

– «На організм працюючого впливають несприятливі умови природного середовища» –  $M = 1,9 \pm 0,08$  бали;

– «Можливе виникнення захворювань, що зумовлені що зумовлені несприятливими санітарно-гігієнічними умовами, умовами природного середовища» –  $M = 1,9 \pm 0,09$  бали;

– «Режим праці та відпочинку не регламентований» –  $M = 1,5 \pm 0,06$  бали;

– «Робота супроводжується фізичним навантаженням» –  $M = 1,1 \pm 0,06$  бали;

– «Існує можливість фізичного травматизму» –  $M = 1,2 \pm 0,08$  бали;

– «Вміти оцінювати розташування предметів у просторі» –  $M = 1,4 \pm 0,09$  бали;

– «Виконання професійних завдань у ситуаціях, що супроводжуються високим ступенем особистого ризику» –  $M = 1,7 \pm 0,07$  бали;

– «Здатність до різкої зміни видів діяльності» –  $M = 1,9 \pm 0,07$  бали.

**Висновки та перспективи подальших наукових пошуків.** Таким чином, отримані нами дані дають змогу більш чітко підійти до формулювання розгорнутого переліку умов та характеристик трудової діяльності професії працівника податкової служби України. Зрозуміло, що наявність виявлених високо значимих факторів професійної діяльності з іншого боку може бути оцінена, як вимоги, що професія пред'являє до працівника чи кандидата на посаду. Відповідно і кандидат на посаду повинен за своїми професійними та індивідуально-психологічними якостями відповідати вимогам професії. У подальших дослідженнях можемо використати отримані дані для побудови професіограми та психограма професії.

Крім того, знання про фактори та характеристики професійної діяльності дає змогу більш об'єктивної оцінки можливостей кандидатів або осіб, які мріють працювати у даному напрямку, тобто можуть бути використані для більш об'єктивної професійної орієнтації.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Мельник П. В. Розвиток податкової системи в перехідній економіці. Ірпінь, 2001. 267 с.
2. Про податки і збори населенню України / М. Я. Азаров, Г. І. Бондаренко, П. В. Мельник та ін. Ірпінь, 2000. 182 с.
3. Fielding N. G. Joining Forces: Police Training, Socialization, & Occupational Competence. NY, 1988. 246 p.
4. Kitzman B. C., Stanard S.J. The Job of Police Chief in the State of Illinois. *Public Personnel Management*. 1999. Vol. 28, № 3. P. 473-499.
5. Основи організації діяльності органів податкової міліції ДПА України: навчально-методичний посібник / за заг. ред. В. Р. Жвалюка. – Ірпінь, 2002. 237 с.
6. Плотко О. В. Формування у працівників податкової міліції здатності до саморегуляції в емоціогенних умовах: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогіка та вікова психологія». Київ, 2004. 177 с.
7. Фромм Э. Человек для себя. Минск, 1992. 253 с.

8. Суд, правоохоронні та правозахисні органи України: підручник / В.Т. Білоус, О.С. Захарова, В.С. Ковальський та ін.; відп. ред. В.Т. Малярєнко. Київ, 2007. 234 с.
9. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. Москва, 1980. 335 с.
10. Иванова О.В., Москалюк Л.М., Корсун С.І. Психологія: вступ до спеціальності. Київ, 2013. 184 с.
11. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва, 1975. 121 с.
12. Психологія: підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін. Київ, 2001. 560 с.
13. Корсун С.І., Майдіков Ю. Л. Професійний відбір працівників оперативних підрозділів податкової міліції: психологічні засади. Київ, 2010. 151 с.
14. Романова Е.С. 99 популярных профессий: психологический анализ и профессиограммы. Санкт-Петербург, 2006. 464 с.
15. Ткачук Т.А., Корсун С.І. Психологія діяльності працівників податкової міліції. Київ, 2012. 194 с.
16. Шейбут В. В. Дії працівників державної податкової служби в екстремальних ситуаціях: навчально-методичний посібник. Київ, 2001. 156 с.
17. Майдіков Ю. Л., Корсун С.І. Нервова система і психічна діяльність людини. Київ, 2007. 280 с.
18. Методические рекомендации по психологическому отбору лиц, имеющих высшее образование и поступающих в ОВД / Б. Г. Бовин, Л. Я. Зыбковец, С. М. Давыдов и др. Москва, 1993. 234 с.
19. Столяренко А. М. Прикладная юридическая психология. Москва, 2001. 636 с.
20. Бовин Б.Г., Мягких Н.И., Сафронов А.Д. Основные виды деятельности и психологическая пригодность к службе в системе органов внутренних дел: справочное пособие. Москва, 1997. 344 с.

**Пономаренко Я. С.**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри соціології та психології факультету № 6  
Харківського національного університету внутрішніх справ

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ОСОБИСТІСНИХ ФАКТОРІВ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З РІЗНИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНОЇ ЗДІЙСНЕНОСТІ

### PSYCHOLOGICAL CONTENT OF PERSONAL FACTORS IN POLICE OFFICERS WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONALITY'S FULFILLMENTITY

Стаття презентує теоретичні та практичні здобутки українських та закордонних вчених з проблеми особистості сучасних працівників поліції та виділення першочергових їх рис. Огляд психологічних досліджень показав широкі палітру наукових праць, які розкривають особливості особи поліцейського, надаючи різний перелік рис сучасних захисників закону та громадського порядку. Особистість працівників поліції є багатоаспектною та широко профільною, оскільки потребує врахування численної кількості характеристик та компетенцій, які будуть сприяти не лише бездоганному виконанню професійних обов'язків, й допомагати реалізувати себе не лише як професіонал, а й як особистість.

Мета статті – визначити психологічний зміст структури особистості поліцейських з високим та низьким рівнями особистісної здійсненності (ОЗ). У якості досліджуваних виступили 97 працівників поліції. Із використанням «Опитувальника особистісного здійснення» О. Штепи, поліцейські кластерним аналізом за методом к-середніх були розподілені на три групи. Перша група з високим рівнем ОЗ складала 29 осіб, друга група з низьким рівнем ОЗ налічувала 25 досліджуваних, до третьої групи середнього рівня ОЗ увійшли 43 респонденти. До подальшого дослідження були залучені респонденти з високим рівнем особистісного здійснення (перша група) та з його низьким рівнем (друга група). Для досягнення поставленої мети був задіяний «П'ятифакторний особистісний опитувальник» («Велика П'ятірка») Р. МакКрає й П. Коста.

Емпірично дослідження факторної структури особистості поліцейських, які мають різний рівень особистісної здійсненності показало, що поліцейські з високим рівнем ОЗ спрямовані на екстраверсію, вони швидко здатні встановити контакт з людьми, справляють на них позитивне враження та чітко усвідомлюють цілі своєї діяльності, свої переваги та можливості у вирішенні складних завдань. Можемо орієнтовано запропонувати особистісний профіль першої групи досліджених, охарактеризувавши їх як домінуючих, самодостатніх, авторитетних, стійких, адаптивних й готових до змін. Поліцейські з низьким рівнем ОЗ орієнтовані на встановлення дружніх контактів з іншими людьми, прагнуть працювати самостійно, покладаючись на свої знання та вміння, однак вони можуть бути вразливими через труднощі на роботі. Найбільш притаманними другій групі рисами є: привітність, самоконтроль, однак разом з тим присутнє відчуття провини, тривоги та напруження у ситуаціях стресу.

**Ключові слова:** особистісна здійсненність, особистість, поліцейські, професійна діяльність, риси.

The article presents the theoretical and practical achievements of Ukrainian and foreign scientists on the problem of personality of modern police officers and the selection of their primary features. A review of psychological research has shown a diverse palette of scientific papers that reveal the characteristics of the police officer, providing a different list of features of modern defenders of law and order. The personality of police officers is multifaceted and broad, as it requires taking into account a number of characteristics and competencies that will contribute not only to the flawless performance of professional duties, and help to realize themselves not only as a professional but also as a person.

The purpose of the article is to determine the psychological content of the personality structure of police officers with high and low levels of personality's fulfillment (PF). The total sample consisted of 97 police officers. Using O. Shtepa's "Personal Activity Questionnaire", the police officers were divided into three groups by cluster analysis using the k-means method. The first group with a high level of personal fulfillment was 29 people, the second group with a low level had 25 respondents, the third group of medium level included 43 respondents. Respondents with a high level of personal fulfillment (first group) and with a low level (second group) were involved in further research. To achieve this goal, the "Five-Factor Personality Questionnaire" ("Big Five") by R. McCrae and P. Costa was used.

An empirical study of the factor structure of the personality of police officers with different levels of personal fulfillment showed that high-level police officers are prone to extraversion, they are able to quickly establish contact with people, make a positive impression on them and clearly understand their goals, advantages and opportunities. solving complex problems. We can offer a personal profile of the first group of respondents, describing them as dominant, self-sufficient, authoritative, stable, adaptive and ready for change. Low-level police officers are focused on establishing friendly contacts with other people, strive to work independently, relying on their knowledge and skills, but they can be vulnerable due to difficulties at work. The most characteristic features of the second group are: friendliness, self-control, but at the same time there is a feeling of guilt, anxiety and tension in stressful situations.

**Key words:** personal fulfillment, personality, police officers, professional activity, traits.

**Постановка проблеми.** Суспільство не стоїть на місці, воно постійно трансформується, вдосконалюється та набуває нових граней у своєму розвитку. Одним з яскравих показників процвітання розвину-

тої країни є її державні органи, одним з яких виступає поліція. Довіра громадян до поліцейських служб є важливим критерієм для проведення реформ в правоохоронній сфері та збільшення результатив-



ності в практиці поліціювання. Звідси, постає необхідність у пошуку найкращого набору особистісних й професійних якостей особистості поліцейських, які б цілком відповідали вимогам професії та здібності людини.

**Стан дослідження проблеми.** Науковці сходяться у думці, що особистість є відносно стабільною у часі й важко піддається змінам протягом життя. Варіативність у дослідженні особистісних рис базується на розгляді масштабів цих розбіжностей і контекстів при яких забезпечується її стабільність. Наприклад, J. Borghuis з колегами провели низку емпіричних досліджень, завдяки опитувальнику «Велика П'ятірка» Р. МакКрае й П. Коста, в котрих продемонстровані результати дослідження характеристик особистості, які вчені вважають відносно стабільними [1]. Погоджуємося з думкою авторів опитувальника, що зміни в особистісних рисах відбуваються пізніше в житті людини. Однак, вчені зазначають, що складні життєві події, стресові ситуації та труднощі здатні вплинути на невротизм, відкритість й доброзичливість. Цікавим є зауваження науковців, що поліцейські на початковому етапі свого професійного становлення, навчаються за освітніми програми, які вже заздалегідь підготують курсантів до викликів професії – це, на їх думку, зменшить вплив негативу в їх професійному майбутньому [2]. І собі J. Borghuis зі співавторами наголошували, що в період професійної підготовки поліцейських кадрів існує низка навчальних програм, які передбачають розвиток особистісних рис, котрі допоможуть ефективніше опанувати професію та подолати складності [1]. Група українських вчених підтверджують, що поліцейські в період своєї підготовки піддаються впливу когнітивно заохочувальних ситуацій, які сприяють їх ефективному входженню в професійне середовище і тим самим, формуючи зрілу особистість [5]. Розвиток зрілої особистості поліцейського є сталим та невпинним процесом розвитку, завдяки опановуванню здобутків матеріальної та духовної культури, якості соціальних відносин, міжособистісної взаємодії, способу життя і професійній діяльності. На думку Д. Швеця, перераховані чинники є найбільш впливовими у особистісному й професійному становленні поліцейських, починаючи в період їх фахової підготовки [8]. В. Сокурєнко зазначає, що вагомим чинником у формуванні поліцейського нової формації є орієнтація молоді на службу в поліції, а також якісно побудована система профорієнтаційних заходів [7]. При професійному відборі кадрів для підрозділів поліції вкрай є важливим провести якісне психологічне діагностування, яке допоможе побудувати профіль продуктивного й успішного поліцейського, який в ході виконання посадових обов'язків буде залучати особистісні ресурси та реалізовувати власний потенціал. І. Марсевичі в своєму дослідженні ілюструє загальні риси працівників поліції й детально описує їх загальний профіль. Авторка вважає, що ключовими рисами поліцейського є вдале поєднання високого рівня емпатії та низьких показників невротизму

[3]. У статті J. Wills та D. Schuldberg повідомляється, що здобутий досвід від кар'єри в поліції, особливо перенесені в ньому стресові й травматичні ситуації, здатні вплинути на особистість поліцейського. Дослідники виявили, що такі риси поліцейських як автономність, добробут, емпатія, самоконтроль та доброзичливість мають тенденцію до зменшення у період з 5 до 10 років служби [6].

**Постановка завдання.** Мета статті – визначити психологічний зміст структури особистості поліцейських з високим та низьким рівнями особистісної здійсненності (ОЗ). Завданнями дослідження виступили: 1) проаналізувати теоретичний стан розробленості проблеми особистості поліцейського в царині психології; 2) встановити психологічні риси загального профілю поліцейських з різним рівнем особистісної здійсненності.

**Матеріали та методи досліджень.** Емпіричне дослідження складалось з двох етапів. Змістом першого етапу став розподіл досліджуваних працівників поліції на різні рівні особистісного здійснення на ґрунті даних, отриманих із використанням «Опитувальника особистісного здійснення» О. Штепи [9]. Загальну вибірку склали 97 поліцейських з різних поліцейських підрозділів, котрі із застосуванням кластерного аналізу за методом к-середніх були розподілені на три групи. Перша група з високим рівнем ОЗ складала 29 осіб, друга група з низьким рівнем ОЗ налічувала 25 досліджуваних, до третьої групи середнього рівня ОЗ увійшли 43 респонденти. До подальшого дослідження були залучені респонденти з високим рівнем особистісного здійснення (перша група) та з його низьким рівнем (друга група). Другий етап дослідження передбачав визначення специфіки факторів особистості у поліцейських з різним рівнем особистісної здійсненності. Для досягнення поставленої мети був задіяний «П'ятифакторний особистісний опитувальник» («Велика П'ятірка») Р. МакКрае й П. Коста. Опитувальник містить 75 парних протилежних за значенням суджень і утворює п'ять основних факторів: екстраверсія-інтроверсія, прихильність-відособленість, самоконтроль-імпульсивність, емоційна стійкість-емоційна нестійкість, експресивність-практичність. Також було діагностовано допоміжні риси особистості по п'ять в кожному факторі, загалом 25 параметрів структури особистості [4]. Кількісна обробка результатів здійснювалася за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок.

**Результати досліджень.** В ході емпіричного дослідження було виявлено вірогідні відмінності за досліджуваними особистісними факторами серед поліцейських з різними рівнями особистісної здійсненності. Отримані дані представлені в таблиці 1.

Отже, за шкалою «Активність – Пасивність» були встановлені вірогідні відмінності між групами поліцейських з низьким та високим рівнями особистісної здійсненності ( $p \leq 0,05$ ). Отримані результати свідчать, що у представників першої групи спостерігаються високі значення первинного фактора активності, у другій групі – даний показник знаходиться

**Фактор І. «Екстраверсія – Інтроверсія» в групах поліцейських з різним рівнем особистісної здійсненності (M±σ)**

Особистісні фактори	Поліцейські з високим рівнем ОЗ	Поліцейські з низьким рівнем ОЗ	t	P
Активність – Пасивність	10.04 ± 0.69	9.73 ± 0.65	0.33	-
Домінування – Підпорядкованість	10.41 ± 0.56	8.65 ± 0.63	2.09	0.05
Товариськість – Замкнутість	10.58 ± 0.58	9.11 ± 0.62	1.73	-
Пошук вражень – уникнення вражень	9.38 ± 0.55	8.81 ± 0.59	0.71	-
Прояв провини – уникнення почуття провини	9.55 ± 0.57	10.08 ± 0.55	0.67	-
<b>Фактор І. Екстраверсія – Інтроверсія</b>	<b>50.19 ± 0.60</b>	<b>46.11 ± 0.58</b>	<b>4.89</b>	<b>0.001</b>

на межі середнього рівня. Тобто, перша група з високим рівнем ОЗ є діяльними, прагнуть до активних дій та займають активну життєву позицію. Для другої групи з високим рівнем ОЗ разом зі схильністю до активних форм поведінки у професійній діяльності, ініціативності та готовності до дій властиві ознаки пасивності та зниження працездатності, що можливо пояснити через швидке зниження мотивації через не високі показники здійсненності, яка допомагає усвідомити своє місце та роль у професії.

Звідси постає необхідність у поясненні даного особистісного фактора через загальний його показник «Екстраверсії – Інтроверсії» за котрим були також виявлені значущі розбіжності між досліджуваними групами поліцейських ( $p \leq 0,001$ ). Тобто, перша група досліджуваних спрямовані на екстраверсію, вони товариські, приємні у спілкуванні, орієнтовані на швидке виконання професійних завдань, їм подобається працювати у колективі та допомагати іншим. Для другої групи респондентів рівною мірою характерні ознаки екстраверсії та інтроверсії, про що свідчать результати отримані за даною шкалою, які знаходяться у межах середніх значень. Ми можемо припустити, що у групі з низьким рівнем ОЗ рівною мірою представлені риси, які відповідають за їх впевненість у своїх силах та прагненні розраховувати лише на себе. В той час, коли вони добре можуть працювати у команді, вони відчувають занепокоєння в ситуаціях, котрі не можуть контролювати, що збільшує їх ефективність, адже вони скоріше нададуть перевагу одноосібному виконанню завдань у ситуаціях підвищеного ризику та відповідальності.

Встановлені вірогідні відмінності за другим фактором «Прихильність – Відособленість» у досліджуваних групах лише за показником «Повага інших – Самоповага» ( $11.89 \pm 0.51$  та  $10.35 \pm 0.53$ ;  $t=2,09$ ;  $p \leq 0,05$ ). В обидвох групах дана риса особистості знаходиться на високому рівні. Однак респонденти першої групи більш здатні до співпереживання, встановлення позитивних та довірливих стосунків, що допомагає їм відчувати повагу до себе з боку навколишніх, що збільшує їх відчуття відповідальності й сумлінність при реалізації покладених доручень. Звичайно, що повага громадян до поліції є серйозною мотивацією для поліцейських, що збільшує їх бажання якісно виконати свої обов'язки, дотримуватися законності та професіоналізму. Для групи з низьким рівнем ОЗ повага населення також являє

собою стимул для подальшого професійного зросту та вдосконалення, однак їх сумніви щодо власного місця в професії та особистісної здійсненності в ній, здатні дещо зменшити їх впевненість у собі та правильності своїх дій.

За третім фактором «Самоконтроль – Імпульсивність» не було встановлено вірогідних відмінностей між досліджуваними групами, тому отримані дані були піддані якісному аналізу. За досліджуваними параметрами «Акуратність – Відсутність акуратності», «Наполегливість – Відсутність наполегливості», «Відповідальність – Безвідповідальність», «Предбачливість – Безтурботність» та загальний фактор «Самоконтроль – Імпульсивність» були визначені на рівні високого рівня у обидвох досліджуваних групах. На підставі отриманих результатів можемо говорити про рівнозначну представленість в групах таких особистісних рис як: здатність до самоконтролю та вольової регуляції, відповідальність, чесність, завзятість й старанність при виконанні обов'язків. «Самоконтроль поведінки – Імпульсивність» знаходиться у межах середніх значень, що свідчить про здатність як до навичок самоконтролю, так і можна спостерігати імпульсивні вчинки з боку досліджуваних з низьким та високим рівнями ОЗ.

Результати за четвертим фактором «Емоційна стійкість – Емоційна нестійкість» показали найбільше вірогідних розбіжностей між досліджуваними групами поліцейських, які мають різний рівень особистісної здійсненності, ми зобразили у таблиці 2.

Аналіз таблиці 2 демонструє, що у групі поліцейських з низьким рівнем ОЗ вірогідно значущі розбіжності у порівнянні з досліджуваними з високим рівнем ОЗ за показниками «Тривога – Безтурботність», «Напруженість – Розслабленість» ( $p \leq 0,01$ ) та «Емоційна лабільність – Емоційна стабільність» ( $p \leq 0,001$ ). Дані особистісні риси знаходяться у межах середнього та низького рівнів. Отримані результати, дозволяють нам зробити наступні висновки, що цим досліджуваним характерні тривожні думки та напруженість у ситуаціях підвищеного стресу, вони уникають подій, які змушують їх хвилюватися, це негативно позначається на їх самооцінці та професійній ефективності. Для групи з високим рівнем ОЗ наведені характеристики особистості простежуються в протилежних якостях, наприклад, вони краще орієнтуються у незна-

**Фактор IV. «Емоційна стійкість – Емоційна нестійкість» в групах поліцейських з різним рівнем особистісної здійсненності (M±σ)**

Особистісні фактори	Поліцейські з високим рівнем ОЗ	Поліцейські з низьким рівнем ОЗ	t	P
Тривога – Безтурботність	7.51 ± 0.60	9.69 ± 0.62	2.53	0.01
Напруженість – Розслабленість	6.89 ± 0.59	9.04 ± 0.64	2.47	0.01
Депресивність – емоційна комфортність	7.06 ± 0.58	8.23 ± 0.59	1.41	-
Самокритика – Самодостатність	7.38 ± 0.56	8.15 ± 0.60	0.94	-
Емоційна лабільність – Емоційна стабільність	5.50 ± 0.57	7.07 ± 0.54	3.09	0.001
<b>Фактор IV. Емоційна стійкість – Емоційна нестійкість</b>	44.73 ± 0.67	35.92 ± 0.64	9.51	0.001

йомих ситуаціях, швидше опановують свій стан та здатні діяти всупереч емоціям. За загальним фактором «Емоційна стійкість – Емоційна нестійкість» виявлені статистично вірогідні відмінності у групі з високим рівнем ОЗ у порівнянні з групою, яка має низький її рівень ( $p \leq 0,001$ ). Звідси, ми підтверджуємо свою думку, що високий рівень особистісної здійсненності у поліціантів сприяє їх емоційно стабільному стану, психологічній стійкості у ситуаціях напруги та небезпеки, що робить їх більш адаптованими до викликів професії та здатними протистояти всім негативним факторам діяльності.

Емпіричне дослідження факторної структури особистості поліцейських з різними рівнями ОЗ показало вірогідно значущі розбіжності у другій групі досліджуваних за п'ятим фактором «Експресивність – Практичність» ( $45.67 \pm 0.54$  та  $47.23 \pm 0.55$ ;  $t=2,02$ ;  $p \leq 0,05$ ). Тобто, у поліцейських з низьким рівнем ОЗ даний фактор розташований на середньому рівні, що свідчить про їх амбівалентність. Тобто, ці досліджувані схильні демонструвати як експресивну поведінку, так і поводити себе цілком послідовно та не виходячи за межі наміченого заздалегідь плану. Респонденти з високим рівнем ОЗ реалістично оцінюють свої здібності та можливості, вони схильні швидко адаптуватися до мінливих умов, що говорить про їх гнучкість та готовність втілити свої плани, не залежно від труднощів та перепон.

**Висновки.** Проведене емпіричне дослідження структури особистості поліцейських, які мають низький та високий рівні особистісної здійсненності дозволило зробити важливі висновки. Для поліцейських, які мають високий рівень ОЗ найбільш вірогідно значущими виявилися особистісні фактори «Екстраверсія – Інтроверсія», «Прихильність – Відособленість» й «Експресивність – Практичність». Звідси, ми можемо констатувати, що ці досліджувані спрямовані на екстраверсію, вони

швидко здатні встановити контакт з навколишніми людьми, справляють на них позитивне враження та чітко усвідомлюють цілі своєї діяльності, свої переваги та можливості у вирішенні складних завдань. Можемо орієнтовано запропонувати особистісний профіль першої групи досліджених, охарактеризувавши їх як доміантних, самодостатніх, кваліфікованих, психологічно й емоційно стійких, готових до змін та адаптивних.

Щодо другої групи поліцейських, яка має низький рівень особистісної здійсненності, то було визначено також три провідних фактори, які відграють ключову роль у особистості цих респондентів. До таких факторів були віднесені «Експресивність-Імпульсивність», «Емоційна стійкість – Емоційна нестійкість» й «Експресивність – Практичність», які знаходяться в межах середніх значень, тому мають ознаки як однієї, так і другої характеристики. Таким чином, представники другої групи орієнтовані на встановлення позитивних контактів з іншими людьми, і в той час, прагнуть працювати самостійно, розраховуючи лише на власні сили; емоційно вразливі, дуже переймаються невдачами на роботі та схильні до експресивності. Звідси, маємо змогу визначити найбільш притаманні даній групі особистісні риси: схильні відчувати провину у разі допущення помилок; привітні; добре володіють собою, однак можуть відчувати тривогу й напруження у найбільш стресових ситуаціях; емоційна лабільні, що позначається у їх експресивній поведінці.

**Перспективи подальших наукових досліджень.** Дослідження особистості поліцейського є завжди актуальною науковою проблемою, котра потребує подальших емпіричних розвідок. Ми вважаємо, що вивчення особистості поліціанта варто розглянути в контексті їх не лише особистісної здійсненності, а й в якості професійного самоздійснення, що є перспективами у подальших наукових розвідках.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

- Borghuis J., Denissen J., Oberski D., Sijtsma K., Meeus W., Branje S., Koot H. M., Bleidorn W. Big Five personality stability, change, and codevelopment across adolescence and early adulthood. *Journal of personality and social psychology*. 2017. № 113(4). P.641–657.
- Costa P.T., Jr, McCrae R.R., Löckenhoff C.E. Personality Across the Life Span. *Annual review of psychology*. 2019. № 70. P.423–448.
- Marcovici I. Police Officers and Personality Characteristics. Undergraduate Honors Theses. College of William & Mary. Williamsburg, VA, 2018. 45 p.
- McCrae R. R. Costa P. T. Validation of the Five Factor model of personality across instrument and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. Vol. 52. P. 81-90.

5. Shvets D., Yevdokimova O., Okhrimenko I., Ponomarenko Y., Aleksandrov Y., Okhrimenko S. Prontenko K. The New Police Training System: Psychological Aspects. *Postmodern Openings*. 2020. № 11(1Supl1). P.200-217.
6. Wills J L., Schuldberg D. Chronic trauma effects on personality traits in police officers. *Journal of Traumatic Stress*. 2016. № 29(2). P. 185-189.
7. Сокурєнко В.В. Окремі питання формування особистості сучасного поліцейського. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України* : тези доп. наук.-практ. конф. (м. Харків, 27 берез. 2020 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2020. С. 225-227.
8. Швець Д.В. Формування особистості поліцейського в умовах вищої професійної освіти. *Науковий вісник Ужгородського Національного університету: серія: Право*. 2018. № 2(49). С. 90-93.
9. Штепа О.В. Опитувальник особистісної здійсненності: теоретичні підстави для розробки та результати апробації. *Психологічний часопис*. 2018. № 5(15). С. 196-223.

## ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.15>

**Бєлякова С. М.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Бочаріна Н. А.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Стеценко А. І.**

*кандидат психологічних наук, старший викладач,  
доцент кафедри менеджменту, практичної психології  
та інклюзивної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ДОРОСЛИХ

#### EMPIRICAL STUDY OF FEATURES OF ADULTS' VALUE ORIENTATIONS

Стаття висвітлює результати дослідження особливостей ціннісних орієнтацій дорослих, які спрямовують і корегують процес цілепокладання людини, створюючи основу для вибору з наявних альтернатив цілей і засобів, для порядку переваг відбору і оцінки цих альтернатив, визначаючи «межі дії», тобто не тільки регулюють, але й спрямовують ці дії.

Розглянуто та уточнено поняття «самореалізація», яке вживається лише в сучасних дослідженнях і трактування цього поняття зазвичай вкрай розмите і досить абстрактне, отже самореалізація – це розумовий, теоретичний, когнітивний аспект діяльності, який здійснюється у внутрішньому плані дорослої людини на основі усвідомлення загальної картини світу і саморефлексії особистого життєвого плану ідеального і реального (Я-концепції).

В експериментальному дослідженні були використані наступні методики:

методика «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової; методика «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонт'єва); методика «Діагностики самоактуалізації особистості – САМОАО» (А.В. Лазукіна в адаптації Н.Ф. Каліни).

За результатом дослідження було визначено, що загалом у респондентів ціннісно-смилова неузгодженість є більш вираженою, що пов'язано з дуже вираженою зоною внутрішньо-особистісних конфліктів у цих особистостей.

У досліджуваних високий показник за фактором «мета в житті», це дозволяє характеризувати їх як досить цілеспрямованих людей, які мають певні цілі в майбутньому, що спрямовані на тимчасову перспективу.

У той же час респонденти мають низькі показники результативності життя. 28-35 років є тільки початковою фазою для втілення життєвих планів, досягнення цілей і самореалізації.

На основі даних, отриманих в ході експериментального дослідження, можна стверджувати, що у більшості респондентів самоактуалізація розвинута за такими шкалами як аутосимпатія, контактність та креативність, що свідчить про стійку самооцінку, здібність до встановлення міцних і доброзичливих відносин з оточуючими, прагнення до творчості та бажання бути креативними.

**Ключові слова:** ціннісні орієнтації, соціально-психологічні особливості, особистість, самореалізація, життєвий план.

The article shows the results of a study of the adults' value orientations that guide and adjust the process of human goal-setting, creating a basis for choosing from available alternatives goals and means, for the order of benefits of selection and evaluation of these alternatives, defining direct these actions.

The concept of «self-realization» is considered and clarified, which is used only in modern research and the interpretation of this concept is usually extremely vague and quite abstract, so self-realization is a mental, theoretical, cognitive aspect of adult activity based on awareness of the adult world and self-reflections of the personal life plan of the ideal and real (I-concept).

The following techniques were used in the experimental study: method «The level of the ratio of value» and «accessibility in various spheres of life» O. Fantalova; method «Test of meaningful life orientations – SJO» (J. Crambo and L. Maholik in the adaptation of DA Leontiev); method «Diagnosis of self-actualization of personality – SAMOAO» (AV Lazukina, adapted by NF Kalina).

In general, research found that respondents have a more pronounced value-semantic inconsistency, which is due to a very pronounced area of intra-personal conflicts in these individuals.

The subjects have a high rate of the «goal in life» factor, which allows us to characterize them as quite purposeful people who have certain goals in the future, aimed at the time perspective.

At the same time, respondents have low life expectancy. 28-35 years are only the initial phase for the implementation of life plans, goals and self-realization.

Based on the data obtained during the experimental study, it can be argued that most respondents developed self-actualization on such scales as autosympathy, contact and creativity, which indicates a stable self-esteem, ability to establish strong and friendly relationships with others, desire for art and desire to be creative.

**Key words:** value orientations, socio-psychological features, personality, self-realization, life plan.

**Постановка проблеми.** Проблема цінностей та ціннісних орієнтацій є одним із центральних питань більшості наук, що вивчають людину в різних аспектах. Ціннісні орієнтації виникають у людини в процесі соціальної взаємодії як неминучий і завжди унікальний продукт її психічного розвитку, як відносно стійке психічне утворення, що піддається внутрішнім коливанням і змінам. Вони неминуче накладають відбиток на всі життєві прояви людини і набувають особливого значення на підлітковому етапі становлення особистості [1].

Ціннісні орієнтації є компонентом складної структури ставлень особистості до умов її існування та діяльності, пов'язуючи в єдине ціле суспільне, групове й індивідуальне у свідомості та поведінці. Наявність сталих ціннісних орієнтацій характеризує зрілість особистості, виступає як узагальнений показник рівня духовного розвитку. Тож, дослідження ціннісних орієнтацій відіграє непересічну роль у визначенні змісту психолого-педагогічного супроводу особистості підлітка у процесі життєвого становлення, що знаходить підтвердження у незгасаючому інтересі науковців і практиків до цієї проблематики [2].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ціннісна тематика сьогодні у вітчизняній та зарубіжній психології є детально розробленою: сформовано понятійний апарат, запропоновано багато теорій, концепцій, моделей та класифікацій цінностей. Так, вивченню психологічних особливостей ціннісних орієнтацій і рис особистості підлітків сприяли наукові здобутки низки вчених: вікові аспекти особистісних змін (Л.І. Божович, М.Й. Боришевський, І.С. Кон, С.В. Кривцова, І.Ю. Кулагіна, А.С. Личко, Д.Б. Ельконін та ін.) [3]; ціннісні орієнтації особистості (О.Г. Асмолов, Б.С. Брагусь, Л.Ф. Бурлачук, О.В. Петровський, І.П. Маноха, О.Т. Москаленко, М. Рокіч, В.А. Роменець, В.В. Столін, В.О. Татенко, Т.М. Титаренко, О.Б. Фанталова) [4].

**Метою статті** є здійснення аналізу феномену ціннісних орієнтацій дорослих.

**Виклад основного матеріалу.** З метою емпіричного вивчення феномену ціннісних орієнтацій дорослих були використані наступні психодіагно-

стичні, методики: методика «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової, методика «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтьєва), методика «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліни) [5].

Зокрема метою методики «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової є виявлення домінуючих ціннісних переваг і внутрішніх ціннісно-мотиваційних суперечностей особистості. Методика «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтьєва) дозволяє оцінити «джерело» або «суть» сенсу життя, що може бути знайдено людиною або в майбутньому (мета), або в сьогоденні (хід) або минулому (наслідок), або у всіх трьох складових життя. Методика «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліни) призначена для оцінки рівня самоактуалізації особистості, якостей, що розглядаються як критерії особистісної зрілості та психологічного здоров'я людини.

Дослідження проводилося впродовж 2021 року засобами онлайн-анкетування, в соціальних мережах. Вибірку склали 50 осіб. Вік досліджуваних склав 32-35 років.

Розглянемо показники ціннісних орієнтацій дорослих за методикою «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової.

Отже, у 39,17% респондентів існують внутрішні конфлікти, тобто розрив між показниками «Цінність» і «Доступність», цінність більше доступності. Внутрішні вакууми, тобто доступність поняття більше його цінності спостерігається у 28,83% досліджуваних.

Відмінностей у зоні внутрішніх вакуумів виявлено незначні. Нейтральна зона цінностей (32,0%) є вагомо більшою ніж зона вакуумів (28,83%).

Загалом у дорослих ціннісно-сміслова неузгодженість є більш вираженою, що пов'язано з дуже вираженою зоною внутрішньо-особистісних кон-

Таблиця 1

**Індивідуальні значення зон внутрішніх конфліктів, внутрішніх вакуумів та нейтральних зон (за методикою «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової.) n=50**

Абсолютні значення			Відносні значення		
Кількість внутрішніх конфліктів	Кількість внутрішніх вакуумів	Кількість нейтральних зон	Внутрішні конфлікти	Внутрішні вакууми	Нейтральна зона
235	173	192	39,17%	28,83%	32,00%

фліктів у даної групи людей. Тобто цінність більше доступності за будь-яким поняттям.

Отже, у 52% дорослих визначено низькі та у 18% досліджуваних середні значення ціннісно-мотиваційної дисоціації, 30% мають високі значення, що свідчить про незадоволеність поточною життєвою ситуацією, блокадою основних потреб, внутрішнім дискомфортом, внутрішньою конфліктністю, а також про рівень самореалізації, внутрішньої ідентичності, інтегрованості, гармонії.

При оцінці результатів за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтєва) використано максимальні та мінімальні значення, які можна одержати за окремими факторами (табл. 3).

Результати дослідження отримані за методикою «Смисложиттєві орієнтації» (методика СЖО) Д. А. Леонтєва представлені в таблиці 4. У таблиці містяться твердження, вагомість яких досліджувані оцінювали за 7-бальною шкалою. Твердження відображують ту або іншу сферу внутрішнього світу особистості та сферу активності (буття), у якій реалізується ціннісно-смилова орієнтація.

Розглянемо отримані значення за кожним фактором.

1. «Мета в житті». У досліджуваних спостерігається середній показник за даним фактором – 72%. Це дозволяє характеризувати їх як не досить цілеспрямованих людей, які мають певні цілі в майбутньому, що надають життю спрямованість і тимчасову перспективу.

Дані результати є природними для досліджуваного віку й обумовлені віковими особливостями досліджуваних обох груп: для вікового етапу 28-35 років характерним є середній ступінь спрямованості у майбутнє, тенденція будувати плани та ставити свої вимоги.

2. «Процес життя» або інтерес й емоційна насиченість життя. Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Середній показник досліджуваних за даною шкалою – 56,%. Цей показник говорить про те, чи сприймають досліджувані сам процес свого життя як не дуже цікаве, емоційно насичене і наповнене змістом. Низькі бали за цією шкалою – ознака незадоволеності своїм життям у сьогоденні.

3. «Результативність життя, або задоволеність самореалізацією». Досліджувані мають низькі показники результативності життя, тобто більша частина незадоволена результатом прожитого відрізка життя – 52%.

Досліджувані 48% мають середні показники відчуття продуктивності й свідомості пройденого життєвого шляху.

Середнє значення даного фактору можна легко пояснити: 28-35 років є тільки початковою фазою для здійснення життєвих планів, досягнення цілей і самореалізації. Тому, деяким дорослим людям властива незадоволеність досягнутим, спрямованість до яких-небудь цілей. При цьому самореалізація і перетворення життєвих планів локалізуються у майбутньому. Високий показник за даною шкалою був би

Таблиця 2

**Показник неузгодженості «Цінність-Доступність» в мотиваційно-особистісної сфері (за методикою «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової.) n=50**

Абсолютні значення			Відносні значення		
Низький рівень дезінтеграції	Середній рівень дезінтеграції	Високий рівень дезінтеграції	Низький рівень дезінтеграції	Середній рівень дезінтеграції	Високий рівень дезінтеграції
26	9	15	52%	18%	30%

Таблиця 3

**Нормативні значення смисложиттєвих орієнтацій (за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтєва) (у балах) n=50**

№	Смисложиттєві орієнтації	Значення		Інтервальна одиниця	Значення		
		min	max		Низькі	Середні	Високі
1	Мета життя	6	42	12	6-18	18-30	30-42
2	Процес життя	6	42	12	6-18	18-30	30-42
3	Результативність життя	5	35	10	5-15	15-25	25-35
4	Локус контролю – Я	4	28	8	4-12	12-20	20-28
5	Локус контролю – життя	6	42	12	6-18	18-30	30-42
6	Загальний показник ОЖ	20	140	40	20-60	60-120	120-140

Таблиця 4

**Показник «мети життя» досліджуваних (за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтєва) n=50**

Експериментальна група	Кількість			%		
	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)
	7	18	0	28	72	0

Таблиця 5

Показники «процесу життя» (за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО  
(Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтьєва) n=50

Експериментальна група	Кількість			%		
	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)
	11	14	0	44,0	56,0	0

Таблиця 6

Показники «результативності життя» (за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО  
(Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтьєва) n=50

Експериментальна група	Кількість			%		
	Низькі (5-15)	Середні (15-25)	Високі (25-35)	Низькі (5-15)	Середні (15-25)	Високі (25-35)
	13	12	0	52	48	0

Таблиця 7

Показники процесу «Локус контролю – Я» (за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО  
(Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтьєва) n=50

Експериментальна група	Кількість			%		
	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)
	12	13	0	45.0	55.0	0

Таблиця 8

## Показники процесу «Локус контролю – життя» (за методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» – СЖО (Дж. Крамбо та Л. Махоліка в адаптації Д.А. Леонтьєва) n=50

Експериментальна група	Кількість			%		
	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)	Низькі (6-18)	Середні (18-30)	Високі (30-42)
	16	7	0	64.0	36.0	0

більше характерним для зрілої особистості, що вже самореалізувалася.

4. «Локус контролю» – Я (Я – господар життя). В даній групі наявні середні бали, що відповідають уявленню про себе як про відносно сильну особистість, що володіє достатньою волею вибору, щоб побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями й завданнями й поданнями про її зміст.

5. «Локус контролю» – життя або керованість життя. Досліджувані ег мають середні показники – 36,%. При високих балах – переконання в тім, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення й втілювати їх у життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність у тім, що життя людини не підвласне свідомому контролю, що воля ілюзорна, і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Розглянемо результати, отримані за методикою «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО» (А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліні).

Проведемо кількісний та якісний аналіз. Слід зазначити, що середні показники по всіх шкалах відносно рівні, не спостерігається значних стрибків розвитку певних проявів самоактуалізації вибірки серед респондентів, проте шкала «Погляд на природу людини» (табл. 9) має дещо занижені показники, порівняно з іншими. Тобто, досліджуваним

властиво оцінювати оточуючих дещо з ворожої, підозрілої позиції. Їм важко встановлювати довірливі, гармонійні стосунки з людьми. Це може бути наслідком соціальної активності людей. Для того, щоб досягти мети, людині необхідно ретельно підбирати союзників та бути більш пильним до «новачків».

Щодо якісного аналізу, то можна побачити, що більша частина досліджуваних мають показники середні. Високий рівень досліджується за показниками шкали орієнтації у часі, погляду на природу людини, креативності.

Шкала «Орієнтації в часі» показує, наскільки людина живе сьогоднішнім, не відкладаючи своє життя на «потім» і не намагаючись знайти притулок у минулому. У досліджуваних вона проявляється у 80% – це високий результат, який характерний для осіб, що добре розуміють екзистенціальну цінність життя «тут і тепер», здатних насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулими радощами і не знецінюючи передчуттям прийдешніх успіхів.

Шкала «Цінностей». Високий бал (100%) за цією шкалою свідчить, що досліджувані розділяють цінності, притаманні самоактуалізованим особам, – такі, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєності, життєвість, унікальність, досконалість, звершення, справедливість, порядок, простота,



**Результати методики «Діагностика самоактуалізації особистості – САМОАО»  
(А.В. Лазукіна, в адаптації Н.Ф. Каліні), % n=50**

Шкали	Експериментальна група		
	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
1. Шкала орієнтації у часі	20	52	28
2. Шкала цінностей	0	96	4
3. Шкала погляду на природу людини	36	64	0
4. Шкала потреби в пізнанні	16	72	12
5. Шкала креативності	20	44	36
6. Шкала автономності	24	64	12
7. Шкала спонтанності	28	64	8
8. Шкала саморозуміння	16	52	32
9. Шкала аутосимпатії	28	56	16
10. Шкала контактності	12	68	20
11. Шкала гнучкості у спілкуванні	8	76	16

легкість без зусилля, самодостатність. Перевага цих цінностей вказує на прагнення до гармонійного буття і здорових відносин з людьми, далеке від бажання маніпулювати ними в своїх інтересах [6].

Шкала «Погляд на природу людини» має більш позитивний прояв (64%), вона описує віру в людей, в могутність людських можливостей. У респондентів стійка підстава для ширих і гармонійних міжособистісних відносин, природна симпатія і довіра до людей, чесність, неупередженість, доброзичливість.

Високий бал за шкалою «Потреба в пізнанні» (84%) свідчить про те, що досліджувані завжди відкриті новим враженням, мають інтерес до об'єктів, не пов'язаний безпосередньо із задоволенням яких-небудь потреб. Таке пізнання точніше і ефективніше, оскільки його процес не спотворюється бажаннями і приладами, досліджувані при цьому не схильні судити, оцінювати і порівнювати.

Показники за шкалою «Творче відношення до життя» у досліджуваних становлять 80%, що свідчить про прагнення до творчості та креативності.

Шкала «Автономність» на рівні 80%, і характеризується головним критерієм психічного здоров'я особистості досліджуваних, її цілісності і повноти.

Шкала «Спонтанність» становить – 72%, що вказує на впевненість респондентів у собі та довіру до навколишнього світу, а також, що самоактуалізація стала способом життя, а не є мрією або прагненням.

Середній бал за шкалою «Саморозуміння» (84%) вказує на те, що досліджувані орієнтуються на думку оточуючих.

Значні показники (72%), за шкалою «Аутосимпатія» демонструють добре усвідомлювану позитивну

Я-концепцію, що служить джерелом стійкої адекватної самооцінки.

Шкала «Контактності» (88%) вказує на товаришність респондентів, їх здібності до встановлення міцних і доброзичливих взаємин з оточуючими.

Шкала «Гнучкості в спілкуванні» має у респондентів високий показник – 92%, що характеризується наявністю соціальних стереотипів, здатністю до адекватного самовираження в спілкуванні.

Таким чином, на основі даних, отриманих в ході дослідження, можна стверджувати, що у більшості досліджуваних самоактуалізація розвинута за такими шкалами як аутосимпатія, контактність та креативність, що свідчить про стійку самооцінку, здібність до встановлення міцних і доброзичливих відносин з оточуючими, прагнення до творчості та бажання бути креативними.

**Висновки.** Система ціннісних орієнтацій особистості, яка виконує одночасно функції регуляції поведінки і визначення її мети, пов'язує в єдине ціле особистість і соціальне середовище, є багатофункціональним психологічним утворенням. Ціннісні орієнтації, будучи механізмом особистісного зростання і саморозвитку, самі носять розвиваючий характер і являють собою динамічну систему.

На основі даних, отриманих в ході експериментального дослідження, можна стверджувати, що у більшості респондентів самоактуалізація розвинута за такими шкалами як аутосимпатія, контактність та креативність, що свідчить про стійку самооцінку, здатність до встановлення міцних і доброзичливих взаємин з оточуючими, прагнення до творчості та бажання бути креативними.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Воропаєва В. Г. Теоретико-методологічні засади розвитку ціннісних орієнтацій сучасної молоді в умовах трансформації сучасного суспільства. В. Г. Воропаєва. Гуманітарний вісник ЗДІА. 2013. № 55. С. 257–267.
2. Глинянюк Н. В. Психолого-педагогічні умови формування ціннісних орієнтацій сучасної студентської молоді. Н.В. Глинянюк. Режим доступу: [http://tme.uo.edu.ua/docs/Dod/3\\_2010/Glinaniyk.pdf](http://tme.uo.edu.ua/docs/Dod/3_2010/Glinaniyk.pdf)
3. Кадикова Т. А. Особливості динаміки ціннісних орієнтацій студентів-психологів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» Т. А. Кадикова. Одеса, 2002. -17 с.
4. Коберник Л. О. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій студентів вищих педагогічних навчальних закладів Л. О. Коберник *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць. К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2008. № 23. С. 235–241.

5. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник. уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. -Вид. 2-ге, виправл. – Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. -616 с : іл.
6. Васютинський В. О. Ціннісно-орієнтаційні площини сучасного українського суспільства. В. О. Васютинський. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України за ред. С. Д. Максименка. Київ, 2006. Т. 8. Вип. 6. С. 40–45.

Дубатовк В. С.

аспірантка

Вінницького державного педагогічного університету  
імені Михайла Коцюбинського

## ФЕНОМЕН МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА В УМОВАХ ЗМІН У ШКІЛЬНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

### THE PHENOMENON OF YOUTH LEADERSHIP IN THE CONDITIONS OF CHANGES IN THE SCHOOL EDUCATIONAL ENVIRONMENT

У статті розкрито основні результати теоретичного аналізу феномену молодіжного лідерства в умовах змін у шкільному освітньому середовищі; розглянуто сучасні погляди зарубіжних та вітчизняних вчених на феномен лідерства в загальному понятті та саме молодіжного лідерства. Шляхом аналізу та узагальнення наукових джерел з'ясовано актуальність досліджуваної проблеми з огляду на те, що сучасна система освіти має сприяти розвитку лідерських якостей учнів та їх об'єднання у молодіжні лідерські групи.

Проаналізовано дані досліджень, проведених вітчизняними й зарубіжними вченими, на предмет стрімкої трансформації шкільного освітнього середовища, під впливом епідеміологічних та політичних подій. З'ясовано, що зміни у шкільному освітньому середовищі у першу чергу спрямовані на модифікацію освіти на систему, здатну до дієвих стрімких змін, відповідно до викликів сучасності. Вказані трансформації впливають на стратегії розвитку особистості учня, у тому числі і на психологічні особливості розвитку лідерських якостей. Висвітлено зарубіжний досвід розвитку лідерства у школах та умов, які сприяють цьому.

Узагальнено погляди на поняття: лідер (особистість, яка має розвинуті комунікативні вміння, спрямовує та організовує групу); лідерство (соціально-психологічний феномен внутрішнього розвитку групи, який характеризує відносини домінування і підпорядкування, система соціально-психологічних явищ, пов'язаних з виходом людини в лідери). Проаналізовано погляди на структуру (суб'єкт, мета, мотиви, зміст, способи, дії, результат), функції (діагностична, директивна, мобілізаційна), групи лідерських якостей (інтелектуально-креативні, морально-вольові, емоційно-комунікативні, організаторські). Визначено ефективні умови розвитку молодіжного лідерства в умовах шкільного освітнього середовища.

**Ключові слова:** лідер, молодіжне лідерство, лідерські якості, лідерські групи, трансформація шкільного освітнього середовища.

The article reveals the main results of the theoretical analysis of the phenomenon of youth leadership in the context of changes in the school educational environment; The modern views of foreign and domestic scientists on the phenomenon of leadership in general and youth leadership are considered. By analyzing and summarizing scientific sources, the relevance of the research problem is clarified, given that the modern education system should promote the development of leadership qualities of students and their integration into youth leadership groups.

The data of researches conducted by domestic and foreign scientists on the subject of rapid transformation of the school educational environment under the influence of epidemiological and political events are analyzed. It was found that changes in the school educational environment are primarily aimed at modifying education into a system capable of effective rapid change, in accordance with modern challenges. These transformations affect the strategy of development of the student's personality, including the psychological features of the development of leadership qualities. The foreign experience of leadership development in schools and the conditions that contribute to it are highlighted.

Views on the concept are generalized: leader (a person who has developed communication skills, directs and organizes the group); leadership (socio-psychological phenomenon of internal development of the group, which characterizes the relationship of domination and subordination, the system of socio-psychological phenomena associated with the emergence of human leaders). Views on structure (subject, purpose, motives, content, ways, actions, result), functions (diagnostic, directive, mobilizing), groups of leadership qualities (intellectual-creative, moral-volitional, emotional-communicative, organizational) are analyzed. The effective conditions for the development of youth leadership in the school educational environment are determined.

**Key words:** leader, youth leadership, leadership qualities, leadership groups, transformation of school educational environment.

**Постановка проблеми.** Сучасні умови функціонування та розвитку освіти в Україні, доводять необхідність випереджувального характеру і сприяння впровадженню проактивних тенденцій в розвитку особистості учня. Відповідно, феномен молодіжного лідерства, у процесі модернізації системи освіти, яка спрямована на розвиток компетентної, ініціативної, самостійної, конкурентоспроможної особистості учня, набуває важливого значення.

Процес розвитку лідерських якостей учнів, який є важливим елементом розвитку освітньої системи, під впливом епідеміологічних та політичних реалій, зазнає суттєвих змін. Тому шкільне освітнє середовище, як атмосфера, яка включає у себе емоційний клімат, комунікативний досвід, організованість, ціннісні орієнтири сучасної школи, має враховувати наявні зміни та сприяти розвитку молодіжного лідерства.

Шкільне лідерство виступає одним із компонентів, що сприяють переорієнтації освіти на розвиток особистості впродовж усього життя, актуалізують складні соціально-психологічні проблеми, визначають нагальність потреби ґрунтовного оновлення системи шкільної освіти, зумовлюють переосмислення та перегляд її фундаментальних складових, модернізацію змісту спрямованої на створення умов для розвитку успішної, ініціативної, впевненої молоді.

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

Дослідження розвитку лідерських якостей молоді в шкільному освітньому середовищі були проведені як вітчизняними Н. Авшенюк, Н. Ільчишин, О. Лозовицький, О. Локшина, І. Миськів, Н. Муқан, Л. Пашко, так і зарубіжними науковцями Д. Хергавес, А. Ліберман, К. Лейтвуд, І. Беніс, Р. Стоділ, В. Робінсон. Окремі аспекти трансформації шкільного освітнього середовища стали предметом дослідження вітчизняних науковців В. Андрущенко, Г. Гевко, Л. Карамушка, В. Олійник, В. Цикін та зарубіжних А. Барт, Т. Розак, Г. Шиллер, М. Фулан.

**Постановка завдання.** Теоретично дослідити психологічні особливості розвитку лідерських якостей учнів в умовах змін шкільного освітнього середовища.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сьогодні ми спостерігаємо стрімкий перехід на змішаний формат навчання, який поєднує у собі онлайн та офлайн компоненти, дає можливість комбінувати та обирати різні організаційні моделі та стратегії, які можуть відкривати більші можливості для прояву лідерського потенціалу учнівської молоді.

У сучасних умовах українському суспільству потрібна школа, яка: стає прообразом вільного демократичного суспільства, втілює в собі його основні ознаки й забезпечує вироблення в учнів системи цінностей громадянського суспільства, ініціативності, активності, що у своїй сукупності впливає на поведінку учнів за межами школи й сприяє розвитку лідерських якостей. Забезпечує єдність освіти й життя учнів, включення їх у соціальні практики, суспільно корисну діяльність, створення молодіжних лідерських груп та використання їх ресурсів для підвищення ефективності роботи школи, а ресурсів школи для їх розвитку. Перетворює соціальну спрямованість освіти в активну силу демократичних реформ, а взаємодію органів влади, бізнесу, шкільних лідерських груп – у рушійну силу розвитку школи як соціально-освітнього інституту відкритого типу. Сучасна школа – школа лідерів, яка освічує дітей через включення в продуктивну трудову діяльність, що стимулює їхнє ознайомлення з досягненнями науки й техніки, привчає до ефективного співробітництва, розвиває самодисципліну, вчить приймати самостійні відповідальні рішення, забезпечує органічну єдність шкільного виховання й навчання із широкими процесами соціалізації [3, с. 258].

Американський філософ Дж. Дьюї був одним з перших, хто обґрунтував необхідність самоорганізації учнів заради ефективнішого управління у школах та залучення школярів до громадського

життя. Він вивчав поняття демократії і зробив висновок, що для неї потрібні два важливі чинники – громадянське суспільство та школи. Дьюї розглядав школи не лише як суто освітні інституції, але і як хороший майданчик для отримання громадянських компетентностей. У США учнівське самоврядування якраз і виконує ці завдання, хоч і насамперед має на меті представити інтереси школярів. Американські учнівські парламенти мають кілька основних функцій. Основна – це промоція інтересів учнів. Крім цього, вони повинні налагоджувати комунікацію між учнями та шкільною адміністрацією, щоб прищепити учням відчуття відповідальності та приналежності до спільноти. Учнівські парламенти мають і світоглядну мету – показувати модель лідерства та бути прикладом успішності для інших [13].

Вивчення феномена лідерства визначається насамперед тим, що воно є одним із найбільш значущих чинників групової інтеграції, що сприяє досягненню групових цілей з найбільшим ефектом. Проблема лідерства є однією з кардинальних проблем соціальної психології, оскільки цей процес не просто належить до проблеми інтеграції групової діяльності, а й психологічно описує суб'єкта цієї інтеграції [5, с. 47]. Тому важливо визначити поняття «лідер», «лідерство», «структура лідерства», «функції лідерства» та «лідерські якості».

У психології лідер – це авторитетна особа, якій група за певних обставин надає право приймати важливі рішення, що відповідають інтересам групи й визначають напрям і характер її діяльності [11, с. 152].

Дослідник лідерства Ю. Ірхін виділяє такі значення категорії «лідер»:

1) це суб'єкт, який володіє яскраво вираженими особовими рисами, максимально «корисними» для певної групи людей, завдяки яким його вплив є найбільш продуктивним, стає зразком для наслідування, людиною, яку наслідують інші члени групи;

2) індивід, якому певна соціальна група дає право прийняття найважливіших рішень, що відображають інтереси і основні цінності даної групи. Лідер – це символ спільності і зразок поведінки групи. Він висувається знизу, переважно стихійно і приймається послідовниками [8, с. 112].

За визначенням С. Гармаша, «лідер» – це особистість, яка має розвинуті комунікативні вміння, здатна словами ефективно впливати на інших людей, з якою бажає співпрацювати більшість колективу [12, с. 371].

У свою чергу, В. Полонський вважає, що «лідер» – це людина, яка визнає право ухвалювати відповідальні рішення у значущих для неї ситуаціях, тобто найавторитетніша особистість, яка реально відіграє центральну роль в організації спільної діяльності і регулюванні взаємостосунків [5, с. 46].

Б. Головешко визначає поняття «лідер» як член групи, який своїми діями інтегрує та цілеспрямовує її. У свою чергу, під лідерськими якостями автор розуміє індивідуальноособистісні та соціально-пси-

хологічні якості особистості, що дозволяють їй виконувати роль лідера в групі [1, с. 10].

Зокрема, Н. Сушик у праці «Теоретичні основи формування лідерських якостей учнівської молоді», дає тлумачення поняття «лідер» з точки зору соціології, психології та педагогіки:

1. У соціології лідер – це член групи, здатний її очолити, показати приклад, організувати виконання завдання і визнаний у цій ролі більшістю членів групи.

2. Лідер у психологічному аспекті – це: член групи, за яким вона визнає право приймати рішення в значущих для неї ситуаціях; особистість, здатна виконувати основну роль в організації спільної діяльності та регулюванні стосунків у групі; особистість, здатна впливати на окремих членів або групу загалом, спрямовувати їхні зусилля на досягнення визначеної мети.

3. В педагогічному аспекті лідер – це член колективу, який у важливих ситуаціях здатний помітно впливати на поведінку членів колективу, виявляти ініціативу в діях, брати на себе відповідальність за діяльність колективу.

Також, науковець виокремлює якісні характеристики, які забезпечують ефективне лідерство: цілеспрямованість, відповідальність, моральність, толерантність, чесність, справедливість, креативність, комунікативність, працездатність, організованість, рішучість, самостійність, наполегливість, активність, ініціативність, впевненість в собі, рівноважність, прагнення до самовдосконалення та самореалізації [8, с. 112].

Лідерство – це соціально-психологічний феномен внутрішнього розвитку групи, який характеризує відносини домінування і підпорядкування у групі. Це один з процесів організації й управління малою соціальною групою [11, с. 152].

Науковець Р. Грифін, лідерство вважає «результатом дії як об'єктивних факторів (мети і завдань групи в конкретній ситуації), так і суб'єктивних (інтереси, потреби, індивідуально-типологічні особливості членів групи), а також дією лідера як ініціатора й організатора групової діяльності» [13].

За психологічним словником під редакцією П. Гуревича, лідерство – це система соціально-психологічних явищ, пов'язаних з виходом людини в лідери та її поведінкою у ролі лідера, а лідер – це член соціальної групи, авторитет, влада та повноваження якого визнаються іншими членами цієї групи, які знаходяться під його психологічним впливом та готові слідувати за ним [8, с. 113].

Феномен лідерства має структуру у якій виокремлюють:

1) суб'єкта – лідера;

2) мету – організувати та спонукати до змін послідовників, виконувати свою особливу місію;

3) мотиви – інтерес до лідерства, влади, мотиви самоствердження, самореалізації, афіліації, досягнення, трансформації, допомоги іншим;

4) зміст – знання про лідерство та способи його здійснення;

5) способи – методи спільної взаємопов'язаної діяльності лідера та послідовників з метою вирішення колективних завдань;

6) дії – організація, планування, експертування, зовнішнє представництво, контроль за внутрішніми стосунками у колективі;

7) результат – високі результати колективної діяльності і позитивні зміни в послідовниках [1, с. 12].

Вивчаючи лідерство, Р. Такер виділив три основні функції, які виконує лідер в умовах трансформаційних перетворень:

1) Діагностична функція – період, коли лідер вивчає ситуацію, оцінює її, визначаючи найбільш важливі проблеми, виокремлює негативні тенденції і встановлює, що і як повинно бути виправлено. Свої висновки лідер робить на основі отриманої інформації від радників, помічників.

2) Директивна функція. Вона включає визначення напрямку дій: як і що конкретно треба зробити в певний момент, щоб розв'язати проблему.

3) Мобілізаційна функція. Лідерство – це щось більше, ніж аналіз і ухвалення рішень. Це і мобілізація на виконання рішень, залучення до конкретної діяльності тих, хто потрібний для вирішення завдання і досягнення поставленої мети [13].

Американський соціолог Р. Стогділл здійснив комплексне дослідження феномена лідерства й отримав суперечливі результати щодо їх індивідуально-особистісних характеристик. Серед особистісних характеристик, на думку Р. Стогділла, важливими є впевненість, ентузіазм, пристосованість, соціальних – адміністративні здібності, популярність, тактовність [9, с. 53].

На думку О. Романовського, варто виділяти чотири групи якостей лідера, які характеризують його як особистість:

1) когнітивно-емоційні якості: когнітивний, емоційний та соціальний інтелект особистості;

2) морально-вольові якості: рівень морального розвитку, спрямованість на успіх, цінності особистості;

3) соціально-комунікативні якості: комунікативні та організаційні здібності, емпатія, вміння налагоджувати взаєморозуміння, відкритість новому соціальному досвіду;

4) індивідуально-парадоксальні якості: набір індивідуальних якостей та особливостей [9, с. 53].

Дослідники Л. Лук'янова, І. Андрощук, О. Баніт при вивченні якостей лідера особливу увагу приділяють його потребно-мотиваційній сфері, адже, на їх переконання, лідер мотивує, працює з цілями очолюваної ним групи, надихає, довіряє, надає імпульс руху [5, с. 47].

Цікавою є думка Я. Кобушко, про «персональне (внутрішнє) лідерство», яке характеризує наявність активної життєвої позиції, вміння справляти гідне враження, ініціювати й розвивати контакти з людьми, переконувати. Воно досягається за рахунок орієнтації на глибоке самопізнання, управління змінами, знаходження рівноваги, вміння діяти та ін. Також, лідерство розглядається як процес впливу

особистості чи на власну діяльність або діяльність інших на основі особистих якостей (лідерських компетенцій) [7].

Український дослідник Н. Семченко пропонує такі групи лідерських якостей:

1) інтелектуально-креативні (швидкість, гнучкість, аналітичність, критичність, продуктивність, точність, послідовність, ерудованість, компетентність);

2) морально-вольові (соціальна відповідальність, порядність, чесність, оптимізм, альтруїзм, принциповість, сумлінність, самокритичність, дисциплінованість, честюлюбність, упевненість у собі та своїх силах, мужність, рішучість, наполегливість);

3) організаторсько-ділові (цілеспрямованість, переконливість, організованість, діловитість, активність, енергійність, заповзятливість, дієвість, об'єктивність, справедливість, доброзичливість);

4) емоційно-комунікативні (товариськість, комунікабельність, спостережливість, емпатичність, експресивність, ініціативність, репрезентативність) [10, с. 12].

У свою чергу О. Павлова виокремлює такі групи лідерських якостей:

1) інтелектуальні, що забезпечують здатність людини пристосовуватися до нових життєвих умов, досягати «рівноваги» із середовищем, проявляти універсальну адаптивність;

2) організаторські, що є необхідною передумовою оволодіння індивідом організаторською діяльністю;

3) креативні, які дозволяють особистості досягти успішності у виконанні діяльності, результатом якої є новий та оригінальний продукт;

4) комунікативні, що проявляються у сфері спілкування та сприяють успішності особистості в різних видах діяльності [9, с. 59].

Розвиток лідерських якостей учнів можливий в умовах ефективного навчально-виховного процесу. Організація виховного процесу, який визначається як закономірна, послідовна, безперервна зміна моментів розвитку взаємодіючих суб'єктів, передбачає створення необхідних соціально-психологічних умов, завдяки яким є можливим розвиток лідерських якостей молоді в шкільному освітньому середовищі. Навчальний процес виступає цілісною системою розвитку певних якостей, властивостей, рис особистості учня. Натомість реалізація соціально-психологічних умов, як зовнішніх чинників, під впливом яких у суб'єкта виникають внутрішні суперечності, що дозволяє спрямувати процес виховання на розвиток лідерських якостей учнів. А саме: урахування особливостей і розвиток моти-

вації лідерства; забезпечення цілеспрямованого розвитку лідерських якостей учнівської молоді шляхом організації колективу, самоврядування та школи лідера; створення стимулювального і розвивального середовища з використанням інтерактивних форм роботи; створення гуманних відносин суб'єктів виховання [2, с. 97].

Науковець Д. Хергравес визначає кілька завдань для забезпечення ефективності шкільного лідерства на рівні системи шкільної освіти. Серед них:

1) організація відкритої дискусії щодо визначення спільних цілей та результатів шкільної освіти (узгодження цілей, завдань, критеріїв оцінювання результатів);

2) розробка нових форм контролю результатів діяльності системи шкільної освіти (основні навички та вміння, технічні навички та вміння);

3) лідерство задля інноваційної діяльності (запровадження науково-дослідницької мережі спілкування, створення інноваційних центрів);

4) збільшення ваги самоуправління щодо основних видів діяльності (на прикладі ринкової системи та конкуренції);

5) розбудова системи мереж спілкування (навчальні спільноти в мережі Інтернет, науководослідні проекти, групи) [8, с. 114].

**Висновки з проведеного дослідження.** У ході теоретичного аналізу сучасних напрацювань на тему лідерства в цілому та молодіжного лідерства в шкільному освітньому середовищі, нами узагальнено погляди на поняття: «лідер» – це особистість, яка має розвинуті комунікативні вміння, своїми діями інтегрує та цілеспрямовує групу, здатна виконувати основну роль в організації спільної діяльності та регулюванні стосунків у групі; «лідерство» – це соціально-психологічний феномен внутрішнього розвитку групи, який характеризує відносини домінування і підпорядкування у групі результатом дії об'єктивних і суб'єктивних факторів, система соціального-психологічних явищ, пов'язаних з виходом людини в лідери та її поведінкою у ролі лідера.

Також, визначено, що шкільне освітнє середовище навіть в умовах стрімких та кардинальних змін, може та має сприяти розвитку лідерських якостей учнівської молоді. У свою чергу розвиток лідерських якостей учнів та створення молодіжних лідерських груп сприяє удосконаленню освітньої системи.

Найближчою перспективою подальшого наукового дослідження є вивчення соціально-психологічних чинників розвитку лідерських якостей молоді в умовах трансформації шкільного освітнього середовища.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

- Бондарчук О. Психологічні особливості орієнтації учнів підліткового віку на лідерство залежно від типу закладу загальної середньої освіти. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2020, № 4 (21) С. 7-17
- Доценко О. Освітнє середовище як умова формування компетентностей школярів. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія «Педагогічні науки»*, 2013. № 123(2). С. 96 – 99.
- Дубасенюк О. Модернізація системи освіти в Україні в умовах сучасних глобалізаційних процесів. *Освітні реформи: місія, дійсність, рефлексія*, 2013, С. 253 – 262.
- Карамушка Л. Напрямки, ресурси та умови організаційного розвитку: порівняльний аналіз освітніх організацій традиційного та інноваційного типів. *Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Кос-*

тюдка НАПН України. Т. I: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія, 2011, № 30 С. 161–168.

5. Миськів І. Шкільне лідерство як основа реформування сучасної британської загальноосвітньої школи. *Молодь і ринок*, 2015, № 6 (125) С. 45 – 49.

6. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. – К.: Міністерство освіти і науки України, 2016. – 40 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkolacompressed.pdf>

7. Портал НУШ [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://nus.org.ua/articles/vplyv-demokratiya-liderstvo-chogonavchaye-uchnivske-samovryaduvannya-u-nimechchyni-ta-ssha/>

8. Сушик Н. Теоретичні основи формування лідерських якостей учнівської молоді. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*, 2013. С. 110-115.

9. Штанько Н. Лідерство як соціально-психологічний феномен. Теоретичні та методологічні проблеми юридичної психології та педагогіки, 2013, № 2 С. 50 – 61.

10. Ягоднікова В. Формування лідерських якостей старшокласників в особистісно орієнтованому виховному процесі загальноосвітньої школи: автореф. дис. на здобуття наук ступеня канд. пед. наук: 13.00.07. Одеса, 2005. 28 с.

11. Caldwell B. *The Self-Transforming School*. – UK: Routledge, 2013. – 232 p.

12. Mark R. Raymond. *Jon Analysis and Specification of Content for Licensure and Certification Examination. Applied measurement foreducation. Law-rence Erlbaum Associates, Inc*, 2001. № 14(4). P. 369 – 415.

13. *The jornal of business, economics, sustainability, leadership and innovation* [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.cuw.edu/academics/schools/business/besli-journal.html>

**Душкевич М. М.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри практичної психології*

*Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича*

**Барабашук Г. В.**

*кандидат психологічних наук,  
асистент кафедри практичної психології*

*Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича*

**Корчак А. В.**

*магістрантка кафедри практичної психології*

*Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича*

## **ПСИХОЕМОЦІЙНЕ САМОПОЧУТТЯ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ**

### **PSYCHO-EMOTIONAL WELL-BEING OF TEENAGERS IN CONDITIONS OF BLENDED LEARNING**

Стаття присвячена вивченню психоемоційного самопочуття здобувачів базової освіти в умовах дистанційного та очного формату навчання. Особливої уваги потребує необхідність запобігання розвитку емоційного напруження в учнів, що відкриє можливість розвивати їх пізнавальний інтерес у процесі засвоєння знань, враховуючи особливості змішаного навчання. Згідно наукових розвідок з'ясовано, що змішане навчання – це цілеспрямований процес здобування знань, умінь, навичок в умовах аудиторної та позааудиторної роботи в освітньому процесі на основі використання технологій традиційного, електронного, дистанційного та мобільного навчання за наявності самоконтролю тим, хто навчається. Змішане навчання має свої переваги та недоліки, та воно дає змогу реалізувати ключові завдання сучасної освіти, зокрема: розширити освітні можливості здобувачів освіти, стимулювати до свідомої суб'єктивної позиції в навчальному процесі, перейти від трансляції знань до інтерактивної взаємодії.

Виявлено, що в умовах змішаного навчання учні з різною інтенсивністю реагують на стресову ситуацію змін форми навчання, та для більшості досліджуваних, тривожність залишається у стійкому прояві середнього рівня занепокоєння та дратівливості. Відповідно до результатів статистичного аналізу, визначено відмінності між дистанційною та очною формами навчання, де тривожність щодо ситуацій шкільного життя проявляється більше в умовах очного навчання, аніж під час дистанційного навчання. Шкільна тривожність досліджуваних характеризується: загальним негативним емоційним фоном у стосунках із вчителями; негативними емоційними переживаннями ситуацій, що пов'язані із потребою саморозкриття та реалізацією себе; особливо гострою є тривога, яка пов'язана із ситуаціями перевірки (особливо публічної) знань, досягнень та можливостей. Встановлені прямі кореляційні взаємозв'язки між ситуативною тривожністю та компонентами шкільної тривожності підлітків, зокрема, із страхом перевірки знань, проблемами у стосунках з вчителями, страхом не відповідати очікуванням інших.

**Ключові слова:** змішане навчання, самопочуття, тривожність, учні

The article is devoted to the study of psycho-emotional well-being of students of basic education in terms of distance and full-time learning. Particular attention needs to be paid to the need to prevent the development of students' emotional stress, which will open the possibility of developing their cognitive interest in the process of learning, taking into account the peculiarities of learning. According to scientific research, blended learning is a purposeful process of acquiring knowledge, skills, abilities in the classroom and extracurricular activities in the educational process based on the use of traditional, electronic, distance and mobile learning technologies with self-control of learners. Blended learning has its advantages and disadvantages, and it allows to realize the key tasks of modern education, in particular: to expand the educational opportunities of students, to stimulate a conscious subjective position in the learning process, to move from knowledge transfer to interactive interaction.

It was found that in conditions of blended learning students respond with varying intensity to the stressful situation of changes in learning, and for most of the interviewees, anxiety remains a persistent manifestation of moderate anxiety and irritability. According to the results of statistical analysis, the differences between distance and full-time forms of learning were identified, where anxiety about school life situations appears more often in full-time learning than during distance learning. School anxiety of the subjects is characterized by: general negative emotional background in relations with teachers; negative emotional experiences of situations related to the need for self-disclosure and self-realization; particularly acute is the anxiety associated with situations of testing (especially public) knowledge, achievements and opportunities. There are direct correlations between situational anxiety and components of teenagers' school anxiety, including fear of testing, problems with teachers, and fear of not meeting the expectations of others.

**Key words:** blended learning, well-being, anxiety, students.

**Вступ.** Ситуація з COVID19 спричинила зміни в організації та функціонуванні різних соціальних інституцій, особливо у сфері освіти різних ланок. Цілком логічно, що стало необхідним створення такого освітнього середовища для здобувачів освіти, яке дозволило б їм відійти від репродуктивного піз-



нання, при цьому сприяти їхньому інтелектуальному та духовному розвитку, а в поєднанні з інформаційними технологіями нового покоління виявляти медіаграмотність, та демонструвати творчі й аналітичні здібності, що є цілком можливим у форматі змішаного навчання.

**Виклад основного матеріалу.** Аналізуючи підходи до визначення поняття «змішане навчання», бачимо, що його розглядають як систему викладання, модель, метод, суміш методів і стратегій навчання, форму навчання, програму тощо. Але спільним є те, що в основі лежить взаємодія суб'єктів в освітньому процесі шляхом поєднання різних видів навчання, як-от дистанційне (онлайн) та традиційне (офлайн), тому що більшість науковців дотримуються дефініції, яка вказує на те, що змішане навчання – це процес здобування знань, умінь і навичок, що супроводжується поєднанням різних технологій навчання [2].

Упровадження цього явища досліджували як вітчизняні вчені М. Кадемія [1], Т. Собченко [4], Г. Ткачук [6], М. Душкевич та Г. Барабашук [7], так і зарубіжні – С. Graham [8], К. Lalima [10], М. Horn & Н. Staker [9].

У своїх напрацюваннях Г. Ткачук пропонує моделі змішаного навчання серед яких можна назвати:

1) ротаційна модель (перехід учнів між різними форматами навчання за фіксованим розкладом або на розсуд учителя; перехід по станціях у межах аудиторії, лабораторії чи закладу освіти; індивідуальна ротація (учень має індивідуальний графік навчання); «перевернуте навчання» – зміна режимів удома / в аудиторії;

2) флексибільна (гнучка) модель – це робота в малих групах онлайн, індивідуальні консультації й домашні завдання;

3) модель самостійного змішування – це поєднання навчання онлайн та відвідування занять за власним вибором учня як доповнення до основних (факультатив);

4) модель збагаченого навчання – це навчання зі своїм учителем офлайн (тет-а-тет), а потім виконання індивідуальних практичних завдань самостійно [6].

Оскільки змішане навчання впроваджується в Україні нещодавно, воно потребує детального аналізу особливостей застосування, та з'ясування основних завдань які перед ним стоять. До функціонально значимих завдань змішаного навчання відносять:

- розширення освітніх можливостей учнів за рахунок доступності та гнучкості, врахування їх індивідуальних освітніх потреб, а також темпу й ритму навчального матеріалу;

- стимулювання до формування суб'єктної позиції: самооцінка, мотивації, самостійність, соціальна активність, рефлексії та самоаналіз і, як наслідок, підвищення ефективності освітнього процесу загалом;

- трансформування стилю педагога: перейти від трансляції знань до інтерактивної взаємодії із учнем, що сприятиме формуванню процесу конструювання власних знань;

- персоналізація освітнього процесу: учень самостійно визначає свої навчальні цілі, способи їх досягнення, враховуючи власні освітні потреби, інтереси та здібності, вчитель у даній ситуації є помічником учня [2;5].

Актуальністю нашого дослідження визначена необхідністю запобігання розвитку емоційного напруження в учнів, що дасть можливість розвивати пізнавальний інтерес учнів у процесі навчання, та покращить рівень самопочуття враховуючи особливості дистанційного та очного навчання.

**Метою дослідження** стало вивчення психоемоційного самопочуття учнів старшого підліткового віку в умовах змішаного навчання.

Для реалізації поставленої мети нами використовувався такий пакет психодіагностичного інструментарію: методика «Самопочуття-Активність-Настрій» [3], методика «Оцінка рівня тривожності» Ч. Спілбергера, Ю. Ханіна [3], методика діагностики рівня шкільної тривожності Філіпса [3]. Емпіричне дослідження здійснювалося двоетапним зрізом (дистанційно та очно) за участі 50 учнів старшого підліткового, які на момент дослідження навчалися в дев'ятих класах Чернівецької гімназії № 7. Процедура досліджування відповідала усім вимогам та проводилося у співпраці з практичним психологом закладу. Для обробки отриманих даних використували якісний та кількісний аналіз, статистичний аналіз здійснювали за допомогою комп'ютерної програми SPSS (версія 21).

**Результати дослідження** На першому етапі емпіричного дослідження ми звернули увагу на особливості ситуативної (реактивної) тривожності учнів у та визначили рівні її прояву в умовах змішаного навчання (див. рис. 1).

Було з'ясовано, що в умовах дистанційного формату навчання 15% досліджуваних демонструють низький рівень реактивної тривожності, 62% середній та 23 % опитаних – високий рівень. При очному навчанні 8% учнів показали низький рівень тривожності, 76 % середній рівень та решта (16%) високий.

Наведені результати говорять про те, що прояв ситуативної тривожності в умовах дистанційного та очного навчання змінюється, тобто при переході з дистанційного формату на традиційне навчання переважна частина здобувачів базової освіти проявляє тривожність на середньому рівні, рівномірно знижуючи частку прояву низького та високого рівня. Це свідчить, що зміна форми навчання може сприятися окремими учнями як стресова ситуація, викликаючи високу інтенсивність емоційних реакцій. Натомість, більша частина учнів залишаються у стійкому прояві занепокоєння та дратівливості, а їхню і тривожність допустимо розглядати як адаптаційну функцію існуючої дійсності.

Згідно даних, отриманих за допомогою методики «Тест шкільної тривожності Філіпса», нами визначено: за шкалою «Загальна тривожність» 18% учнів проявляють високий рівень, 25% підвищений рівень, 34% середній рівень, 23% низький рівень тривожності під час дистанційного навчання, нато-

мість під час очного навчання у 8% досліджуваних спостерігається високий рівень, 21% підвищений рівень, 44% середній рівень, 27% низький рівень тривожності.

За шкалою «Переживання соціального стресу» спостерігаємо, що переважна частка респондентів (64%) має підвищений та високий рівень тривоги під час очного навчання, проти 39% учнів в умовах дистанційного навчання. За шкалою «Фрустрація потреби в досягненні успіху» під час дистанційного навчання у 60% досліджуваних спостерігається середній рівень, 30% мають підвищений, у 9% учнів фіксуємо – низький, решта демонструє високий рівень фрустрації потреби в досягненні успіху. До порівняння під час очного навчання 50% учнів мають підвищений рівень тривожності, 40% середній рівень, 9% низький та решта високий. Такі

результати свідчать, що учні дев'ятого класу під час очного навчання частіше стикаються з психоемоційним напруженням, що не дає змоги підлітку розвинути власну потребу в успіху, досягненні високого результату тощо.

За шкалами «Страх самовираження», «Страх не відповідати очікуванням оточуючих» та «Низький фізіологічний опір стресу» спостерігаються наближені результати у двох зрізах дослідження (під час дистанційного та очного навчання) серед опитаних, та не демонструють значних відмінностей – не більше 5% різниці за кожним рівнем у названих вище шкалах. У більшій частці досліджуваних ( $\approx 70-80\%$  осіб) діагностовано низький та середній рівні страху самовираження, страху не відповідати очікуванням.

За шкалою «Проблеми у стосунках з учителями» під час дистанційного навчання 18% досліджуваних

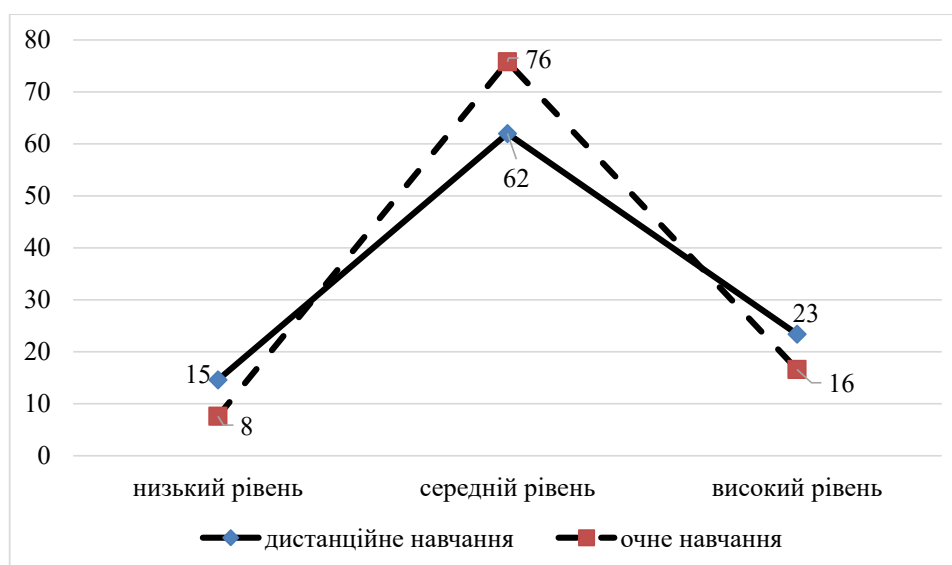


Рис. 1. Відсотковий розподіл досліджуваних за рівнем прояву ситуативної тривожності в умовах змішаного навчання

Таблиця 1

Розподіл рівнів шкільної тривожності та її компонентів серед досліджуваних в умовах змішаного навчання (%)

	Дистанційне навчання				Очне навчання			
	Низький рівень	Середній рівень	Підвищений рівень	Високий рівень	Низький рівень	Середній рівень	Підвищений рівень	Високий рівень
Загальна тривожність	23%	34%	25%	18%	27%	44%	21%	8%
Переживання соціального стресу	15%	46%	34%	5%	0%	36%	62%	2%
Фрустрація потреби в досягненні успіху	9%	60%	30%	1%	9%	40%	50%	1%
Страх самовираження	10%	60%	20%	10%	12%	55%	20%	13%
Страх ситуації перевірки знань	25%	55%	14%	6%	20%	49%	16%	4%
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	40%	27%	15%	18%	52%	22%	12%	14%
Низький фізіологічний опір стресу	52%	34%	9%	5%	56%	30%	8%	7%
Проблеми у стосунках з учителями	18%	48%	26%	8%	5%	51%	37%	7%

демонструють низький рівень, 48% середній рівень, 26% підвищений рівень та 8% високий рівень тривожності. В умовах традиційного навчання в освітньому закладі серед учнів простежується інша тенденція: у 5% осіб фіксуємо низький рівень, у 51% середній рівень, у 37% підвищений рівень та у 7% високий рівень. Такі результати вказують на те що, під час очного навчання учням більш характерно переживати напруження та негативний емоційний фон, що пов'язаний із проблемами у взаємодії з дорослими та вчителями, при дистанційному навчанні цього не спостерігається.

Отже, в умовах змішаного навчання шкільна тривожність учнів характеризується: загальним негативним емоційним фоном у стосунках із вчителями, що знижує успішність навчання дитини; стурбованістю, щодо розвитку соціальних контактів (передусім з однолітками); негативними емоційними переживаннями ситуацій, що пов'язані із потребою саморозкриття та реалізацією себе. Особливої уваги набуває тривога, яка пов'язана із ситуаціями перевірки (особливо публічної) власних знань, досягнень та можливостей.

Задля більш детального розуміння функціонального стану учнів досліджуваної групи та розуміння основних властивостей, які прямо або побічно обумовлюють бажання виконувати певну діяльність, зокрема навчальну ми використали методику «Тест диференціальної самооцінки функціонального стану – опитувальника САН». Аналізуючи отримані результати (рис. 2) спостерігаємо, що за шкалою «Самопочуття», в умовах дистанційного навчання значна частина учнів, а саме 54% демонструють середні оцінки самопочуття, 37% високі оцінки та

9% низькі. Щодо очного навчання, то серед респондентів 12% осіб отримали низькі бали, 56% середні та 32% високі оцінки власного стану самопочуття. Це свідчить, що самопочуття учнів характеризується позитивною динамікою як в умовах дистанційного навчання, так і під час очного навчання.

Примітка: ДФН – дистанційна форма навчання; ОФН – очна форма навчання

За шкалою «Активність» в умовах дистанційного навчання 62% досліджуваних отримали середні оцінки функціональної активності, 32% високі оцінки та 6% низькі. Щодо очного навчання, то серед 8% учнів фіксуємо низькі бали, у 62% середні та у 30% високі оцінки активності. Такі результати свідчать, що учні старшого підліткового віку за потреби можуть себе мотиваційно налаштувати та проявляти активність в діяльності, при цьому формат навчання не є ключовим фактором. Очевидно, що більш значимими та визначальними в навчальній діяльності стають індивідуально-особистісні структури підлітка.

Отримано також характерний розподіл значень показників за шкалою «Настрій», де виявлено низькі оцінки настрою серед 11% учнів, як під час дистанційного, так і в умовах очного навчання. Також 39% учнів мають середні оцінки настрою під час навчання «онлайн», та 45% – в умовах традиційного навчання в освітньому закладі. 50% респондентів отримали високі оцінки настрою в умовах дистанційного навчання, на противагу 44% учнів в умовах очного навчання. Такі результати вказують на те, що респондентам властивий пригнічений емоційний фон, натомість спостерігається, що в умовах дистанційного навчання підлітки більше

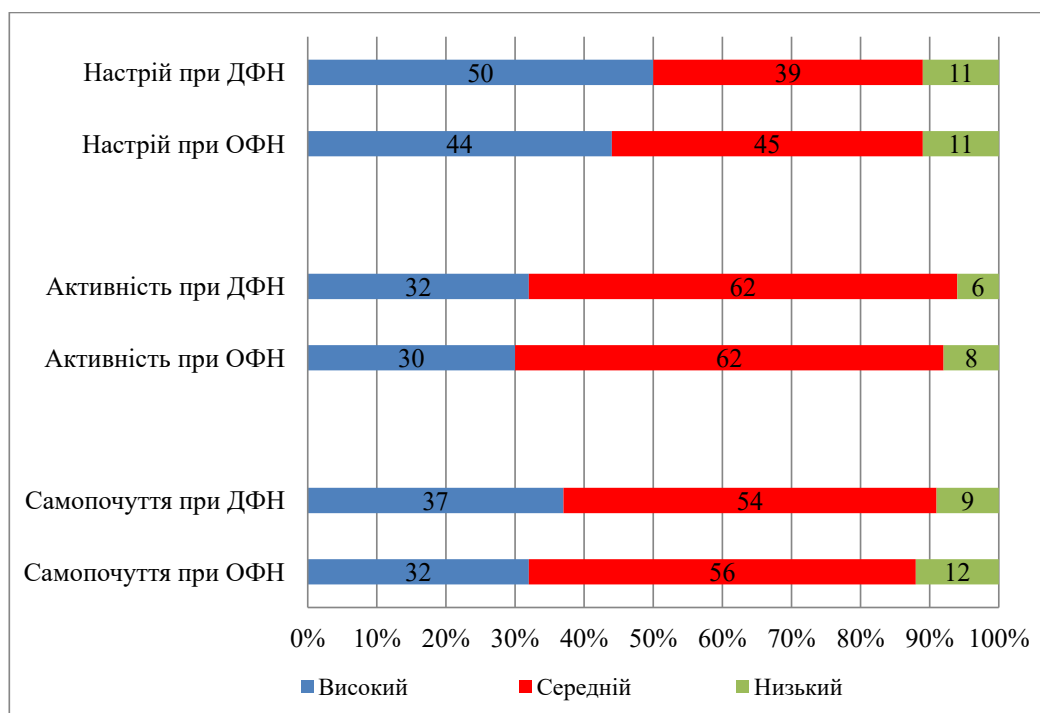


Рис. 2. Відсотковий розподіл досліджуваних за рівнем функціонального стану в умовах змішаного навчання (у %)

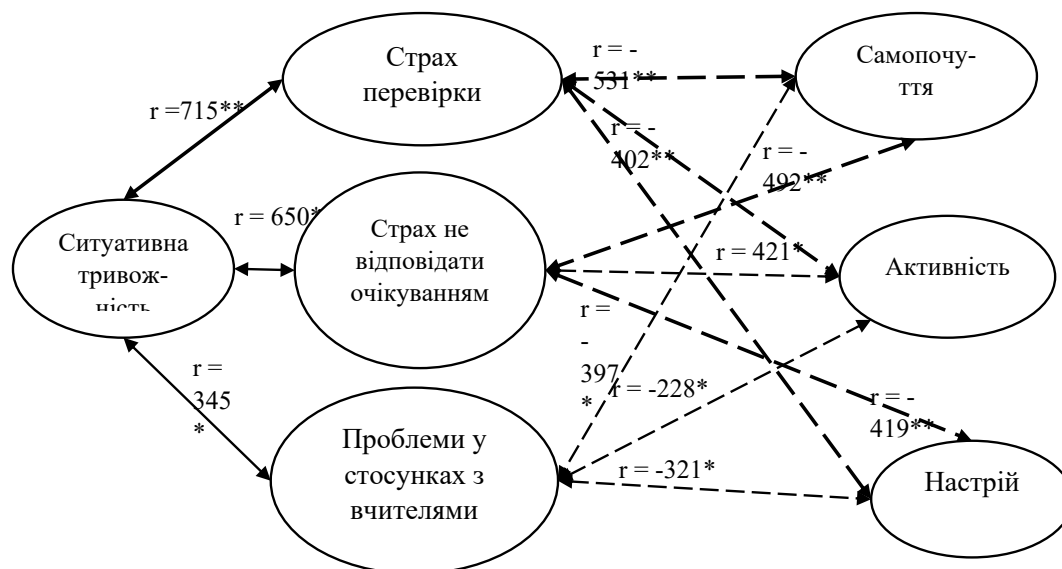


Рис. 3 Кореляційна структура взаємозв'язків між показниками за умов змішаного навчання

переживають позитивні емоції, аніж під час очного навчання.

Здійснений статистичний аналіз t-Стюдента для залежних вибірок, підтвердив наявну статистично значиму відмінність між дистанційною та очною формою навчання у досліджуваній групі, де шкільна тривожність проявляється більше в умовах очного навчання, ніж під час дистанційного ( $t=2,33$ , при  $p \leq 0,05$ ).

За результатами нашого дослідження було проведено також кореляційний аналіз усіх показників, які отримані в результаті змішаного навчання.

Як видно з рис. 3, прямі кореляційні взаємозв'язки встановлені між ситуативною тривожністю та компонентами шкільної тривожності, зокрема із шкалою «Страх перевірки знань» ( $r = 0,715$ ;  $p \leq 0,01$ ), «Страх не відповідати очікуванням» ( $r = 0,650$ ;  $p \leq 0,05$ ), «Проблеми у стосунках з вчителями» ( $r=0,345$ ;  $p \leq 0,05$ ). Це вказує на те, що чим вище рівень ситуативної (реактивної) тривожності в учнів підліткового віку, тим вище негативне ставлення й переживання тривоги у ситуаціях перевірки знань, страх невідповідності очікуванням, орієнтація на значущість інших в оцінюванні своїх результатів, та негативний емоційний фон стосунків із дорослими у школі, як результат втрата мотивації до навчання та зниження успішності.

Також визначено розгалужену систему обернених кореляційних зв'язків між компонентами шкільної тривожності та функціональними станами учнів. Відповідно до результатів встановлено: 1) негативний зв'язок між шкалою «Страх перевірки знань» із шкалою «Самопочуття» ( $r = -0,531$ ;  $p \leq 0,01$ ), шкалою «Активність» ( $r = -0,402$ ;  $p \leq 0,01$ ) та шкалою «Настрій» ( $r = -0,590$ ;  $p \leq 0,01$ ). 2) обернений взаємозв'язок між шкалою «Страх не відповідати очікуванням» та шкалою «Самопочуття» ( $r = -0,492$ ;  $p \leq 0,01$ ), шкалою «Активність» ( $r = -0,421$ ;  $p \leq 0,05$ )

та шкалою «Настрій» ( $r = -0,419$ ;  $p \leq 0,01$ ). 3) негативний зв'язок між шкалою «Проблеми у стосунках з вчителями» та шкалою «Самопочуття» ( $r = -0,391$ ;  $p \leq 0,05$ ), шкалою «Активність» ( $r = -0,228$ ;  $p \leq 0,05$ ) та шкалою «Настрій» ( $r = -0,321$ ;  $p \leq 0,05$ ).

Ці результати свідчать, що чим вище рівень шкільної тривожності учнів підліткового віку, що виражається високим негативним ставленням та переживанням тривоги у ситуаціях перевірки знань, досягнень та можливостей, високою тривогою з приводу оцінок, високим негативним емоційним фоном у стосунках з вчителями, тим гірше самопочуття (психологічний та психічний стан) учня, знижується активність та бажання виконувати різномірну діяльність, що викликає знижений негативний тривалий емоційний фон під час навчання дитини.

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, в умовах змішаного навчання учні з різною інтенсивністю реагують на стресову ситуацію змін форми навчання, однак більшість досліджуваних залишається у стійкому прояві середнього рівня занепокоєння та дратівливості. Достовірно виявлено, що тривожність щодо ситуацій шкільного життя проявляється більше в умовах очного навчання, аніж під час дистанційного навчання. Основними маркерами шкільної тривожності учнів є: загальний негативний емоційний фон у стосунках із вчителями; негативні емоційні переживання ситуацій, що пов'язані із потребою саморозкриття та реалізацією себе. Встановлені прямі кореляційні взаємозв'язки між ситуативною тривожністю та компонентами шкільної тривожності, зокрема із шкалою «Страх перевірки знань», «Страх не відповідати очікуванням», «Проблеми у стосунках з вчителями» та негативний зв'язок між шкалою «Страх перевірки знань» із шкалою «Самопочуття», шкалою «Активність» та шкалою «Настрій».

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Кадемія М.Ю. Використання змішаної технології навчання у дистанційній освіті. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. Київ-Вінниця, 2016. Вип. 44. С. 330-333.
2. Кухаренко В.М. Теорія та практика змішаного навчання: монографія. Харків: Міськдрук, НТУ «ХПІ», 2016. 284 с.
3. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник /уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
4. Собченко Т.М. Змішане навчання: поняття та завдання. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. Вип. 75, Т 3. С. 73-76.
5. Технологія змішаного навчання в системі відкритої післядипломної освіти: підручник /за заг. ред. В.В. Олійника, ред. кол.: С.П. Касьян, Л.Л. Ляхоцька, Л. В. Бондаренко; ДВНЗ «Ун-т менедж. освіти». Київ, 2019. 196 с
6. Ткачук Г. Аналіз та особливості впровадження моделей змішаного навчання в освітній процес закладу вищої освіти. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. Володимира Гнатюка. Серія: педагогіка*. 2018. № 3. С. 28-36.
7. Dushkevych M., Barabashchuk H, Hutsuliak N. Peculiarities of student distance learning in emergency situation condition. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*12 (1Sup2). 2020. pp.71-77.
8. Graham C. Blended learning systems: Definition,current trends, and future directions. [http://curtbonk.com/graham\\_intro.pdf](http://curtbonk.com/graham_intro.pdf)
9. Horn M, Staker H. Blended: Using disruptive innovation to improve schools. San Francisco: JosseyBass, 2015. 333 p.
10. Lalima K.L.D. Blended Learning an Innovative Approach. *Universal Journal of Educational Research*. 2017. Vol. 5(1), pp. 129-136

**Кучманіч І. М.**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри прикладної психології  
Чорноморського національного університету  
імені Петра Могили

**Опанасенко Л. А.**  
кандидат психологічних наук,  
в.о. доцента кафедри прикладної психології  
Чорноморського національного університету  
імені Петра Могили

## «ПСИХОЛОГІЧНА ПЛАТФОРМА МОДЕРАЦІЇ» ЯК ДІЄВА ТЕХНОЛОГІЯ ГРУПОВОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

## «PSYCHOLOGICAL PLATFORM OF MODERATION» AS AN EFFECTIVE TECHNOLOGY OF GROUP CONSULTING

Стаття присвячена презентації технологізації групового консультування у практиці шкільного психолога. Представлена авторська розробка «Психологічна платформа модерації» дозволяє психологу організувати конструктивну взаємодію школяра з сімейною та освітньою системою для спільного вирішення актуальних проблем, пов'язаних з їхнім функціонуванням. Технологія модерації побудована на засадах системного підходу, містить чіткі етапи взаємодії з учасниками консультативного процесу, базується на техніці постановки циркулярних запитань. В її основі науково-обґрунтована теза: будь-яка проблема (симптоматична поведінка дитини) не є виключно характеристикою особистості, а виникає саме у процесі взаємодії між людьми. У зв'язку з цим, до психологічної роботи варто залучати не тільки саму дитину, а й оточення, комунікація з яким продукує «проблемну поведінку» учня. Мета технології – сприяти розв'язанню проблем, які пов'язані з неконструктивною поведінкою дитини в системах сім'ї та школи, шляхом трансформації взаємин із «суб'єкт – об'єктних» у «суб'єкт – суб'єктні». Технологія спрямована на вирішення проблемних ситуацій дітей шкільного віку, передбачає від 1 до 3 групових зустрічей, кожна з яких складається з 4 етапів і має своє функціональне навантаження: перша зустріч – діагностика проблеми; друга зустріч – факторний аналіз проблеми; третя зустріч – первинна апробація альтернативних шляхів розв'язання проблеми. Чітко технологізована робота психолога дозволяє не тільки здійснити ефективний вплив на якусь конкретну ситуацію, а загалом спроможна підвищити відповідальність кожного учасника процесу модерації.

**Ключові слова:** модерація, медіація, фасилітація, технологія, системний підхід, симптоматична поведінка.

The article is devoted to the presentation of the technology of group consulting in the practice of school psychologists. The presented author's development "Psychological platform of moderation" allows to organize constructive interaction of the student with family and educational system for the joint decision of actual problems connected with their functioning. Moderation technology is based on a systematic approach, contains clear stages of interaction with participants in the consultation process, is based on the technique of asking circular questions. It is based on a scientifically sound thesis: any problem (symptomatic behavior of a child) is not exclusively a characteristic of the individual, but arises in the process of interaction between people. Therefore, it is necessary to involve in psychological work with the student not only the child, but also the environment that produces "problematic behavior" of the student. The purpose of technology is to help solve problems related to the unconstructive behavior of the child in family and school systems, by transforming the relationship from "subject-object" to "subject-subject". The technology is aimed at solving problem situations of school-age children, provides from 1 to 3 group meetings, each of which consists of 4 stages and has its own functional load: 1 meeting – diagnosis of the problem; 2nd meeting – factor analysis of the problem; 3rd meeting – initial testing of alternative solutions. Clearly technological work of a psychologist allows not only to make an effective impact on a particular situation, but in general can increase the responsibility of each participant in the moderation process.

**Key words:** moderation, mediation, facilitation, technology, system approach, symptomatic behavior.

**Вступ.** Практичний психолог у школі традиційно має справу з різними поведінковими «розладами» дитини, які виявляють батьки та/або вчителі (надмірна конфліктність, небажання вчитися, неохайність тощо). Психологічна допомога зосереджена безпосередньо на дитині, яка і демонструє ці патерни. Натомість, найближче сімейне оточення та шкільний колектив відіграють у цьому процесі другорядну роль: їх інформують щодо стану дитини та надають рекомендації. Утім, для ефективного розв'язання проблеми варто її розглядати не тільки на індивідуальному рівні, але й залучати до роботи

різні сторони й вирішувати її в системі: батьки-дитина; педагог(и)-дитина; батьки-педагог(и); дитина-батьки-педагог(и). У такій співпраці ключовим є налагодження комунікації між різними значущими для дитини системами – сім'єю та школою і вибудовування спільних поглядів щодо подальшого розвитку дитини [4, 214].

В арсеналі роботи сучасного шкільного психолога наразі гостро бракує технологій, в яких була б представлена чітка структура роботи зі школярем і його батьками, батьками і педагогами, педагогами та учнями одночасно, в одному кабінеті. У зв'язку

з цим, фахівці здебільшого працюють індивідуально з дитиною. На жаль, по завершенню психологічних занять особисті трансформації учня часто не можуть «прижитися», оскільки зовнішні фактори життєдіяльності, які власне і зумовлюють негативні поведінкові прояви, не зазнали впливу і залишилися незмінними. За таких обставин психологу досягти результативності – надскладно, адже не можна знизити рівень агресії дитини, коли її агресія зумовлена байдужістю членів сім'ї і є єдиним засвоєним способом привернення уваги; важко підняти рівень самооцінки учня, якщо педагог у взаємодії з ним зухвало відмовляється помічати динаміку у навчальних досягненнях школяра і, психологічно тиснувши на нього, підвищує власну значущість Я; нереально учню стати мотивованим до навчання, якщо значимі для нього люди демонструють матеріальні цінності як надпріоритетні.

У сучасних соціономічних дослідженнях при вирішенні питань, пов'язаних із запитом про психологічну роботу з дітьми шкільного віку, особлива увага зосереджена на трьох популярних технологіях: технології медіації (посередництва), фасилітації (сприяння), та модерації (врегулювання). Кожна із зазначених технологій має свої особливості та пов'язані з ними переваги [5].

Вивчаючи медіацію як соціально-педагогічну технологію вирішення конфліктів у школі, Н. М. Білик описує її як процес досягнення взаємної згоди у вирішенні суперечки між двома і більше сторонами за присутності нейтральної сторони (медіатора). В основі роботи медіатора – конфлікт, як інструмент навчання [1]. Фасилітація, на відміну від медіації, на точку зору О. А. Кондрашиної, основний акцент робить на налагодженні якості комунікації і передбачає організацію колективного розв'язання проблем у групі, якою керує фасилітатор [2]. У центрі уваги модератора – «включення» учасників у суб'єкт-суб'єктні відносини шляхом структурованого процесу групового обговорення змісту проблеми та шляхів її вирішення [6]. К. В. Седих наголошує: з-поміж медіації та фасилітації модерація привертає особливу увагу практиків, оскільки надає унікальну можливість для організації ефективного простору конструктивної взаємодії дитини з оточуючим її світом. У процесі модерації дитина не виступає об'єктом, на який спрямований психологічний вплив, адже кожен учасник процесу набуває ознак суб'єкта [6].

Технологія модерації представлена у широкому полі наукового дискурсу. Її поліфункціональність знаходить своє відображення у чисельних наукових розвідках, здебільшого у сфері педагогіки та соціальної роботи. Однак, не заважаючи на її потужні ресурсні можливості, дана технологія майже не використовується у практиці шкільного психолога. Так, за результатами анкетування (вересень-жовтень 2021 р.) з-поміж 74 фахівців-психологів, які працюють в освітніх закладах Миколаївської області, тільки 11% вдаються до модерації у роботі зі школярами, хоча усі 100% відзначають необхідність врегулювання проблемних питань у груповій формі зі структурованим суб'єкт-суб'єктною взаємодією. 73%

опитаних шкільних психологів відзначають, що не мають у своєму арсеналі чіткого алгоритму дій, необхідного для конструктивної роботи в кабінеті з дитиною і її батьками, дитиною і педагогом, педагогом і батьками одночасно. Саме тому, 62% респондентів обирають «шлях корекційного впливу» на дитину, який самі визначають як малоефективний, проте зрозумілий для самого психолога щодо вибудови ним діяльності; 20% фахівців вдаються переважно до інформаційно-роз'яснювальної роботи у вигляді тренінгів чи тематичних занять; 18% – надають узагальнені письмові рекомендації батькам і вчителям. Зазначений факт викликає занепокоєння і засвідчує потребу у розробці дієвого і зрозумілого алгоритму модерації для шкільних психологів, що постане надійною платформою для послідовної і системної роботи з сім'єю і педагогами у процесі розв'язання тих проблем, які виникають у дитини шкільного віку.

**Виклад основного матеріалу.** Авторська розробка технології «Психологічна платформа модерації» (І. М. Кучманіч, Л. А. Опанасенко; свідоцтво про реєстрацію авторського права № 104386 / від 29.04.2021 р.) структурована в контексті системного підходу. На відміну від лінійного підходу розуміння психологічних феноменів і процесів (уявленні про бінарність світу, що активізує лінійну причинно-наслідкову логіку, шукає відповідь на провідне питання «Чому?»), системний підхід передбачає, що дійсність ефективніше розглядати в циркулярному форматі. Це означає, що неможливо виокремити причину будь-якого явища, варто його досліджувати в контексті взаємозв'язку з іншими елементами системи (провідне питання «Як так відбувається?»).

Засновник загальної теорії систем Л. фон Берталанфі стверджує: ціле більше, ніж сума його частин; усі частини і процеси цілого взаємообумовлюють один одного. З даної позиції, будь-яка проблема (симптоматична поведінка дитини) не є виключно характеристикою особистості, а виникає саме у процесі взаємодії між людьми. Тому симптом, з одного боку є результатом певних взаємин, а з іншого боку – покликаний привернути увагу саме на таку конфігурацію взаємин [8]. Зазначену точку зору піділяє і В. Сатір, яка зауважує на те, що розуміння значення симптому допомагає усвідомити те, як він вбудований у сімейну систему, адже кожен елемент поведінки має логіку, яка властива для цієї системи [9]. Це означає, що діяльність психолога має бути спрямована на структурування процесу групового обговорення змісту проблеми та шляхів її вирішення; його провідна задача – «включити» учасників у суб'єкт-суб'єктні (паритетні) стосунки, сприяти налагодженню контакту між ними, спонукати до усвідомлення спільної відповідальності.

Мета технології – сприяти розв'язанню проблем, які пов'язані з неконструктивною поведінкою дитини в системах сім'ї та школи, шляхом трансформації взаємин із «суб'єкт – об'єктних» у «суб'єкт – суб'єктні».

Завдання технології: 1) розкрити специфіку взаємозв'язку та взаємовпливу кожної системи



(сімейної та освітньої) на особистість дитини; 2) надати нового сенсу симптоматичній (проблемній) поведінці дитини; 3) визначити основні фактори, які зумовлюють появу «проблемної» поведінки дитини; 4) характеризувати альтернативні шляхи «суб'єкт-суб'єктної» взаємодії з дитиною у контексті двох провідних систем: сім'ї та школи.

Загальні характеристики технології «Психологічна платформа модераторів»: 1) кількість учасників – від 1 до 4: дитина, один із батьків або двоє батьків, педагог. Втім технологію можна використовувати з 1 учасником – представником певної системи; 2) вік: технологія спрямована на вирішення проблемних ситуацій дітей шкільного віку (від 6-7 років до 16-17 років); 3) тривалість: робота над одним етапом – 1.5-2 години 1 раз на тиждень. Загалом 3 тижні; 4) модератор (ведучий) – спеціаліст із психологічною освітою. Для унаочнення процесу розроблено спеціальний комплект карток (рис. 1).

Комплект карток «Психологічна платформа модераторів» містить: 1) три «робочі платформи» у вигляді пазлів. Така конфігурація дозволяє змінювати траєкторію руху за алгоритмом відповідно до рівня психологічної готовності учасників та ступеню їх рефлексії; 2) 50 карток «Проблеми» (колода спрямована на ідентифікацію проблем, із якими стикаються діти/батьки/педагоги); 3) 50 карток «Потреби», де визначено провідні потреби дитини шкільного віку; 4) 50 карток «Почуття та емоції», які віддзеркалюють палітру переживань людини; 5) 90 СТ-карток (Світло/Тінь); картки покликані метафорично висвітлити особливості взаємодії в системах дитина-батьки, батьки-педагоги; дитина-педагоги; 6) 40 карток «Настанови», де визначено розповсюджені стереотипні уявлення про специфіку взаємодії дорослих та дітей.

Технологія представлена у вигляді чіткого алгоритму, який дозволяє системно дослідити специфіку виникнення проблеми в дитини, зрозуміти провідні фактори, які «підтримують» існування цієї проблеми та визначити напрямки альтернативної взаємодії дорослих із дитиною. Саме тому технологія містить три платформи: платформа «Діагностика проблеми» (основний акцент роботи психолога на минулому), платформа «Факторний аналіз проблеми» (увага фахівця зосереджена на теперішньому), платформа «Первинна апробація альтернативних шляхів розв'язання проблеми» (модератор робить наголос на майбутньому). Робота з кожною із зазначених платформ має 4 етапи, які візуально представлені у вигляді тематичних пазлів. Спільною для трьох платформ

є колода карток «Почуття та емоції». Її можна використовувати у будь-який час для ідентифікації та усвідомлення учасниками власних переживань.

1 етап роботи з платформою: «Діагностика проблеми» (перше групове заняття з модератором). Ця платформа містить 4 етапи-пазли: 1) проблема; 2) функції проблеми; 3) потреби; 4) сприятливі дії для задоволення потреби. Рух варто починати саме у такій послідовності.

1. Проблема. Це поле має картки, які дозволяють більш точно ідентифікувати проблему (або коло проблем), які стали поштовхом для звернення до психолога. Якщо дорослі обирають велику кількість проблем, які на їх думку притаманні дитині, варто провести їх ранжування та розпочати роботу з найбільш значущої. Допоміжні запитання на цьому етапі: Розкажіть, як ця проблема виявляється у житті? Кого найбільше хвилює ця проблема? Як Ви зазвичай цю проблему вирішуєте (вирішували)?

2. Функції проблеми. Цей пазл висвітлює частину системного погляду на факт існування проблеми: будь-яка проблема не є виключно характеристикою індивіда, а з'являється саме у процесі взаємодії між людьми. Якщо проблеми (порушення поведінки, симптоми тощо) мають логіку виникнення, то це означає, що вони несуть певне функціональне навантаження. Відповідно у цій частині психолог спрямовує бесіду в напрямку поглиблення розуміння учасників щодо функцій проблеми. Варто, щоб усі учасники мали змогу висловитися. Допоміжні запитання на цьому етапі: Як Ви думаєте, навіщо дитині так себе поводити? Що корисного в тому, що така проблема існує в житті? Які бонуси від цієї проблеми отримує дитина?

3. Потреби. Робота психолога на цьому полі спрямована на з'ясування справжньої потреби, яка є актуальною для дитини, втім не може бути безпосередньо задоволена через низку причин. Варто зазначити, що незадоволених потреб може бути декілька. Допоміжні запитання на цьому етапі: Оскільки не буває немотивованої поведінки, то як Ви думаєте, чого насправді хоче Ваша дитина? Як Ви розумієте цю потребу? Що для вас означає ця потреба? Коли ця потреба буде задоволена, які емоції/почуття переживатиме дитина? Що вона тоді може про себе зрозуміти?

4. Сприятливі дії для задоволення потреби. Даний пазл є заключним на першій платформі. Тут психологу важливо акцентувати увагу на тому, що актуальна потреба має бути задоволена. Втім, якщо існують перепони, то потреба задовольняється не



Рис. 1. набір карток для роботи з технологією «Психологічна платформа модераторів»



відразу, а через певний проміжок часу й за допомогою «проблемної поведінки». Відповідно психологу спільно з учасниками варто окреслити можливі альтернативи та сприятливі дії для задоволення потреби. Важливо звертати увагу на те, щоб намічені траєкторії були прийнятними для усіх присутніх; були відсутні маніпуляції («Якщо ти так... будеш робити, то я тобі допоможу це...реалізувати»). Допоміжні запитання на цьому етапі: Якщо уявити, що проблемна поведінка зникне, то яким чином буде задоволена потреба? Що Ви можете зробити по-іншому, щоб потреба була реалізована? Як Ви думаєте, що може зробити ... (конкретний учасник), щоб проблема дитини була задоволена? На скільки (зі 100%) це реалістично?

2 етап роботи: «Факторний аналіз проблеми» (друге групове заняття з модератором). Друга платформа містить наступні пазли-етапи: 1) потреби; 2) настанови; 3) помилкові дії; 4) ресурси.

1. Потреби. Другий етап починається знову з визначення актуальних потреб: вони можуть бути незмінними з минулого етапу або можуть трансформуватися в інші. Допоміжні запитання на цьому етапі: На скільки (зі 100%) ця потреба є актуальною на сьогодні? Що змінилося з минулого разу у процесі задоволення цієї потреби? Яким чином задовольняли/не задовольняли існуючу потребу?

2. Наставови. На цьому етапі варто спрямувати роботу в напрямку усвідомлення учасниками тих перепон, які перешкоджають безпосередній реалізації актуальних потреб. Мова йде про усталені стереотипні уявлення – настанови, які визначають стратегію поведінки. Психологу варто звернути увагу на те, що настанови є соціальним продуктом, можуть бути частково усвідомленими або неусвідомленими й є тими орієнтирами, на які спираємося у процесі взаємодії. Допоміжні запитання на цьому етапі: На скільки (зі 100%) Ви погоджуєтесь із тим, що написано у картці? (якщо учасник відповідає: «Взагалі не погоджуюсь, ця позначка сягає 0%»), психологу варто поставити уточнююче питання: «Якщо ця настанова не відповідає Вашим уявленням, сформулюйте ту, яка є протилежною й більше відповідає Вашому світогляду»), Як Ви думаєте, ця настанова є корисною для взаємостосунків? Як думаєте, як Ваша настанова сприймається іншими учасниками? Як вони її бачать?

3. Помилкові дії. Наступний крок у розумінні факторів, які сприяють виникненню та підтримці проблеми, є аналіз взаємодії між різними учасниками сімейної та освітньої систем. Для цього запропоновано колоду СТ-карт із зображенням характеру взаємодії між дорослими і дітьми. Бажано, щоб учасники витягувати картки «всліпу». Обговорення можна проводити в декількох напрямках: усвідомлення власної поведінки та усвідомлення взаємодії з іншими. Допоміжні запитання на цьому етапі: Що Ви бачите на картці? Що робить ця людина? Які її дії? Які емоції вона переживає? Що думає про себе? Як ця картка про Вас? Як Ви думаєте, до чого спонукає інших та поведінка, яка зображена на цій картці? Коли Ви саме так себе поводитье, то як реагують

інші? Як впливають настанови (попередня картка) на те, що у Вас виникають саме такі дії? Якщо подивитися на взаємодію між цими фігурами, то як Ви її можете схарактеризувати? Які асоціації виникають про цю взаємодію?

4. Ресурси. Заключний пазл другої платформи спрямовано на пошук тих ресурсів, які б допомогли людині змінити себе та по-іншому взаємодіяти з оточуючими. Тут психолог може використовувати будь-які метафоричні ресурсні колоди карт або за допомогою запитань сприяти рефлексії учасників у напрямку: «Що допоможе?». Допоміжні запитання на цьому етапі: На які зовнішні ресурси Ви можете спиратися, щоб сприяти розв'язанню цієї проблеми? На які внутрішні ресурси (власні сильні сторони) Ви можете розраховувати? Що у Вашому житті є такого, що приносить задоволення, наповнює, допомагає витримати складні ситуації?

3 етап роботи: «Первинна апробація альтернативних шляхів розв'язання проблеми» (третє групове заняття з модератором). Третя платформа технології представлена такими пазлами-етапами: 1) помилкові дії; 2) обмеження; 3) бажані дії; 4) очікуваний результат.

1. Помилкові дії. Робота починається знову з тих СТ-карток, які були витягнуті учасниками на попередньому етапі. Оскільки минув певний час із останньої зустрічі, психолог з'ясовує, що змінилося в учасників у розумінні тих дій, які є помилковими. Допоміжні запитання на цьому етапі: У чому саме виявляється «помилковість» дій? Як дитина реагує на те, що Ви саме так себе поводитье? Які емоції/почуття вона переживає? Якщо дивитися на ситуацію очима дитини, то що б вона сказала про таку взаємодію? Які сильні сторони та обмеження вона бачить саме у таких взаєминах?

2. Обмеження. На цьому етапі варто звернути увагу на ті обмеження, які підтримують помилкові дії. Психологу у процесі роботи варто звертати увагу учасників та відокремлювати об'єктивні (ті, які не залежать від особистості) та суб'єктивні (ті, які безпосередньо пов'язані з людиною) обмеження. Допоміжні запитання на цьому етапі: Що саме не дозволяє Вам вчиняти по-іншому? Чи можете Ви змінити ці обставини? Які обставини найближчим часом не зміняться? Від кого це залежить? У чому полягає Ваша відповідальність? На скільки (зі 100%) Ви здатні щось зробити з цими обмеженнями?

3. Бажані дії. Учасники витягують одну СТ-картку на всіх. Далі обговорення відбувається у такому напрямку: Що саме ви бачите на картці? Як можна схарактеризувати цю взаємодію? Які емоції виникають у Вас, коли дивитися на картку? Які саме емоції, на Вашу думку, переживають зображені персонажі? Що саме кожен із них міг би зробити в напрямку реалізації саме такої взаємодії, яка зображена на картці? Наскільки це реалістично?

4. Очікуваний результат. Заключний етап третьої платформи є до певної міри зворотнім зв'язком від учасників щодо тих кроків, які вони зробили в напрямку вирішення проблеми. Психологу варто

спрямовувати учасників надавати узагальнену характеристику за всіма етапами роботи. Допоміжні запитання на цьому етапі: Що для Вас було найбільш цінним у розумінні цієї проблеми, з якою Ви звернулися? Що саме Ви вже змінили (у розумінні, поведінці)? Що ще плануєте змінити? Що на сьогодні не змінилося? Які Ваші подальші кроки щодо налагодження взаємодії з дитиною (батьками, педагогами)? Який результат очікуватиме Вас, якщо будете реалізовувати ці кроки?

Представлена авторська технологія «Психологічна платформа модераторів» пройшла апробацію упродовж 2020-2021 рр. та була представлена для ознайомлення шкільним психологам Миколаївщини під час курсів підвищення кваліфікації в Миколаївському обласному інституті післядипломної освіти. 3-поміж присутніх на тематичному майстер-класі для фахівців 23 психологи виявили зацікавлення до даного психологічного інструменту і пройшли спеціальне тренінгове навчання на початку грудня 2021 р.

У процесі ознайомлення з даною технологією 69% психологів відзначали, що вона, на перший погляд, видається досить складною, адже в її основі закладено циркулярні запитання, які покликані досліджувати взаємодію, особливості комунікації, взаємообумовленість процесів. У процесі постановки циркулярних запитань основний акцент спрямовано на те, як це відбувається, які наслідки цієї поведінки для системи, для чого особистості така поведінка. З опануванням техніки циркулярних запитань фахівці відзначили зручність використання технології модераторів та її ефективність. 26% фахівців, які пройшли навчання, у своїй подальшій роботі користувалися запропонованим набором карток, а 74% вибудовували свою роботу з іншими картками, утім дотримуючись зазначеного в технології алгоритму дій. Важливо зауважити на загальні результати упровадження технології «Психологічна платформа модераторів» фахівцями-практиками:

1) 52% шкільних психологів відзначають, що завдяки даній технології батьки та педагоги усвідомлюють власну «причетність» до тої чи іншої проблемної поведінки школяра і працюють спільно над вирішенням проблеми, що позитивно впливає на динаміку змін дитини;

2) 78% фахівців відзначають, що після упровадження технології до них почали звертатися за допомогою члени сімей та педагогічного колективу за рекомендаціями тих, хто був на заняттях з використанням даної платформи; психологи відзначають, що у цих зверненнях відсутнє прохання «попрацювати з дитиною», а натомість з'явився запит на спільну роботу над тою чи іншою проблемою;

3) понад 65% психологів зазначають, що до знайомства з технологією модераторів вони часто ніяковіли, коли виникали складні запити у роботі зі школярами, наразі вони відчувають інтерес і впевненість у власній спроможності у наданні якісної професійної допомоги, адже «мають засвоєний алгоритм дій»;

4) завдяки технології «Психологічна платформа модераторів» 43% колег-психологів відзначають позитивну динаміку у налагодженні взаємостосунків у системах сім'ї та школи, які раніше важко піддавались трансформаціям;

5) представлена технологія легко адаптується до онлайн-умов її застосування: робота у форматі зум-конференцій не втрачає своєї продуктивності, порівняно з офлайн-зустрічами.

**Висновки.** «Психологічна платформа модераторів» – структурована технологія групового консультування, що проводиться в контексті системного підходу. Вона містить три основних рівня: організаційний рівень, який передбачає поетапність роботи з трьома тематичними платформами; особистісний рівень, на якому відбувається безпосередній вплив на учасників модераторів (дитина-батьки, батьки-педагоги, педагоги-дитина); інструментальний рівень, що визначає циркулярні питання як базову техніку роботи психолога. Перевагою даної технології є те, що вона містить зрозумілий алгоритм, відносно коротка за термінами реалізації (залежно від характеру проблеми потребує від 1 до 3 групових зустрічей), не втрачає ефективності в умовах онлайн роботи шкільного психолога, що особливо цінно в період воєнних дій, що розгорнулися на території України. Перспективи подальших досліджень пов'язані з адаптацією технології модераторів для роботи фахівців психологічної служби закладів вищої освіти.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Білик Н. М. Медіація як соціально-педагогічна технологія вирішення конфліктів у школі. *Педагогічні науки: збірник наукових праць*. 2016. Вип. LXIX. Том 3. С. 26-30.
2. Кондрашихіна О. А. Формування здатності до фасилітативних впливів у майбутніх практичних психологів. Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. К. 2004. 188 с.
3. Лях Т. Л., Спіріна Т. П. Медіація як соціальна технологія посередництва у конфліктних ситуаціях. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка: зб. наук. праць*. 2015. № 2 (291). Сер. Педагогічні науки. Ч. 1. С. 37-47.
4. Психолог у НУШ: радісно та впевнено руш! Путівник психолога в Новій українській школі / Заг. ред. Є. В. Афоніна, О. О. Заріцький, Н. В. Міщенко. Краматорськ: Витоки, 2018. 250 с.
5. Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості: монографія. За ред.: С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Злиwkова. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макарєнка, 2019. 540 с.
6. Сєдих К. В. Системна модераторів в закладах освіти як засіб виходу з кризових ситуацій. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Злиwkова. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макарєнка, 2017. С. 474-496.
7. Трубник, І. В., & Коношенко, О. С. (2022). Розвиток комунікативних навичок майбутніх фахівців соціальної сфери засобами технології модераторів. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2022. (1(349) Ч.1), С. 104–111.
8. Bertalanffy L. von. General System Theory – A Critical Review. *General Systems*. Vol. VII. 1962. P. 1–20.
9. Satir, V.. *Conjoint family therapy* (3rd ). Palo Alto: Science and Behavior Books, 1983. 289 p.

Ляш О. П.

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології та соціальної роботи  
Вінницького державного педагогічного університету  
імені Михайла Коцюбинського***ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ  
ТА КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ****PECULIARITIES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROCRASTINATION  
AND COPY BEHAVIOR IN YOUNG PEOPLE**

У статті розглядається актуальна для сьогодення проблема, яка пов'язана з вивченням особливостей прокрастинації та копінг-поведінки у осіб юнацького віку. Хронічне перебування в стресовій ситуації стало викликом для багатьох дорослих людей, зокрема для студентської молоді. Відповідно стресові ситуації, які характерні для сучасної української молоді є значним випробуванням. В ході розв'язання певної задачі чи ситуації в кожного із юнаків переважає різна копінг-поведінка. Відповідно розвиваючи позитивні копінг-стратегії та долаючи прокрастинацію у юнаків, можна у такий спосіб підвищувати ефективність життя та успішність їх життя загалом.

Проведено емпіричне дослідження психологічних особливостей взаємозв'язку прокрастинації та копінг-поведінки у юнацькому віці.

Здійснено аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень з цієї проблеми та виявлено, що прокрастинація має досить широкий діапазон зв'язків із копінг-стратегіями та захисними механізмами особистості юнаків.

Акцентовано увагу, що найбільше ця проблема є характерною для юнаків саме в навчальній діяльності, адже більшість з них уникають ситуацій, які потребують наполегливої роботи, хоча юнаки найактивнішою частиною суспільства. З'ясовано, що прокрастинація у юнаків пов'язана зі стресовими ситуаціями, до яких може входити: обмеження реального спілкування, негативна інформація та новини, низька самооцінка, відсутність настрою та мотивації до активності, зміна звичного місця перебування, нове оточення. На основі результатів більшості досліджень науковців виявлено, що стресова ситуація є детермінуючим чинником прокрастинації у юнаків, які схильні використовувати низькоефективні стратегії виходу зі стресових ситуацій. Низькоефективна копінг-стратегія сприяє тому, що людина уникає та абстрагується від вирішення проблеми, емоційно понижує її значущість. Аналіз взаємозв'язків копінг-стратегій та прокрастинації у юнаків показав, що існують прямі кореляційні зв'язки прокрастинації зі стратегіями подолання «конфронтація», «дистанціювання», «уникнення», а також «прийняття відповідальності».

**Ключові слова:** прокрастинація, копінг-поведінка, стратегія, юнаки, стрес, стресові ситуації, психічне здоров'я.

The article examines the current problem related to the study of procrastination and coping behavior in adolescents. Chronic stress is a challenge for many adults, including students. Accordingly, the stressful situations that are characteristic of modern Ukrainian youth are a significant challenge. Each coping task is dominated by different coping behaviors. Accordingly, by developing positive coping strategies and overcoming procrastination in young people, it is possible to increase the efficiency of life and success of their lives in general.

The purpose of the study: to empirically investigate the psychological features of the relationship between procrastination and coping behavior in adolescence.

An analysis of domestic and foreign research on this issue and found that procrastination has a wide range of links with coping strategies and protective mechanisms of the personality of young people.

It was emphasized that this problem is most characteristic of young people in educational activities, as most of them avoid situations that require hard work, although young people are considered the most energetic and active part of society. It has been found that procrastination in young people is associated with stressful situations, which may include: limitations of real communication, negative information and news, low self-esteem and lack of mood and motivation for activity, change of habitual location, new environment. An empirical study and the results of most studies have shown that stress is a determining factor in procrastination in young people who tend to use low-effectiveness coping strategies. Ineffective coping strategy contributes to the fact that a person avoids and abstracts from solving the problem, emotionally reduces its significance. An analysis of the relationship between coping strategies and procrastination has shown that there are direct correlations between procrastination and coping strategies.

**Key words:** procrastination, coping behavior, strategy, youth, stress, stressful situations, mental health.

**Вступ.** Для сучасних юнаків характерною є тенденція до збільшення рівня прокрастинації у студентському середовищі, коли відкладаються завдання «на потім». Як правило, в такі моменти активізуються копінг-стратегії, тобто когнітивні та поведінкові особливості подолання специфічних зовнішніх та внутрішніх вимог, що оцінюються людиною як значимі. На осіб юнацького віку покладаються важливі завдання. Відповідно юнаки потребують осо-

бливої уваги та підтримки в непрості часи. Складність навантаження та неможливість реалізувати всі основні завдання юнацького віку, переживання негативних станів та невизначеність у майбутньому можуть викликати не лише нервово-психічну нестабільність, але й впливати на працездатність, когнітивні функції та поведінку, і саме головне знижувати якість життя юнаків. Відповідно розвиваючи позитивні копінг-стратегії та долаючи прокрастинацію

у юнаків, можна у такий спосіб підвищувати ефективність їх життя загалом.

Найпоширенішими в контексті окресленої проблематики є емпіричні дослідження, спрямовані на визначення особливостей взаємозв'язку прокрастинації з іншими особистісними властивостями: перфекціонізмом (Д. Барнс, Р. Бірі, Н. Гаранян, С. Єніклопов, М. Ларскіх, Н. Матюхіна, Л. Сакс, Д. Седлер, А. Холмогорова, В. Ясна та ін.), часовою перспективою (Дж. Гаура, Р. Гупта, М. Дворник, Т. Джексон, Л. Дементій, Дж. Діаз-Моралес, Е. Іпполітова, Л. Попе, О. Сенник, М. Спектер, Д. Херші й ін.), саморегуляцією (Р. Баумайстер, К. Волтерс, К. Данн, В. ван Ерде, Г. Ракс, Д. Тайс), мотивацією (С. Бранлоу, В. Вонг, Р. Классен, Р. Ризингер, Г. Шоувенбург), тривожністю (Дж. Донован, В. МакКоун, Н. Мілграм, Дж. Муракамі, Е. Розблом, С. Сільверман, Л. Солон, Л. Хейкок), депресією (А. Бек, Дж. О'Каллаган, Й. Стобер), копінг-стратегіями (А. Клімова, А. Лингурарь, Н. Солинін, А. Шиліна та ін.), особливостями сепарації від батьків (Дж. Коплан, Дж. Оліветте, А. Рейд, Ф. Семенова й ін.) тощо.

Здійснивши аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень з проблеми дослідження, ми з'ясували, що прокрастинація має досить широкий діапазон зв'язків із копінг-стратегіями та захисними механізмами. У деяких дослідженнях [4, с. 68] саму прокрастинацію розглядають як емоційно-орієнтовану копінг-стратегію або унікаючу стратегію поведінки. Було виявлено, що прокрастинатори часто використовують раціоналізацію як виправдовування своєї поведінки [3, с. 120].

**Мета дослідження:** емпірично дослідити психологічні особливості взаємозв'язку прокрастинації та копінг-поведінки у юнацькому віці.

**Виклад основного матеріалу.** Терміном прокрастинація визначають страх ризикувати, нерішучість

змінити навіть незадовольнюючу ситуацію, небажання вступати в протиріччя з кимось, повне наповнення життя звичними подіями і справами, які не мають великої цінності і користі, перекладання відповідальності і провини за те, що у них не склалося на інших людей. До певного рівня відкладання справ є нормою, але, переростаючи цю межу, прокрастинація стає серйозною проблемою. Лінь і прокрастинація мають багато спільного, однак це не одне і те ж. Швидше лінь – один з багатьох компонентів, які утворюють явище прокрастинації. Копінг-поведінка – це синтез когнітивних та поведінкових зусиль, які застосовуються людиною для опанування специфічних внутрішніх або зовнішніх вимог, що викликають психічну напругу та перевищують її ресурси.

Дослідження проведено на базі Навчально-наукового інституту педагогіки, психології, підготовки фахівців вищої кваліфікації Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. В дослідженні взяло участь 60 осіб юнацького віку. У процесі дослідження було використано такі методики: «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Н. Ендлер, Д. Паркер, «Причини особистісної схильності до відтермінування завдань» М. Дворник, «Ступінь вираженості прокрастинації» М. Кисельової, «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхан.

Аналізуючи тримані данні можна стверджувати, що в осіб юнацького віку присутній високий рівень прокрастинації. Відповідно юнаки відкладають початок виконання певних справ, через те, що їм властива надмірна тривожність, яка може бути пов'язана і з подіями які відбуваються у світі і з власними переживаннями і страхами.

Також їх тривожність може бути пов'язані із страхом допустити помилки, а потім бути покара-

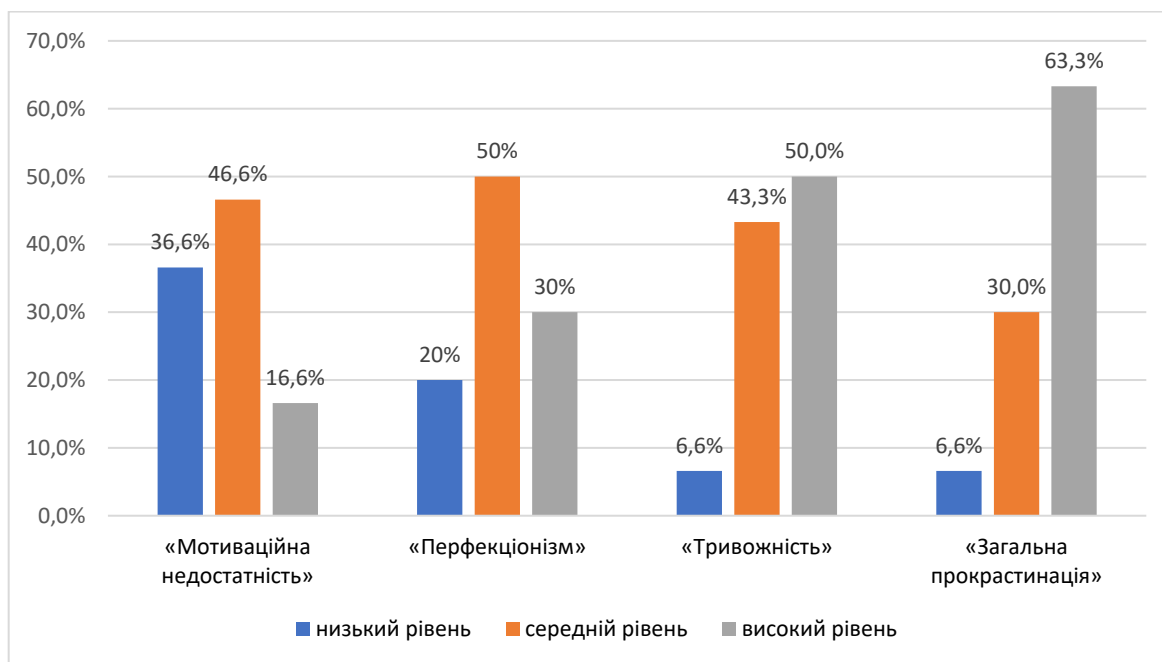


Рис. 1. Відсоткові показники ступеня вираженості прокрастинації в осіб юнацького віку

ним або висміяним ровесниками. У більшості юнаків також спостерігається середній рівень мотиваційної недостатності, що може бути викликане тим, що особистість юнацького віку не бачить сенсу щось робити, адже вона не впевнена, що це комусь потрібно і що це буде мати хоча б якусь користь. Також юнаки, якщо беруться за певну справу і намагаються виконувати її добре, однак якщо завдання виконане не ідеально, то вони до цього також спокійно ставляться, заспокоюючи себе, що в наступний раз обов'язково зроблять все набагато краще. Виправдовують себе списуючи все на поганий настрій, несприятливий для роботи день, жаліючись що вони і так сильно завантажені, постійно викладались на максимум, але нажалі не встигли зробити все так як треба та у вказані терміни.

В більшості випадків прокрастинаторам зручніше перекласти відповідальність на когось іншого, ніж усвідомити, що основна проблема пов'язана з ними, бо тоді не буде можливості виправдовуватися та перекладати відповідальність на інших [5; с. 148].

За методикою М. Дворника отримані результати свідчать про те, що досліджуваним складно долати страх перед відповідальністю, в певних ситуаціях, вони можуть брати на себе ініціативу. Проте більшою мірою це можуть бути не великі та не складні справи, або ж це можуть бути такі справи, які не мають вагомого впливу на подальшу роботу. Більшість юнаків недооцінюють власну готовність впоратися з завданнями, що може бути спричинене стресовою ситуацією та може спостерігатися певний спад сил, тривога та нервова напруга, яка негативно впливає на продуктивність, вони не впевнені у власних силах та можливостях, недооцінюють себе, тому в більшості вони не проявляють ініціативи, а викону-

ють завдання під керівництвом когось іншого, саме тому погіршується зацікавленість справою. Досить мотивуючим фактором для юнаків є справа, за яку буде гарантована винагорода [2; с. 195].

За результатами методики «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана ми виявили, що в досліджуваних переважає стратегія пошуку соціальної підтримки. Такі результати свідчать про те, що такі люди намагаються і прагнуть повернутися до суспільства, адже зв'язки з соціумом є важливою складовою розвитку особистості, також їм властивий низький рівень стратегії вирішення проблеми. Проте юнаки намагаються не віддалятися від соціуму і не уникають можливості поспілкуватися з кимось, або попросити допомоги.

За отриманими результати методики «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Н. Ендлер, Д. Паркер ми з'ясували, що в осіб юнацького віку у стресових ситуаціях спостерігається низький рівень орієнтації на вирішення завдань, які стоять перед ними. Така тенденція може бути спричинена тим, що юнаки не хочуть навантажувати себе складними справами, в яких є ймовірність не досягти хороших результатів, тому краще взагалі їх відкласти ніж засмучуватися через поразку. Таке припущення підтвержують результати отримані за шкалою орієнтація на емоції, адже для переважної більшості юнаків позитивні емоції є вагомим показником під час роботи, тому вони намагаються уникати негативних емоцій.

Проаналізувавши отримані результати за всіма методиками ми виявили, що у досліджуваним притаманний високий рівень за шкалою «Загальна прокрастинація». Відповідно у юнаків виконання поставлених завдань викликає тривожність

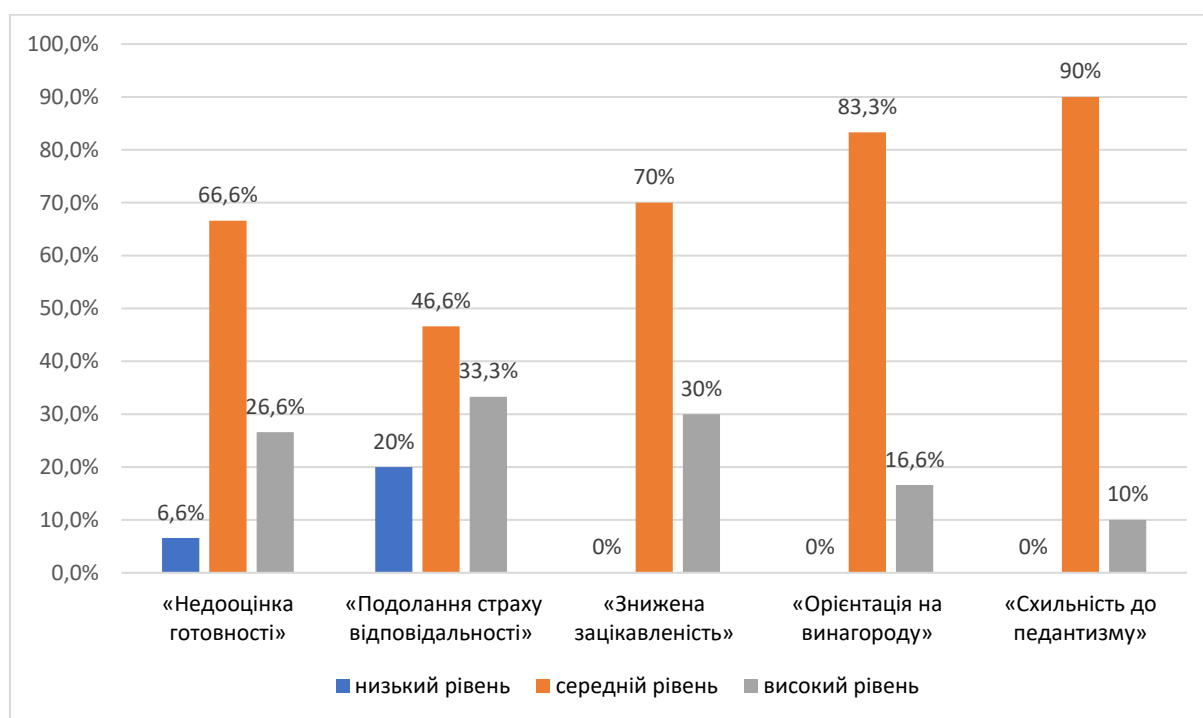


Рис. 2. Відсоткові показники особистісної схильності до відтермінування завдань в осіб юнацького віку

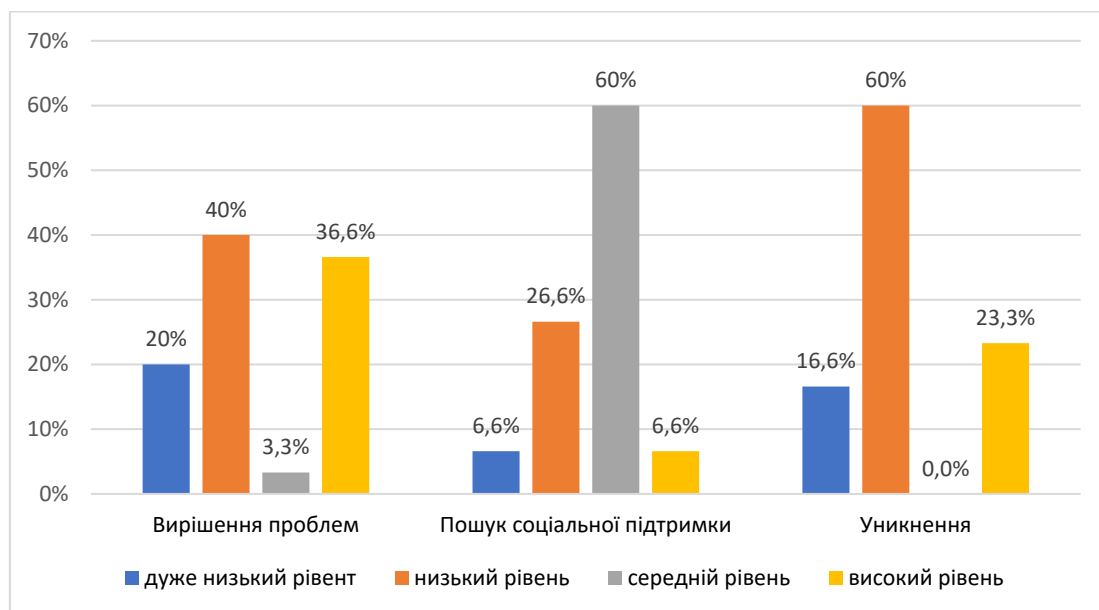


Рис. 3. Відсоткові показники індикатора копінг-стратегій в осіб юнацького віку

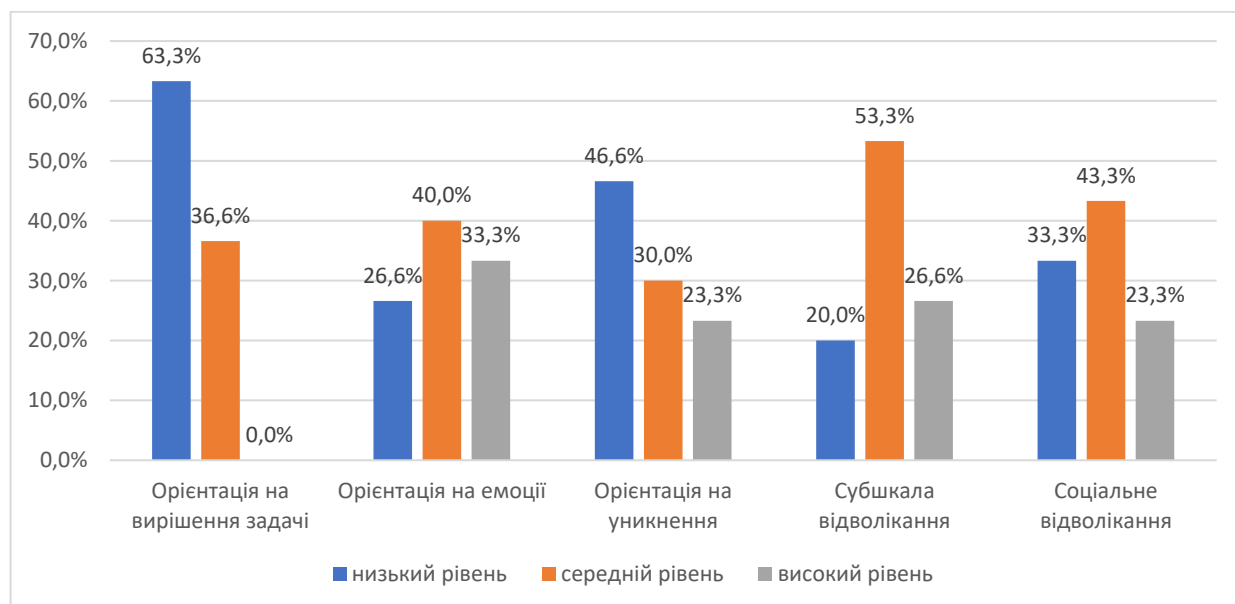


Рис. 4. Відсоткові показники копінг-поведінки в стресових ситуаціях в осіб юнацького віку

і як наслідок вони будуть намагатися уникати такі справи, адже для досліджуваних важливо, щоб робота за яку вони беруться була виконана добре і вони отримали за це винагороду. З виконанням завдань вони можуть зволікати через те, що в певній мірі бояться відповідальності за результат роботи, тому можуть шукати підтримку та допомогу від знайомих, рідних та колег.

Якщо справа є важливою і досліджувані відчувають достатньо мотивації, справа є для них певною мірою цікавою, або ж викликає позитивні емоції, тоді юнаки охоче будуть братися за виконання цього завдання та не уникатимуть його. Проте якщо з'явиться завдання, яке буде більш цікавим – тоді перевагу вони нададуть саме йому, а початкове відкладуть на пізніший термін [1; с. 153].

Для дослідження взаємозв'язків прокрастинації та копінг-поведінки застосовано метод кореляційного аналізу. За допомогою програми SPSS v.170 нами отримано такі взаємозв'язки:

– «Мотиваційна недостатність – уникнення» ( $r=0,30$ ; при  $p \leq 0,05$ ). Таку тенденцію ми можемо пояснити тим, що юнаки через недостатній рівень мотивації до вирішення поставлених перед ними завдань намагаються їх уникати. Певна справа на даний момент може бути не актуальною та не цікавою для них, або ж є значно цікавіші справи на які хочеться приділити більше увагу та часу. Тому справу на вирішення якої мотивації замало юнаки намагатимуться уникати.

– «Перфекціонізм – уникнення» ( $r=0,27$ ; при  $p \leq 0,05$ ). Такий взаємозв'язок свідчить про те,

що для таких юнаків є надзвичайно важливим виконувати завдання та справи, які вони виконують ефективно. Однак якщо завдання є складним і є невпевненість у можливості його виконання, то юнаки уникатимуть таких справ. В певних ситуаціях молоді люди можуть брати надмірну відповідальність у вирішенні поставлених завдань, однак через страх допустити помилки вони відкладають роботу на пізніший термін, тим самим уникаючи її.

– «Тривожність – уникнення» ( $r=0,31$ ; при  $p \leq 0,05$ ). Такий зв'язок свідчить те, що тривожність підсилює уникання вирішення певних завдань. Стан тривожності негативно впливає на продуктивність та результативність діяльності. Відповідно прагнення уникати ситуацій, які викликають у них підвищену тривожність у юнаків є закономірним явищем в таких умовах [7; с. 316].

– «Загальна прокрастинація – уникнення» ( $r=0,43$ ; при  $p \leq 0,01$ ). Така кореляція вказує на те, що чим вищий рівень загальної прокрастинації, тим більша ймовірність є того, що юнаки будуть уникати дорученої справи. Відповідно юнаки можуть вважати, що справа вирішиться сама по собі, без їх участі [8; с. 320].

– «Мотиваційна недостатність – відволікання» ( $r=0,31$ ; при  $p \leq 0,05$ ). Такий взаємозв'язок вказує на те, що юнаки через відсутність мотивації до вирішення поставлених перед ними завдань не докладають максимум зусиль на їх вирішення. Їхня поведінка буде спрямована на постійне відволікання від справ. Про те, якщо справа зацікавить або матиме певну користь, то в такому випадку юнаки можуть надати їй перевагу і розпочати виконання.

Отримані результати можна пояснити тим, що юнакам притаманно відволікатися від тих справ, на виконання яких у них бракує мотивації, завдання

у виконанні яких вони впевнені що не зможуть досягти хороших результатів, а також у справах які викликають тривожність, яка може бути пов'язана як і з самою роботою, так і з наслідками, які може викликати. Юнаки, які схильні до прокрастинації, часто у процесі роботи відволікаються на інші справи, тим самим відкладають початкову справу, на інший час, в більшості випадків, за основну справу вони беруться в останню хвилину, так як немає можливості відкласти її далі та відволікатися на інші справи.

**Висновки.** Досліджуючи прояви прокрастинації у юнаків, можна відзначити що для них домінуючою є академічна прокрастинація. Також прокрастинація у юнаків пов'язана зі стресовими ситуаціями, до яких може входити: обмеження реального спілкування, негативна інформація та новини, низька самооцінка та відсутність настрою та мотивації до активності, зміна звичного місця перебування, нове оточення. Відповідно у більшості досліджень науковців ми можемо простежити, що стресова ситуація є детермінуючим чинником прокрастинації у юнаків, які схильні використовувати низькоефективні стратегії виходу з стресових ситуацій. Низькоефективна копінг-стратегія сприяє тому, що особистість уникає та абстрагується від вирішення проблеми, емоційно знижує її значущість та не докладає зусиль для її розв'язання, що дуже схоже з механізмами прокрастинації.

Аналіз взаємозв'язків копінг-стратегій та прокрастинації показав, що існують прямі кореляційні зв'язки прокрастинації з такими копінг-стратегіями: «конфронтація», «дистанціювання», «уникнення», а також «прийняття відповідальності».

Перспективами подальших наукових досліджень ми вбачаємо в дослідженні генези взаємозв'язку прокрастинації та копінг-поведінки у юнацькому віці.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Безкоровайна О. В. «Теоретико-методичні засади виховання культури особистісного самоствердження в ранньому юнацькому віці.» Інститут проблем виховання НАПН України. К. 2010. 356 с.
2. Бикова Д. В. «Прокрастинація як проявление емоціонально орієнтованого и орієнтованого на избегание стилей копинга»: *Материали II Междунар. конф.* 2010. С. 194-196.
3. Дворник М. С. Соціально-психологічні практики відтермінування в конструюванні особистістю власного майбутнього : дис. канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2014. 215 с.
4. Доценко В., П. Макаренко. «Копінг-поведінка першокурсників ЗВО зі специфічними умовами навчання: гендерний аспект» *Вісник Національного університету оборони України.* 2019. С. 61-69.
5. Ивутина, Е. П. Академическая прокрастинация как проявление защитно-совладающего поведения у студентов. *Вестник Вятского государственного гуманитарного университета.* 2013. № 4-1. С. 146-151.
6. Нартова-Бочавер С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности. *Психологический журнал.* 1997. Т. 18, № 5. С. 20-30.
7. Степова А. С. «Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку.» *Молодий вчений* 9 (2). 2018. С. 314-319.
8. Haycock, Laurel A., Patricia McCarthy, and Carol L. Skay. «Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety» *Journal of counseling and development.* 76.3. 1998. P. 317-324.
9. Steel, Piers. "Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist?" *Personality and Individual Differences.* 2010. P. 926-934.

**Михайлишин У. Б.**  
*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри психології  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

**Шмідзен І. Ю.**  
*викладач кафедри психології  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

**Юхименко І. В.**  
*викладач кафедри психології  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

## **ВПЛИВ КОНФОРМІЗМУ НА ФОРМУВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНОЇ АДИКЦІЇ СТУДЕНТІВ**

### **CONFORMITY INFLUENCE TO FORMATION OF INTERPERSONAL ADDICTION OF STUDENTS**

У статті розглянуто проблему психологічних особливостей впливу конформізму на формування міжособистісної адикції студентів.

Проаналізовано поняття конформізму та виявлено його суттєві ознаки, а саме некритичне сприйняття, пасивність, відмова від своєї позиції та прийняття точки зору іншої сторони.

Визначено поняття адиктивної поведінки особистості, яка проявляється у прагненні особистості змінити свій психічний стан. Зміст дискомфортної психічної реальності та способи від її позбавлення можуть бути різними. Одним із видів адиктивної поведінки виступає явище міжособистісної залежності. В основі даної адикції закладено прагнення в емоційній близькості, у прийнятті зі сторони значимих осіб. Особистість потребує допомоги та підтримки на фоні відчуття безпорадності.

Здійснено емпіричне дослідження впливу конформізму на формування міжособистісної адикції студентів з подальшою статистичною обробкою даних (коефіцієнт кореляції Пірсона та Н-критерій Крускалла-Уоллеса). Підібрано наступні методики: методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн (адаптація О.П. Макушина); методика «Q-сортування» В. Стефансон; методика «Конформність-навіюваність» (С.В. Клаучек, В.В. Деларю).

За результатами підібраних методик встановлено, що у даній вибірці переважає показник товариськості, який проявляється у прагненні особистості утворювати емоційні зв'язки. Також, виявлено низький рівень конформності досліджуваних. Це вказує на те, що більшість студентів важко піддаються впливу з боку оточуючих, незалежні у своїх судженнях, вміють відстоювати свою позицію.

У результаті діагностики міжособистісної адикції встановлено, що у досліджуваних студентів даної вибірки переважають показники здорової залежності, яка проявляється у вмінні налагоджувати конструктивні соціальні зв'язки.

За результатами статистичної обробки даних можна зробити висновок, що конформізм може впливати на формування міжособистісної адикції. А саме, високий рівень конформізму може спричинити деструктивну міжособистісну залежність.

**Ключові слова:** конформізм, адиктивна поведінка, залежність, міжособистісна адикція, юнацький вік.

The paper considers the issue of conformity influence to the interpersonal addiction of students.

Meaning of conformism and its specific features have been analyzed and found out, i.e. uncritical perception, passiveness, rejection of own position and acceptance of the other party's point.

The meaning of addictive behavior of a personality has been determined as personalities intention to change its mental state. Sense of uncomfortable mental reality may be different as well as the ways to change that reality. Interpersonal addiction may be considered as one of forms of addictive behavior. The interpersonal addiction is based on needs for emotional intimacy and acceptance by significant persons. A personality needs assistance and support while feeling helpless.

An empiric research with further data processing has been conducted regarding the impact of conformism to the formation of interpersonal addiction (Pearson product-moment correlation coefficient and Kruskal-Wallis H-criterion). The following methods have been selected – method of interpersonal addiction detecting by R. Borshtein (adapted by O. Makushyna); Q-sort by W. Stefanson; personal questionnaire "Conformity-suggestibility" by S. V. Klaucek and V. V. Delarue.

As a result of selected methods it has been found out that the indicator of sociability prevails and it appears in striving of personality to develop emotional bonds. The low level of conformism has been also determined. It proves that the majority of students may be hardly influenced by other people, can be independent in their thoughts and can defend their point of view.

As a result of diagnosing interpersonal addiction it has been found out that the research students mostly demonstrate healthy dependence appearing in ability to establish constructive social relations.

Conclusion can be made as a result of data processing that conformism may impact the formation of the interrelation addiction. i.e. the high level of conformism may cause destructive interpersonal addiction.

**Key words:** conformism, addictive behavior, dependence, interpersonal addiction, adolescence.



**Вступ.** Проблема адиктивної поведінки особистості є надзвичайно важливою. Через нестабільність соціальних, політичних, економічних умов у молодого покоління можуть виникати різні види залежності. За допомогою адикцій деякі молоді люди спробують втекти від реальності. Вони будуть намагатись певним чином змінити свій психічний стан. Своєрідна втечі від реальності стає способом пристосування до навколишнього середовища. Вона може негативно позначитись не лише на здоров'ї особистості, але й на її соціальних зв'язках.

Такий феномен як міжособистісна залежність тісно пов'язана із різного роду стосунками особистості. Деструктивна міжособистісна адикція може негативно впливати на соціальне життя особистості юнацького віку, заважати у різних сферах життєвості.

На сьогоднішній день явище міжособистісної залежності вивчене не достатньо, зокрема фактори які можуть спричинити дану залежність. Одним із таких факторів може виступати конформізм. Проблема дослідження впливу конформізму на виникнення міжособистісної адикції в юнацькому віці на даний час повністю не розкрита, що робить актуальними дослідження у даному напрямку.

**Виклад основного матеріалу.** Феномен конформізму вивчали такі вчені як К. Левін, С. Аш, який першим із соціальних психологів провів експериментальне дослідження конформізму, М. Шериф, який досліджував явища, пов'язані з конкретним впливом групових норм, М. Дойч і Г. Джерард, які в своїх дослідженнях виокремили нормативний та інформаційний впливи групи на індивіда, В.С. Чудновський, Р. Крачфілд, У. Беррі, Г. Келмен та ін. [4].

Конформізм є особливий феномен суспільного життя, що відрізняється від інших соціальних явищ, і постає як невід'ємна частина взаємодії індивіда та групи [5].

Серед суттєвих ознак конформізму, що виділяють його серед інших аспектів соціальної діяльності, можна виділити некритичне ставлення та сприйняття, відповідність встановленим нормам та принципам, формальність, прийняття точки зору групи, націленість на одноманітність, відмова від своєї позиції, пасивність, відсутність явного примусу і вимог, спрямованих на індивіда з боку оточуючих. Основними діючими елементами у процесі прояву конформізму виступають індивіди та групи, поведінка яких спрямована на повторення зразка дії, висловлювання, думки, запропонованого іншою стороною [6].

Залежній особистості у вищій мірі властива сугестивність як особистісна риса, властивість. Особистість, схильна до формування залежної поведінки, виявляється некритичною, часто легковірною, податливою груповому впливу [4]. Конформізм може бути взаємопов'язаним та впливати на формування міжособистісної адикції.

Вивчення адиктивної поведінки відбувається на інтегративних засадах фахівцями психології, соціо-

логії, медицини, соціальної педагогіки. Починають дослідження цієї проблеми А. Лічко, Д. Колесов, С. Швердін, Б. Левін, М. Левін, Н. Максимова, С. Толстоухова. Останнім часом поширення інтересу до адикцій простежуємо в роботах Ц. Короленка, В. Менделевича, О. Безпалько, А. Капської, Н. Завєріко, О. Карпенко, М. Окаринського, П. Гусака, Н. Бурмаки, О. Савчука, Т. Мартинюк, І. Шишової, О. Мурашкевича [4].

Схильність до надмірної залежності породжує проблемні симбіотичні відносини або залежну поведінку. Основою виникнення і розвитку адикцій є прагнення до зміни психічного стану, який чимось дискомфортний для індивіда. Зміст психологічної реальності, від якої намагається позбутися індивід, буває різним, так само як і можуть бути різними способи від її позбавлення [3].

Таким чином, можна виділити велику кількість видів адиктивної поведінки, одним з яких є міжособистісна адикція.

Явище міжособистісної залежності являється складним та багатоплановим, в зв'язку з чим розмежовують залежність як нормативне явище та надмірну залежність, яка викликає деструктивні особистісні зміни. Надмірна залежність являє собою специфічний стан, в основі якого лежить сильна потреба в емоційній близькості, в прийнятті зі сторони значимих осіб, ригідне прагнення отримати допомогу та підтримку на фоні постійного відчуття безпорадності та слабості незалежно від конкретної ситуації [2].

Важливо зазначити, що міжособистісна залежність розглядається не тільки у контексті партнерських відносин, але й в інших відносинах (дитячобатьківських, дружніх, робочих та ін.). У кожному виді відносин феномен міжособистісної адикції буде наділений унікальною специфікою [1].

Емпіричне дослідження проводилась зі студентами 2 курсу ДВНЗ «Ужгородський національний університет». Вибірка складала 63 особи. Вік досліджуваних – 18-19 років.

Для дослідження психологічних особливостей впливу конформізму на формування міжособистісної адикції студентів було підібрано наступні методики: методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн (адаптація О.П. Макушина); методика «Q-сортування» В. Стефансон; методика «Конформність-навіюваність» (С.В. Клаучек, В.В. Деларю).

У результаті проведення емпіричного дослідження ми отримали наступні показники:

За методикою «Q-сортування» В. Стефансон виявлено:

За шкалами «Залежність – незалежність» залежність домінує у двадцяти досліджуваних, що становить 32%; незалежність домінує у тридцяти восьми досліджуваних, що становить 60%; амбівалентність виявлено у п'яти досліджуваних, що становить 8%.

За шкалами «Товариськість – нетовариськість» товариськість домінує у сорока чотирьох досліджуваних, що становить 70%; нетовариськість домінує у дванадцяти досліджуваних, що становить 19%;

амбівалентність виявлено у семи досліджуваних, що становить 11%.

За шкалами «Ухвалення «боротьби» – уникнення «боротьби»» ухвалення «боротьби» домінує у тридцяти трьох досліджуваних, що становить 53%; уникнення «боротьби» домінує у двадцяти шести досліджуваних, що становить 41%; амбівалентність виявлено у чотирьох досліджуваних, що становить 6%.

Таким чином, проаналізувавши результати за даною методикою видно, що у даній вибірці переважає показник товариськості, що проявляється у прагненні особистості утворювати емоційні зв'язки як у своїй групі, так і за її межами.

Найменші показники зафіксовано за показником залежності, що вказує на внутрішнє і зовнішнє прагнення особистості не приймати групові стандарти як соціальні, так і морально-етичні. Особистість незалежна в своїх вчинках, впевнена в тому, що вона веде себе правильно. У поведінці проявляється самостійність, рішучість, наполегливість у відстоюванні своїх поглядів.

Результати за даною методикою зображено на рис. 1.

За методикою «Конформність – навіюваність» (С.В. Клаучек, В.В. Деларю) виявлено: високий рівень домінує у одинадцяти досліджуваних, що становить 17%; середній рівень домінує у десяти досліджуваних, що становить 16%; низький рівень домінує у сорока двох досліджуваних, що становить 67%.

Таким чином, проаналізувавши результати за даною методикою видно, що у даній вибірці переважає низький рівень конформності досліджуваних. Це свідчить про те, що досліджувані у даній вибірці важко піддаються впливу з боку оточуючих, досить незалежні у своїх судженнях, вміють відстоювати свою позицію у різноманітних ситуаціях. Думка

більшості членів групи може братись до уваги, але не у всіх випадках особистість з нею погодиться.

Результати за даною методикою зображено на рис. 2.

За методикою виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн (адаптація О.П. Макушина) виявлено:

За шкалою «Деструктивна залежність» високий рівень домінує у одинадцяти досліджуваних, що становить 17%; середній рівень домінує у сімнадцяти досліджуваних, що становить 27%; низький рівень домінує у тридцяти п'яти досліджуваних, що становить 56%.

За шкалою «Дисфункціональне віддалення» високий рівень домінує у десяти досліджуваних, що становить 16%; середній рівень домінує у двадцяти одного досліджуваного, що становить 33%; низький рівень домінує у тридцяти двох досліджуваних, що становить 51%.

За шкалою «Здорова залежність» високий рівень домінує у тридцяти чотирьох досліджуваних, що становить 54%; середній рівень домінує у дев'ятнадцяти досліджуваних, що становить 30%; низький рівень домінує у десяти досліджуваних, що становить 16%.

Таким чином, проаналізувавши результати за даною методикою видно, що в даній вибірці переважають показники здорової залежності, що може себе проявляти у гнучкості в спілкуванні, вмінні налагоджувати взаємовідносини.

Найменше виражена деструктивна залежність, яка проявляється у сильній потребі в емоційній близькості, любові та прийнятті зі сторони значимих близьких, ригідному прагненні отримувати допомогу та підтримку на фоні постійного почуття тривоги, безпорадності.

Результати за даною методикою зображено на рис. 3.

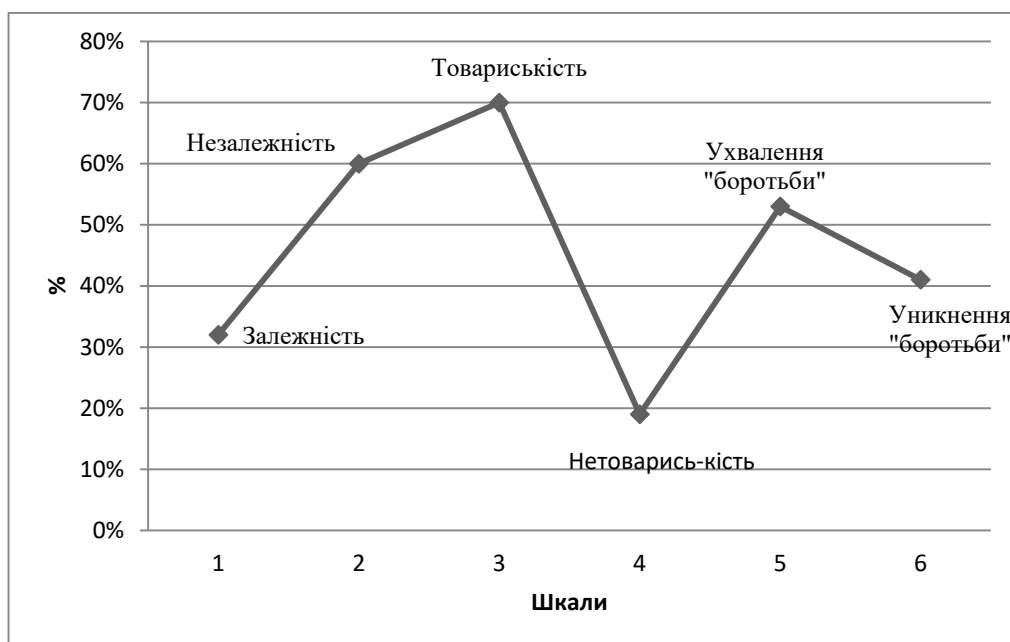


Рис. 1. Середні показники групи досліджуваних за методикою «Q-сортування» В. Стефансон у %

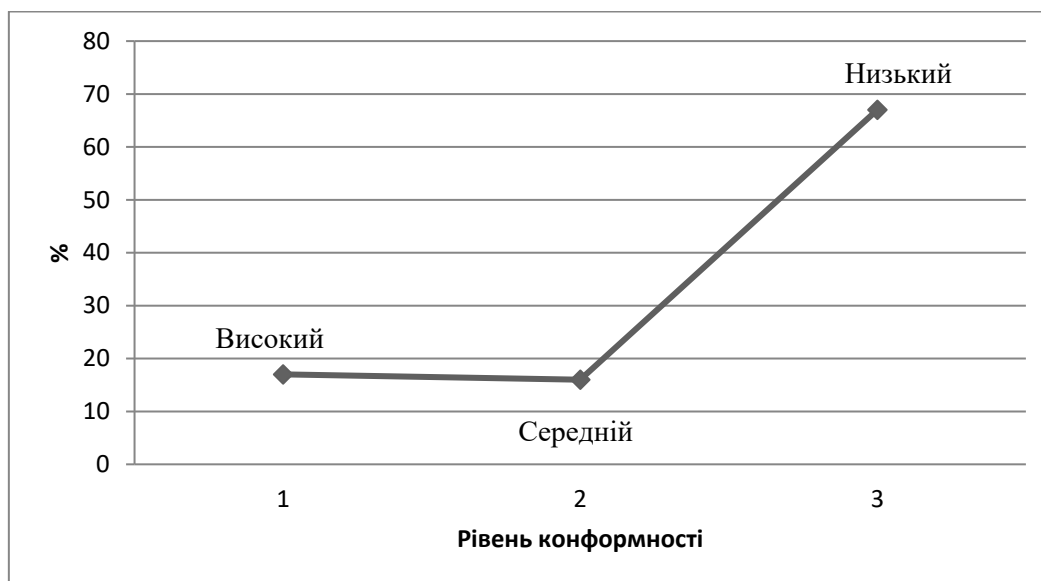


Рис. 2. Середні показники за методикою «Конформність – навіюваність» (С.В. Клаучек, В.В. Деларю) у %

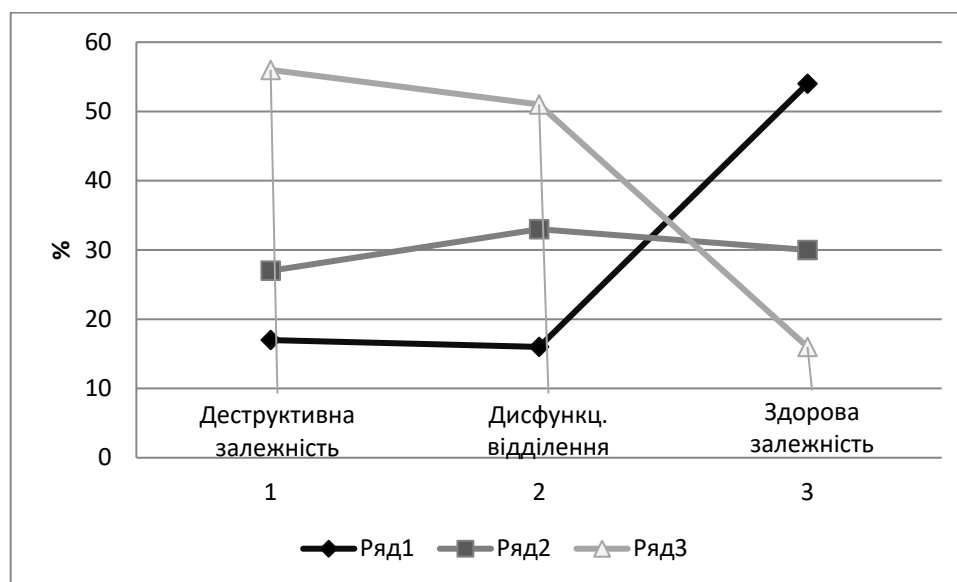


Рис. 3. Середні показники за методикою виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн (адаптація О.П. Макушина) у %

Примітки: ряд 1 – високий рівень; ряд 2 – середній рівень; ряд 3 – високий рівень.

Отримані дані за методиками опрацьовані при застосуванні програми статистичної обробки даних «SPSS». У результаті кореляційного аналізу (коефіцієнт кореляції Пірсона) виявлено позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «залежність» (Q-сортування) В. Стефансон ( $r = 0,610^{**}$ ;  $p < 0,01$ ). Негативний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «незалежність» (Q-сортування) В. Стефансон ( $r = -0,660^{**}$ ;  $p < 0,01$ ). Чим більшою мірою в людини буде проявлятися сильна потреба в емоційній близькості, любові та прийнятті зі сторони значимих близь-

ких, ригідне прагнення отримувати допомогу та підтримку на фоні постійного почуття тривоги тим більше вона може бути схильна до прийняття групових стандартів і цінностей: соціальних, морально-етичних; може проявляти нерішучість в спілкуванні, покірність чужій волі.

Негативний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «товариськість» (Q-сортування) В. Стефансон ( $r = -0,354^{**}$ ;  $p < 0,01$ ). Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «нетовариськість» (Q-сортування) В. Стефансон ( $r = 0,351^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Чим більшою мірою в людини буде проявлятися сильна потреба в емоційній близькості, любові та прийнятті зі сторони значимих близьких, ригідне прагнення отримувати допомогу та підтримку на фоні постійного почуття тривоги, тим менше вона може бути схильна до прагнення утворювати емоційні зв'язки як у своїй групі, так і за її межами.

Негативний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «ухвалення «боротьби»» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = -0,406^{**}; p < 0,01$ ). Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «уникнення «боротьби»» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = 0,345^{**}; p < 0,01$ ). Чим більшою мірою в людини буде проявлятися сильна потреба в емоційній близькості, любові та прийнятті зі сторони значимих близьких, ригідне прагнення отримувати допомогу та підтримку на фоні постійного почуття тривоги, тим більше вона може бути схильна до прагнення відходити від взаємодії, намагатись зберегти «нейтралітет» у групових суперечках і конфліктах, бути схильною до компромісних рішень.

Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «деструктивна залежність» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та показниками методики «Конформність – навіюваність» ( $r = 0,650^{**}; p < 0,01$ ). Чим більшою мірою в людини буде проявлятися сильна потреба в емоційній близькості, любові та прийнятті зі сторони значимих близьких, ригідне прагнення отримувати допомогу та підтримку на фоні постійного почуття тривоги, тим більшою мірою вона може бути схильна до проявів конформізму у своїй поведінці.

Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «залежність» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = 0,629^{**}; p < 0,01$ ). Негативний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «незалежність» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = -0,599^{**}; p < 0,01$ ). Чим більшою мірою в людини буде проявлятися нездатність встановлювати раціональні взаємовідносини, близьке спілкування, тим більше вона може бути схильна до прийняття групових стандартів і цінностей: соціальних, морально-етичних; може проявляти нерішучість в спілкуванні, покірність чужій волі.

Негативний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «товариськість» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = -0,343^{**}; p < 0,01$ ). Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «нетовариськість» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = 0,334^{**}; p < 0,01$ ).

Чим більшою мірою в людини буде проявлятися нездатність встановлювати раціональні взаємовідносини, близьке спілкування, тим менше вона може бути схильна до прагнення утворювати емоційні зв'язки як у своїй групі, так і за її межами.

Негативний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «ухвалення «боротьби»» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = -0,413^{**}; p < 0,01$ ). Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та шкалою «уникнення «боротьби»» (Q-сортування) В. Стефансон) ( $r = 0,366^{**}; p < 0,01$ ). Чим більшою мірою у людини буде проявлятися нездатність встановлювати раціональні взаємовідносини, близьке спілкування, тим більше вона може бути схильна до прагнення відходити від взаємодії, намагатись зберегти «нейтралітет» у групових суперечках і конфліктах, бути схильною до компромісних рішень.

Позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «дисфункціональне віддалення» (методика виявлення міжособистісної залежності Р. Борнштейн) та показниками методики «Конформність – навіюваність» ( $r = 0,632^{**}; p < 0,01$ ). Чим більшою мірою в людини буде проявлятися нездатність встановлювати раціональні взаємовідносини, близьке спілкування, тим більшою мірою вона може бути схильна до проявів конформізму у своїй поведінці.

Визначено впливу конформізму на формування міжособистісної адикції. Використано Н-критерій Крускала-Воллеса. У результаті розрахунку було отримано наступні показники: між рівнем конформізму та деструктивною залежністю було отримано показник на рівні значимості  $P < 0,05$ . Між рівнем конформізму та дисфункціональним віддаленням було отримано показник на рівні значимості  $P < 0,05$ . Між рівнем конформізму та здоровою залежністю було отримано показник на рівні значимості  $P < 0,05$ .

Дані показники свідчать про те, що рівень конформізму може впливати на формування міжособистісної адикції. Таким чином, високий рівень конформізму може спричинити деструктивну міжособистісну залежність.

**Висновки.** У результаті дослідження психологічних особливостей впливу конформізму на формування міжособистісної адикції студентів визначено, що конформізм проявляється у некритичному ставленні та прийнятті точки зору оточення. Людина пасивно може приймати певну позицію.

Встановлено, що адиктивна поведінка проявляється у прагненні змінити свій психічний стан за допомогою різних способів. Одним із видів адиктивної поведінки є міжособистісна залежність, яка у негативному своєму прояві виражається у надмірній потребі емоційної близькості та прийняття зі сторони значимих осіб. Людина у якій проявляється дана адикція може часто відчувати безпорадність.

Визначено, що в даній вибірці переважають показники здорової залежності, що проявляється

у вмінні налагоджувати взаємовідносини. Найменше виражена деструктивна залежність, яка проявляється у сильній потребі в емоційній близькості, любові та прийнятті зі сторони значимих близьких, ригідному прагненні отримувати допомогу та підтримку на фоні постійного почуття безпорадності.

Також, у даній вибірці переважає низький рівень конформності досліджуваних. Це свідчить про те, що студенти важко піддаються впливу з боку оточуючих, досить незалежні у своїх судженнях.

Встановлено, що високий рівень конформізму може впливати на формування міжособистісної адикції. Також, виявлено взаємозв'язок: чим більше у людини буде внутрішнє і зовнішнє прагнення до прийняття групових стандартів і цінностей та схильність до конформізму у цілому, тим більше може проявлятися деструктивна міжособистісна залежність. І навпаки, чим більше людина буде незалежна у своїх вчинках, впевнена у тому, що вона веде себе правильно, тим менше буде проявлятися схильність до даної адикції.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Каменский П. И. Сопряженность специфики межличностной зависимости и субъективного благополучия во взрослости. *Вестн. Костромского гос. ун-та. Сер. Педагогика. Психология. Социокинетика*. 2019. Т. 25. № 2. С. 41-45.
2. Макушина О. П. Методы психологического изучения девиантного поведения: учебное пособие. Воронеж: Изд-во ВГУ, 2006. 80 с.
3. Михайлишин У.Б., Шмідзен І.Ю. Психологічні особливості адиктивної поведінки студентів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. Сєвєродонецьк : Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2018. № 3(47). С. 110-119.
4. Михайлишин У.Б., Шмідзен І.Ю. Теоретичний аналіз проблеми впливу конформізму на виникнення адиктивної поведінки студентів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. Сєвєродонецьк : Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2019. № 1(48). С. 143-149.
5. Розенберг Н.В., Ушкина И.А. Конформизм как социальный феномен *Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки*. 2014. № 3. С. 142-150.
6. Рудакова И. А. Специфика конформизма и его отличия от других явлений социальной действительности. *Электронный научный журнал «Наука. Общество. Государство»*. 2016. Т. 4, № 2 (14) URL: <https://esj.pnzgu.ru/page/25760> (дата звернення: 11.02.2022).

**Міщиха Л. П.**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри загальної та клінічної психології  
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника*

**Коропецька О. М.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології розвитку  
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника*

## **ПРОБЛЕМА СТАРОСТІ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПІДХОДІВ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ**

### **THE PROBLEM OF SUCCESSFUL AGING IN THE CONTEXT OF MODERN PSYCHOLOGICAL APPROACHES: THEORETICAL ANALYSIS**

Стаття присвячена актуальній і важливій проблемі старості, яка тісно переплітається з соціально-демографічною ситуацією у світі, що характеризується різким зростанням чисельності тієї частини людства, що досягла шістьдесятилітнього віку. Розкриваються психофізіологічні та інтелектуальні особливості розвитку людини літнього віку, розвиток її емоційної та мотиваційної сфери на етапі пізнього онтогенезу. У статті розглядаються основні чинники постаріння населення у світі, серед яких виокремлюються зниження народжуваності, з одного боку, та загальне зростання середньої тривалості життя, з іншого, яка в окремих країнах світу, так званих «голубих зонах» досягає 82 і більше років життя. Розкриваються економічні, соціальні, психологічні та інші чинники, що впливають на розвиток суспільства і його благополуччя. Доведено актуальність запропонованої теми та розкриваються основні поняття старіння, висвітлено поняття успішне старіння. У статті проаналізовано досвід проведеного у 80-х роках у США Мак'Артурського дослідження та його значення для вивчення старості та процесів старіння. Завдяки організованому Мак'Артурами дослідженню у геронтопсихології сформувався новий підхід до трактування старості, згідно з яким старість почали вивчати у контексті таких понять як «якість життя», «задоволеність життям», «суб'єктивне благополуччя», які пов'язували не тільки з рівнем здоров'я людей літнього віку (біологічний підхід), але й з численними соціально-психологічними характеристиками, такими як соціальна активність, сенсожиттєві орієнтації, особливості емоційної сфери, адаптивне старіння та ін.

У дослідженні було визначено, що необхідними елементами успішного старіння є висока безпека фізичного здоров'я, когнітивних функцій, а також психологічні та соціальні чинники. До психологічних чинників належать задоволеність життям, конструктивна копінг-поведінка, адекватна самооцінка, відсутність депресивних станів. Із соціальних чинників було відзначено активну залученість до суспільного життя, бажання та здатність до соціальних контактів.

**Ключові слова:** геронтогенез, пізня дорослість, особистість, старість, успішне старіння.

The article is devoted to the topical and important problem of modernity – the problem of old age, which is closely connected with the socio-demographic situation in the world and which is characterized by a sharp increasing in the number of people that has reached the age of sixty. Psychophysiological and intellectual features of the development of the elderly, the development of their emotional and motivational spheres at the stage of late ontogenesis are revealed. The article examines the main factors of population aging in the world, including declining birth rates, on the one hand, and overall growth in life expectancy, on the other, which in some countries, the so-called "blue zones" reaches 82 years or more. Economic, social, psychological and other factors that influence on the development of society and its well-being are revealed. The relevance of the proposed topic is proved and the basic concepts of aging are revealed, the concept of successful aging is highlighted. In the article are analyzed the results of the McArthur study organized in the United States in the 1980s and its significance for the study of old age and the aging process. McArthur's research in gerontopsychology led to a new approach to the interpretation of old age, according to which old age began to be studied in the context of such concepts as "quality of life", "life satisfaction", "subjective well-being", which were associated not only with health of the elderly (biological approach), but also with numerous socio-psychological characteristics, such as social activity, meaningful life orientations, features of the emotional sphere, adaptive aging, etc. The study founded that the necessary elements of successful aging are high security of physical health, cognitive functions, as well as psychological and social factors. Psychological factors include life satisfaction, constructive coping-behavior, adequate self-esteem, lack of depression. Among the social factors, active involvement in public life, desire and ability to social contacts were noted.

**Key words:** gerontogenesis, late adulthood, personality, old age, successful aging.

**Постановка проблеми.** Вивчення особливостей розвитку людини у період пізнього онтогенезу є однією з найактуальніших проблем сучасної української та зарубіжної психології. Інтерес дослідників до проблем старості і старіння детермінований соціально-демографічною ситуацією у світі, що різко змінилася на користь людей літнього віку. За

прогнозами ООН до 2025 року населення у світі зросте у порівнянні з 1950 роком у три рази, тоді як а чисельність людей літнього віку збільшиться у 6 разів, в тому числі чисельність тих, кому за 80 років зросте у 10 разів. Основними чинниками постаріння населення є зниження народжуваності у світі, з одного боку, та загальне зростання середньої три-

валості життя, з іншого, яка в окремих розвинених країнах світу досягає 82 років і більше [1].

Україна входить до 30 «найстаріших» країн світу: кожний п'ятий у нашій державі сьогодні належить до групи тих, кому за 60 років. Згідно з національним демографічним прогнозом на період до 2025 року частка осіб віком від 60 років в Україні становитиме 25%, а у 2030 році – понад 26%.

За класифікацією Всесвітньої організації охорони здоров'я, до категорії людей літнього віку належать особи, що старші за 60 років. Найбільш складною і нагальною проблемою, у даній ситуації є проблема пенсійного забезпечення і соціальної підтримки людей у період старості, оскільки зростає чисельність непрацюючої частини населення, тоді як чисельність тих, хто працює і поповнює бюджет держави різко зменшується. Навіть економічно розвинені держави припускають, що справитися із цією проблемою їм буде досить складно. Стюарт Гамільтон називає її "демографічною бомбою вповільненої дії" [1, с.17]. У зв'язку з цим, у багатьох державах переглядаються межі пенсійного віку. Наприклад, у Великобританії після 2010 року пенсійний вік для жінок збільшився до 65 років, а в Україні, починаючи з 2012 протягом десяти років, пенсійний вік зростав щороку на шість місяців і у нинішньому, 2022 році, він досягнув необхідної межі – 60 років для жінок і 65 років – для чоловіків.

Отже, старіння населення – проблема не тільки демографічна, а й економічна, соціальна, медична, психологічна тощо. Сьогодні проводяться численні наукові розвідки з метою вивчення особливостей розвитку людей у період геронтогенезу та реалізації їх потреб на етапі старіння. Геронтологи та геронтопсихологи зазначають, що люди третього віку не є однорідною групою, що фізіологічні та психологічні особливості людей у період геронтогенезу суттєво змінюються протягом кожних п'яти років. Так, люди у віці від 60 до 65 років за станом психічного і фізіологічного здоров'я, за мотивами та потребами сильно різняться від осіб, що перебувають у віці від 65 до 70 років; а потреби осіб 70-75-літнього віку відрізняються від потреб людей 75-80 років.

Сьогодні ретельно вивчаються особистісні особливості людей літнього віку, біологічні, психологічні, соціальні, економічні та ін. особливості процесу старіння. Інтерес до проблеми старіння викликаний багатьма чинниками, серед яких проблеми передчасного старіння, проблеми довголіття, поняття успішного старіння, проблеми навчання літніх людей тощо. Хоча проблеми вікових змін у старості та їх вплив на життєдіяльність людини в заключний період життя науковці почали вивчати ще в далекі античні часи, виокремлення геронтопсихології в самостійну науку відбулося лише сто років тому (у 1922 році, коли вийшла монографія Стенлі Холла «Старіння»). Однак психологи на той час проявляли більший інтерес до проблем розвитку в період дитинства та юності, тоді як систематичні наукові розвідки щодо вивчення особливостей людини у старості розпочалися лише у 60-х роках

XX століття. У цей період видаються перші підручники з геронтопсихології, зокрема підручник з психології старіння людини Д.Б. Бромлі (The psychology of human aging, 1966), довідник з психології старіння Дж.Біррена (A Handbook of Psychology of Aging, 1977). На початку XXI століття вийшла праця англійського психолога Я. Стюарта-Гамільтона «Психологія старіння», в якій дано аналіз найновіших концепцій та проблем у сфері психології старіння. Водночас, на загальному тлі постаріння населення, розуміння старості як феномену психологічного віку у науковому дискурсі тільки починає розроблятися.

**Метою дослідження** є здійснення теоретичного аналізу основних поглядів на проблему старіння, висвітлення підходів до розуміння поняття старіння, розкриття поняття «успішне старіння».

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Не зважаючи на те, що інтерес до психології старості і старіння зріс у зв'язку із постарінням населення та у зв'язку з цим, з необхідністю реабілітації численної кількості людей третього віку, важливим аспектом геронтопсихологічних досліджень стала проблема якості старіння та розкриття поняття «успішне старіння».

У працях багатьох зарубіжних і вітчизняних психологів (М.Д. Александрова, Б.Г. Ананьєв, Л.І. Анциферова, Е. Еріксон, М. В. Єрмолаєва, О. Г. Коваленко, Л. П. Мішхиха, К. Юнг, J. Birren, D.B. Bromley, S. Hall, R.L. Kahn, J.W. Rowe, K. Schaie, E. Whitley та ін.) пізній онтогенез розглядається не тільки як період зниження працездатності організму людини, ослаблення здоров'я, занепаду фізичних сил, але водночас і як період психічних змін та адаптації до нових умов життя.

Дослідники Whitney L. Carlson, Thuan D. Ong, H. Laseulle і J. Vaars розробили теорію культурно-обумовленого сенсу життя людей літнього і поважного віку, згідно з якою людина в період старості перебуває під впливом культурних наративів, які великою мірою визначають її уявлення про своє життя в старості і, відповідно, під їх впливом вона сама вибудовує траєкторію свого життя у період старіння.

H. Laseulle і J. Vaars зазначають, що уявлення про старість в більшості випадків принизливі і формуються під впливом стереотипів, згідно з якими старість сприймається як період занепаду і згасання. Автори вводять поняття «контрресурс» особистості для позначення потенційних можливостей старіючої людини. H. Laseulle і J. Vaars, на противагу існуючим стереотипним уявленням про старість, що сформувалися у різних культурах, прогиставляють живі людські контрресурси, що мають бути спрямовані на відновлення авторитету літньої людини, яка володіє багатим життєвим досвідом і намагається пізнати екзистенційну сутність свого буття [6].

J. Marnin, P.D. Heisel і С. Psych відзначають, що саме усвідомлення літньою людиною своєї значущості в житті та осмисленість життя позитивно впливають як на самооцінку літніми людьми свого фізичного стану, так і на їх психічне самопочуття.

Сенс життя у літньому віці забезпечує наявність життєвого оптимізму та почуття благополуччя, що проживає людина у період старості, які тісно пов'язані з моральними ідеалами та цінностями, сформованими людиною протягом усього життєвого шляху.

**Виклад основного матеріалу.** Хронологічно неможливо виокремити межі, що відділяють старість від зрілого віку через величезні індивідуальні відмінності, що з'являються з появою видимих ознак старіння людини. Ці ознаки проявляються у поступовому зниженні функціональних можливостей організму. Стенлі Холл писав, що знайомство зі старістю є довгим, складним і болісним процесом, коли з кожним новим десятиліттям все більше стискається «кілеце Великої втоми», обмежуючи інтенсивність та тривалість нашої діяльності.

Інволюційні ознаки виявляються не тільки в зовнішньому вигляді старої людини, зменшенні її життєвої активності, обмеженні фізичних можливостей. Старість може наблизитися до людини через фізіологічне ослаблення організму і зниження сили і рухливості психічних процесів. Однак, відсутні чітко сформульовані психологічні критерії завершення періоду зрілості і переходу до старості [3].

Оскільки геронтопсихологія сформувалася і довгий час розвивалася у тісному взаємозв'язку з медициною, на розуміння процесу старіння у період геронтогенезу вплив мали саме результати природничих досліджень, що зосереджені на описі характерних для старості відхилень та хворіб і не враховували інших аспектів старіння. Цей підхід призвів до закріплення у суспільній свідомості уявлень про старість як період слабкості, безпорадності, розчарувань. Проте у західних країнах, зокрема у США, Німеччині та ін. у 1970-х р.р. намітилася поява нового ракурсу трактування старості, як періоду життя, який може бути таким же емоційно насиченим і плідним, як і попередні життєві етапи.

Передумовами для виділення двох форм старіння слугувати і лінгвістичні особливості англійської мови, в якій існує два терміни для позначення старості: «aging» (закономірний фізіологічний перебіг старості) та «senescence» (патологічний характер перебігу старості). В українській мові і «aging», і «senescence» позначаються одним словом – "старіння".

Основою для запровадження та розробки нового напрямку в геронтопсихології – "успішного", "благополучного" старіння – стало дослідження, організоване Фондом Джона Д. та Кетрін Т. Мак'Артурів у 80-ті р. ХХ ст.

У 1984 р. Фонд Мак'Артурів зібрав групу вчених різних спеціальностей, які були фахівцями з проблем старіння для розробки концептуальних засад «нової геронтології». Міждисциплінарна група включала 16 вчених різних спеціальностей: біологів, нейробіологів, нейропсихологів, епідеміологів, соціологів, генетиків, психологів, неврологів, фізіологів та геріатрів. Макартурське дослідження складалося з кількох десятків окремих проектів. Основний задум дослідження полягав у тому, щоб вийти за рамки обмеже-

ного біологічного погляду на процес старіння та виявити чинники (генетичні, біомедичні, поведінкові, соціальні), що відповідають за збереження і навіть підвищення здатності людей повноцінно функціонувати в пізньому віці, узагальнити знання, необхідні для поліпшення фізичних та розумових здібностей літніх людей, і виробити рекомендації для закладів соціальної політики та окремих громадян.

Були організовані дослідні проекти кількох видів, серед яких:

- лонгітюдне вивчення (протягом 8 років) понад 1000 високоефективних людей похилого віку, щоб визначити чинники, які передбачають успішне фізичне та психічне старіння;
- поглиблене дослідження сотень пар шведських близнюків з метою визначення впливу генетичного і середовищного чинника на старіння;
- анкетування людей похилого віку;
- дослідження старіння мозку у людей та тварин.

Протягом десяти років група вчених зустрічалася з інтервалом у 2-3 місяці, щоб продовжувати концептуальні та методологічні обговорення, отримувати оновлення за окремими дослідницькими проектами та аналізувати дані різних досліджень.

Результати наукового дослідження були висвітлені Д. Роуї та Р. Каном у їх праці "Успішне старіння – вперед до "нової геронтології" (1998), в якій автори не тільки узагальнили отриманий досвід, але й намітили новий вектор досліджень у геронтопсихології, змінивши цілком уявлення про старість та образ людини третього віку. Завдяки проведеному дослідженню у геронтопсихології сформувався новий підхід до трактування старості, згідно з яким старість почали вивчати у контексті таких понять як «якість життя», «задоволеність життям», «суб'єктивне благополуччя», які пов'язували не тільки з рівнем здоров'я людей літнього віку, але й з численними соціально-психологічними характеристиками, такими як соціальна активність, сенсожиттєві орієнтації, особливості емоційної сфери, адаптивне старіння та ін. [3]; [4]; [7].

Д. Роуї та Р. Кан, виділивши дві форми старіння: звичайну і успішну, уточнюють, що при аналізі старіння важливо розуміти межу між ними.

«Звичайне старіння» характеризується наявністю нормального зниження фізичних, когнітивних, соціальних функцій з віком. При «успішному старінні» функціональні втрати зведені до мінімуму (тобто спостерігається слабка чи повна відсутність погіршення зазначених функцій) [7].

При «успішному старінні» першочергового значення набуває проблема якості життя літніх людей, зокрема мається на увазі фізичний стан літньої людини, її інтелектуальний розвиток, умови та чинники, що забезпечують збереження здоров'я та провадження активного способу життя, збереження працездатності, можливості спілкування, залучення до суспільної громадсько-корисної роботи літніх людей.

Акцентуючи увагу на позитивних аспектах старіння, Д. Роуї та Р. Кан представили спростування



наступних шести, укорінених у суспільній свідомості, міфів про третій вік:

**Міф 1** – бути старим, означає бути хворим. Згідно з даними Мак'Артурського дослідження тривалість життя продовжується завдяки досягненням науково-технічного прогресу і медицини, які сприяють скороченню середньої кількості хронічних коморбідних хвороб, що погіршують стан здоров'я літніх людей, понижують якість їх життя, наближають літню людину до його завершення.

**Міф 2** – неможливо літню людину навчити чомусь новому через значне вікове зниження інтелекту та втрату навичок. Згідно з висновками проведеного дослідження збереження інтелектуального рівня в старості досягається завдяки: регулярній фізичній активності, соціальній системі підтримки, вірі у свою здатність впоратися із життєвими викликами.

Дослідження також продемонструвало чудову та стійку здатність мозку у літньому віці до встановлення нових зв'язків, засвоєння нових знань та нових навичок. Проте умови успішного навчання мають свою специфіку: навчання у літньому віці вимагає дати можливість «літньому учневі» працювати у своєму темпі та під час навчання уникати напруги, пов'язаної з порівнянням результатів навчання літньої людини із досягненнями молодших колег.

У сучасному світі зросла потреба в навчанні і перенавчанні, що триває протягом життя, однак деякі види навчання (особливо ті, які вимагають перцептивної швидкості, фізичної координації та сили) дійсно, стають більш важкими для літньої людини і неможливими в глибокій старості.

**Міф 3.** Змінювати що-небудь в житті старих людей не має сенсу, тому що вже надто пізно щось виправляти. Йдеться про шкідливі звички (зловживання алкоголем або калорійною їжею, пасивний спосіб життя та відсутність активних занять спортом), які протягом десятиліть руйнували здоров'я, тому відновити втрачені функції неможливо.

Дослідження фонду Мак'Артурів довело, що майже ніколи не пізно засвоїти здорові звички (відмова від паління, розумна дієта, фізичні вправи та ін.), ніколи не пізно змінити стиль життя і отримати «вигоду» від подібних змін. Наводяться докази того, що відмова від паління призводить до суттєвих позитивних змін у серцево-судинній, дихальній системах. Це ж стосується нормалізації ваги, контролю кров'яного тиску, збільшення фізичного навантаження.

**Міф 4.** Старіння є повністю детерміноване генетичними чинниками. Люди зазвичай вважають, що гени (або спадковість) визначають спосіб старіння, а генетична схильність еквівалентна генетичному «диктату» життя. Проте близнюкові дослідження показують суттєвий внесок інших чинників у визначенні тривалості життя. Дослідження фонду Мак'Артурів показало, що довкілля та спосіб життя – більш значущий фактор старіння, ніж спадковість. За рідкісними винятками, спадково визначено приблизно 30% фізичного старіння. Додаткові

дослідження шведських близнюків у віці старших за 80 років продемонстрували, що лише близько 50% змін розумової функції у процесі старіння генетично обумовлені.

**Міф 5.** Погіршення всіх розумових функцій є неминучим. Ідеться про зниження фізичних та розумових здібностей у період старіння, і, особливо, натякається на асексуальність літніх людей, їх незацікавленість у сексі та нездатність до нього. Статева активність справді має тенденцію зменшуватися у старості. Проте є величезні індивідуальні розбіжності в інтимній сфері. Ці відмінності визначено частково культурними нормами, рівнем здоров'я, а також наявністю сексуальних партнерів або романтичних стосунків.

**Міф 6.** Літні люди не приносять користь суспільству. Широко поширена думка, що літні люди є тягарем для суспільства. Однак, загальновідомо, що дуже багато людей літнього віку після виходу на пенсію залишаються працездатними і бажають продовжувати працювати, проте їх змушують піти з робочого місця. У ряді випадків люди похилого віку хотіли б залишатися працюючими, але змінити трудовий розпорядок (тобто працювати менше годин, більш гнучко планувати навантаження), але вони зустрічаються з неготовністю роботодавця враховувати їхні потреби. Крім того майже всі літні люди надають необхідну допомогу членам своєї сім'ї, друзям, сусідам, але ця допомога неоплачувана, тому не ціниться, хоча від цього є не менш затребуваною.

Як бачимо, міфи про старіння абсолютизують негативні сторони старіння: люди старшого віку розглядаються як хворі, слабкі, безсилі, безстатеві, пасивні, самотні, незадоволені, нездатні вчитися, які є тягарем для суспільства. Послідовно спростовуючи ці міфи, Д. Роуї та Р. Кан доводять, що літній вік може бути так само продуктивним, повним сенсу та емоційної задоволеності, як й інші етапи життєвого шляху людини [7].

Комплексний аналіз основних складових успішного старіння було проведено американськими і британськими вченими С. Демпом, Д. Джестом, А. Боулінгом. Аналіз показав, що більшість учених, які розробляли цей концепт, відзначають необхідними елементами успішного старіння високу безпеку фізичного здоров'я, когнітивних функцій, а також різні психологічні та соціальні чинники. До психологічних чинників вони відносять, насамперед, задоволеність життям, конструктивну копінг-поведінку, адекватну самооцінку, а також відсутність депресивних станів. Із соціальних чинників відзначають активну залученість до суспільного життя, бажання та здатність до соціальних контактів [5].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Як заключний період життя, період старості відіграє особливу роль у системі життєвого циклу людини і розглядається сьогодні як складне біопсихосоціальне явище. Як біологічний феномен, старість пов'язана із ослабленням організму, зростанням його уразливості та збільшенням ймовірності

смерті. Психологічний рівень передбачає усвідомлення людиною змін та більш-менш успішне пристосування до цих змін. Як соціальне явище, старість, зазвичай, асоціюється з виходом на пенсію, із зниженням соціального статусу, з втратою важливих соціальних ролей та звуженням соціального простору [2].

Отже, з викладеного вище можна зробити висновок, що є кілька точок зору на старість і процеси старіння. Згідно з першою точкою зору, дослідники вважають нормальним факт, що у старості відбувається природне і обов'язкове зниження сили, обмеження фізичних можливостей. Ці інволюційні процеси стосуються і психічної діяльності, що виражається в різноманітних психічних станах, однак які не супроводжуються слабоумством. Прояви фізичного занепаду знаходять своє вираження в обмеженні кола інтересів, пасивності, психічній млявості. Психічна слабкість, зниження сили і рухливості психічних процесів у старості знаходяться у тісному зв'язку з показником фізичного здоров'я. Зміцнення фізичного здоров'я, лікування від соматичних хвороб, дотримання дієти ведуть до пожвавлення психічного життя у старості.

Згідно з другою точкою зору старості притаманні як негативні, так і позитивні риси. Характеризуючи психічне старіння, необхідно враховувати деякі позитивні зрушення, які є компенсаторними або пристосувальними в нових умовах життя. Так, одночасно зі зниженням рівня психічної діяльності відзначаються якісні зміни, що сприяють подоланню і врівноваженню цього зниження, досягнення структурної єдності дефіцитарних ознак старіння з позитивними або компенсаторними. Це свідчить про можливість у старості адаптуватися до нових умов життя. При вивченні здібностей у старих людей у віці від 60 до 93 років встановлено, що вони використовують структуру свого досвіду, черпаючи з нього елементи для утримання наявних знань на належному рівні і для переробки їх в нові знання. Старі люди можуть в значній мірі розвивати свій творчий хист і навіть виявляти нові здібності.

Фундаментальні дослідження вітчизняних і зарубіжних вчених свідчать, що досягнення сучасної геронтопсихології дозволяють вести мову про управління процесами старіння і значне розширення періоду повноцінної, трудової активності людини і відповідно скорочення частки років старечої немочі.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДжЕРЕЛ:

1. Стюарт-Гамільтон Я. Психология старения. 4-е изд. СПб.: Питер, 2010. 320 с.: ил. (Серия «Мастера ПСИХОЛОГИИ).
2. Olesya Koropetska Social Exclusion of Seniors as Psychological Problem: Theoretical Aspect [Електронний ресурс] <https://socionulp.wixsite.com/srnulp/psc-proceedings>
3. Міщиха Л.П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості: монографія. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2014. 400 с.
4. Baltes P.B., Baltes M.M. Successful aging: perspectives from the behavioral sciences (1993) N.Y.: Cambridge University Press. 416 p.
5. Bowling A. Aspirations for older age in the 21<sup>st</sup> century: What is successful aging // Int J Aging Hum Dev. 2007. Vol. 64. P. 263–297.
6. Laceulle H., Baars J. Self-realization and cultural narratives about later life // Journal of Aging Studies. 2014. Vol. 31. P. 34–44. doi:10.1016/j.jaging.2014.08.005
7. Rowe J.W., Kahn R.L. Successful Aging. (1998) New York: Random House, Pantheon Books, 265 p.

Столярчук О. А.

*доктор психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

## НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН УКРАЇНСЬКИХ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

### LEARNING AND PSYCHOLOGICAL AND EMOTIONAL STATE OF THE UKRAINIAN ADOLESCENTS IN THE CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE

У статті розкрито й проаналізовано результати дослідження учіння та психоемоційного стану українських підлітків в умовах війни. У дослідженні, реалізованому у квітні поточного 2022 року за допомогою анкетування, взяли участь 519 українських підлітків, з них 64,7% – дівчат і 35,3% – хлопців. На момент проходження анкетування 61,8% опитаних підлітків знаходились на території України, а 38,2% перебували закордоном.

Аналіз результатів анкетування засвідчив появу нового мотиву навчання підлітків – сприймання учіння як власного освітнього фронту та патріотичне налаштування на внесок у перемогу над російськими окупантами. Цей мотив є більш характерним для тих респондентів, які перебувають в Україні. Відстежено домінування втоми як полідетермінованого феномену, що супроводжує навчання більшості підлітків. Встановлено, що внутрішні та зовнішні переміщення підлітків внаслідок повномасштабної російської агресії не корелюють з негативним емоційним супроводом навчання чи відчуттям його ускладнення. Виявлено, що більшість опитаних дещо негативно сприймає перехід на дистанційне навчання під час війни через обмеження комунікації, перенасиченість інформаційним потоком, водночас підлітки вбачають і певні переваги такого формату освітнього процесу в умовах воєнного стану.

Підтверджено, що повномасштабне російське вторгнення стало потужним викликом для психологічного благополуччя українських підлітків. Встановлено, що групу ризику щодо адаптаційних порушень становлять ті підлітки, що перебували/перебувають у зоні бойових дій чи окупації. Однак ті опитані, які знаходяться у відносно безпечних умовах на території України, все одно демонструють значні стресові реакції, їхня резильєнтність балансує в межах пригнічення чи збільшення, частина підлітків переживає почуття безсилля на тлі хронічної втоми.

**Ключові слова:** підлітки, учіння підлітків, мотиви навчання, дистанційне навчання, резильєнтність, адаптація.

The results of studying the educational activity and psychological and emotional state of the Ukrainian adolescents during the war were shown and analyzed in the given article.

The survey, conducted in April 2022 by means of a questionnaire, involved 519 Ukrainian adolescents, of whom 64.7% were girls and 35.3% were boys. At the time when the survey was conducted, 61.8% of surveyed teenagers were in Ukraine, and 38.2% were abroad.

The analysis of the survey results showed the emergence of a new motive for adolescents' willingness to learn – the perception of learning as their own educational front and a patriotic attitude to contribute to the victory over the Russian occupiers. This motive is more relevant among those respondents who stayed in Ukraine. The predominance of fatigue as a polydeterministic phenomenon that accompanies the learning of most adolescents has been detected. It has been established that the internal and external displacements of adolescents due to full-scale Russian aggression do not correlate with negative emotional support of learning or the feeling of its worsening. It was found that the majority of respondents have a somewhat negative perception of the transition to distance learning during the war due to limited communication, information overload, while teenagers see their advantages in such a format of educational process amid the effective martial law.

It has been confirmed that a full-scale Russian invasion has become a powerful challenge to the psychological well-being of the Ukrainian adolescents. Adolescents who have been or are in a zone of hostilities or occupation are found to be at risk for adaptation disorders. However, those respondents who are in relatively safe areas in Ukraine still show significant stress reactions, their resilience balances within the limits of depression or uprisal, and some adolescents experience feelings of helplessness against the backdrop of chronic fatigue.

**Key words:** adolescents, adolescents' learning, learning motivation, distance learning, resilience, adaptation.

Зважаючи на розгортання 24 лютого поточного року повномасштабної війни росії проти України, перед вітчизняною психологічною наукою постали нові актуальні науково-прикладні виклики, спрямовані на розроблення і реалізацію заходів зі збереження та відновлення психологічного здоров'я представників різних вікових періодів. У групу ризику, сенситивну до адаптаційних порушень психофізіологічного функціонування, потрапили підлітки, позаяк до традиційних ознак суперечливості та нерівномірності формування їх особистості додалися зовнішні загрози життєдіяльності. Відповідно,

актуальним вектором наших наукових розвідок постало завдання – визначити зміни психоемоційного стану підлітків та їхнього учіння в умовах війни для подальшого вироблення превентивних і коригувальних заходів щодо адаптаційних порушень і розладів.

Хоча учіння втрачає свою провідну значущість для психічного розвитку підлітків, поступаючись довірливому спілкуванню з ровесниками, однак все одно залишається провідним чинником розвитку їх інтелекту та платформою для реалізації комунікативної функції. Беззаперечним для

вітчизняної психологічної думки є факт полімотивованості навчання учнів основної школи та деякого послаблення чи принаймні переорієнтації їхньої навчальної мотивації на початку підліткового періоду [2, с. 188].

*Змістовний аналіз специфіки формування мотиваційної сфери навчання підлітків здійснено вітчизняною дослідницею Тетяною Чаусовою. Як слушно зазначає вищезгадана психологиня, ураховуючи, що переважними потребами підліткового віку є потреба в спілкуванні з однолітками, в самоствердженні, в намаганні бути і вважатися дорослим, в ієрархії мотивів навчання учнів-підлітків провідне місце посідають саме соціальні мотиви [3, с. 127]. Перегукється з цією думкою й висновок дослідниці Наталії Бочаріної, що домінуючим мотивом навчання підлітків виявлено позиційний, тобто успіхи в навчанні розглядаються як засіб отримання високого статусу у референтній групі [1, с. 24].*

Проблема життєстійкості, яка наразі залишається у фокусі досліджень світової психологічної науки, набула особливої актуальності у зв'язку з викликами та загрозами війни України з росією. У закордонних дослідженнях більш вживаним є поняття резильєнтності, яке загалом тлумачиться як спроможність протистояти загрозам та/або швидко відновлюватись [4, с. 2707]. Процес дорослішання охоплює й формування життєстійкості особистості, а відтак підлітковий вік є як підґрунтям, так і полігоном для випробування резильєнтності. Як наголошують науковці N. Khanlou, R. Wray, резильєнтність є сприятливим компонентом для збереження психологічного благополуччя підлітків, а також постає захисним механізмом від непередбачуваних загроз благополуччю протягом усього життя [6, с. 64]. Також важливо враховувати використання підлітками активів і ресурсів для позитивного подолання негараздів, що відображає процесуальні характеристики резильєнтності [7, с. 36].

За даними досліджень, діти і підлітки мають величезний потенціал життєстійкості, що дозволяє їм вирости та стати повноцінними особистостями всупереч отриманим під час війни психологічним травмам. В якості ресурсів резильєнтності постають ефективні стратегії подолання труднощів, позитивна

система переконань, здорові сімейні стосунки та дружба [5].

*Метою статті є виклад і аналіз результатів дослідження локальних психологічних особливостей вітчизняних підлітків, зокрема їхньої учбової діяльності та змін життєстійкості в умовах воєнного стану.*

У нашому дослідженні, реалізованому у квітні поточного 2022 року за допомогою анкети у Google-формі, взяли участь 519 українських підлітків, з них 64,7% – дівчата та 35,3% – хлопці. На момент проходження анкетування 61,8% опитаних нами підлітків знаходились на території України, а 38,2% перебували закордоном. Вік респондентів знаходиться в діапазоні від 10 до 16 років (середній вік – 13 років).

Розподіл підлітків за віком відображений у діаграмі на рисунку 1.

Як бачимо, опитуванням охоплено представників як молодшого, так і старшого підліткового віку. У дослідженні використано напіввідкриту анкету з пропонуваними варіантами відповідей і можливістю власної відповіді респондента. Всі респонденти та їхні батьки були поінформовані про мету дослідження, анонімність відповідей і висловили добровільну згоду на участь у ньому. Математична обробка даних анкетування реалізована засобом програмного пакету SPSS (версія 26.0) шляхом підрахунку середніх і відсоткових значень діагностичних даних. При аналізі результатів також було застосовано метод ранжування. Оскільки у нашому дослідженні ми розглядаємо підлітків в двох ракурсах – по-перше, як суб'єктів навчальної діяльності та, по-друге, як потенційних суб'єктів кризових переживань, спровокованих війною, то реалізовано два тематичних вектори: з'ясування змін навчальної діяльності учнів основної школи (мотивації, ставлення, емоційного супроводу, реакції на перехід до дистанційного формату навчання), а також виявлення змін резильєнтності респондентів. Ці вектори представлені відповідними блоками анкетування.

Перший блок містив такі напіввідкриті запитання:

- Ти навчаєшся у школі, тому що...
- Чи змінилось твоє ставлення до навчання під час війни?

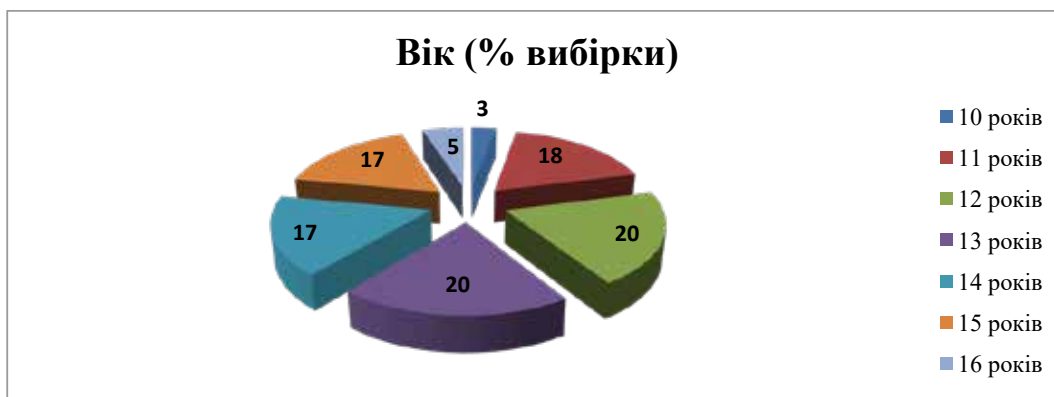


Рис. 1. Розподіл респондентів за віком

- Які емоції ти найчастіше відчуваєш під час навчання?
- Як ти реагуєш на дистанційне навчання?

Процедура анкетування передбачала з'ясування провідних мотивів навчання, дієвих для опитуваних під час війни України з росією. Аналіз результатів (табл. 1) засвідчив переважання професійно орієнтованих (перша та друга позиції рейтингу), а також значущість навчання для особистісного розвитку (третя позиція). Значна частина підлітків традиційно розглядає навчання як полігон для спілкування з однолітками в межах провідної діяльності (четверта позиція рейтингу). Доволі популярними виявлено прагматичні мотиви, на кшталт амбітного прагнення заробляти високі бали. Патріотично спрямований мотив сприймання навчання як власного освітнього фронту зайняв посередню шосту позицію рейтингу. Менш дієвими виявлено зовнішні стимули від дорослих (десята, одинадцята та дванадцята позиції рейтингу).

У варіантах відповіді, сформульованих самими підлітками щодо причин їхнього навчання фігурують виразники як внутрішньої мотивації – свідомого ставлення до навчання («Школа – це соціальний інструмент, який вчить бути людьми», «Це мій обов'язок, так треба»), так і домінування спонук зовнішнього походження («Щоб не сварили батьки», «Щоб хвалили батьки» тощо). З огляду на вище вказане можемо зробити висновок, що розгортання війни посилює перспективний вектор навчання підлітків, оскільки домінуючими виявлено професійно орієнтовані учбові мотиви й прагнення до інтелектуального розвитку.

У наступному питанні ми з'ясовували бачення респондентами змін їхнього ставлення до навчання у зв'язку з повномасштабною російською військовою агресією. Майже половина опитаних (45,5%), переважно тих, що перебував в Україні, визнали, що навчатись їм стало складніше. Встановлено, що 12,9% підлітків не зафіксували у себе змін у ставленні до навчання. Вибірка респондентів, які вказали на посилення бажання навчатись, є доволі великою, охопивши 41,6% опитаних школярів основної школи.

Зважаючи на значний відсоток підлітків, які зафіксували ускладнення процесу власного навчання, доречно було виявити емоційний супровід цього процесу, результати ранжування якого відображені у таблиці 2. Обробка відповідей підлітків засвідчила, що найбільш розповсюдженим станом є переживання втоми, яка, очевидно, зумовлена комплексом чинників – загрозами життєдіяльності, ситуацію пролонгованої невизначеності, вимушеною зміною проживання та адаптаційними процесами, завершенням навчального року тощо. Однак показовою вбачаємо ситуацію конкурування інтересу (друга позиція рейтингу) та нудьги (третя позиція), захоплення (четверта позиція) і байдужості (п'ята позиція рейтингу), тривоги (шоста позиція) і радості (сьома). Ця тенденція виразно підтверджує збереження чи й навіть посилення в умовах воєнного стану традиційних для підліткового віку емоційних коливань, «гойдалок» у ставленні до себе та оточуючої дійсності.

Таблиця 2

**Типовий емоційний супровід навчання підлітків**

Емоції	Вибір респондентів* (%)	Рейтингова позиція
Радість	21,2	7
Інтерес	58,6	2
Захоплення	36,6	5
Байдужість	41,6	4
Сум	20	8
Злість	17,9	9
Тривога	22,5	6
Провина	6,7	10
Втома	61,1	1
Нудьга	51,3	3

\* питання передбачало можливість одночасного вибору кількох варіантів відповіді

Зауважимо, що підлітки, які емігрували за кордон, теж часто переживають втоми, але менше – тривогу, злість і провину щодо навчання. Саме представниця цієї частини вибірки зазначила, що переживає «... радісне хвилювання, не знаю, як описати, але відчу-

Таблиця 1

**Розподіл мотивів навчання підлітків**

Мотиви навчання	Вибір респондентів* (%)	Рейтингова позиція
Звичка навчатись	24,5	7
Інтерес до навчальних предметів	27,4	8
Прагнення бути розумним і культурним	49,5	3
Подобається заробляти високі бали	35,5	5
Примушення батьків	20,6	10
Небажання бути гіршим за однокласників	22,7	9
Очікування винагороди від батьків	7,9	12
Шлях до опанування професії мрії	58	1
Засіб вступу до університету у майбутньому	55,7	2
Подобається похвала вчителів	13,7	11
Навчання – це внесок у перемогу України	26	6
Інтерес до спілкування з однолітками	39,6	4

\* питання передбачало можливість одночасного вибору кількох варіантів відповіді

ваю себе дуже радісно і натхненно від усвідомлення того, що сьогодні я знаю трохи більше, ніж вчора, і зможу це використовувати у довгостроковій перспективі».

Пригадаємо, що початок другого півріччя навчання у більшості українських шкіл мав очний формат. Відновлення освітнього процесу у школах в умовах воєнного стану відбулось вже в дистанційному форматі. Відповідно, зміна цього формату, спровокована кризовими подіями, позначилась на ефективності учіння підлітків. Однак їхнє суб'єктивне сприймання переходу на дистанційне навчання виявилось, за даними нашого анкетування, варіативним. Так, 24,7% підлітків (потенційна група ризику щодо адаптаційних порушень і розладів) визнали, що навчатись удома їм важче. Натомість, 25 % респондентів вельми задоволені навчанням удома. Частина вибірки (27,6%) підлітків наголошують, що дистанційно навчатись їм сумно, бо не бачаться з однокласниками. Для цих респондентів шкільне навчання є платформою для реалізації провідної діяльності віку – спілкування з однолітками. І 16,2% опитаних засвідчили розвинені адаптивні можливості чи ж захисну реакцію, обравши варіант відповіді «мені загалом байдуже».

Визначаючи переваги дистанційного навчання, підлітки згадували про наявність більшого часу для власних справ (хобі, самоосвіта, спілкування), комфортніші умови навчання, менше тривоги. Серед сформульованих респондентами недоліків переходу на дистанційний формат навчання згадано дефіцит безпосереднього контакту з вчителями та однокласниками, складність самоорганізації, посилений батьківський контроль, перенасиченість інформаційним потоком.

Другий блок анкетування розкривав усвідомлення опитаними підлітками змін їхньої резильєнтності в умовах розгортання повномасштабної російської агресії. Цей блок охоплював такі напіввідкриті запитання анкети:

- Чи можна сказати, що ти пристосувався до змін, пов'язаних з війною в Україні?
- Чи траплялись останнім часом випадки, коли ти втрачав здатність зосереджуватись і ясно мислити через війну?

- Чи відчув ти під час війни, що необхідність протистояти стресу зробила тебе сильнішим?
- Які способи підтримки хорошого настрою тобі зараз допомагають?

Обробка відповідей на питання щодо пристосування до змін, пов'язаних з війною в Україні, виявила сприятливу тенденцію успішної адаптації більшості підлітків (55,7%), що показано на рис. 2. Зазначимо, що у цій групі знаходяться майже всі опитані, що на момент анкетування перебували закордоном.

Окрема частина таких підлітків, яка налічує 1,5%, підкреслила відсутність потреби в адаптації саме через проживання за межами України. Майже третина респондентів вказали на перебування у процесі адаптації. Заслуговує на увагу значний обсяг підлітків, які фіксували неспроможність пристосуватись до війни України з росією. Саме ці підлітки є групою ризику щодо адаптаційних порушень і розладів і потребують адресної психологічної діагностики.

Наступним кроком анкетування постало з'ясування можливих порушень стресостійкості на інтелектуальному рівні. Важливо, що четверта частина опитаних (25,2%), а їх здебільшого представляють підлітки, що перебувають на території України, визнали часті прояви таких порушень. Майже половина вибірки, а саме 48,2% підлітків, фіксували епізодичні прояви втрати здатності зосереджуватись і ясно мислити через війну. Водночас 26,2% респондентів, переважно тих, хто мігрував закордон, наголошували на відсутності порушень стресостійкості на інтелектуальному рівні.

Зважаючи на розвинені у підлітковому віці процеси самоусвідомлення, ми сформулювали цільове запитання на розуміння респондентами змін власної резильєнтності в умовах воєнного стану в Україні. Більше 40% опитаних, що відображає переважаючу тенденцію (рис. 3), обирали варіант відповіді «іноді проявляється сила духу, але відчувається і тривога, страх».

Водночас 35,5% підлітків (здебільшого тих, хто на момент опитування перебував в Україні) засвідчили зростання власної резильєнтності, вважаючи, що необхідність протистояти стресу зробила їх сильнішими. Очевидно, потребують адресної психоло-



Рис. 2. Самооцінка ступеня пристосування підлітків до змін, пов'язаних з війною в Україні

гічної підтримки ті опитані, які часто переживають безсилля. Війна похитнула ресурси резильєнтності цих підлітків, їх кількість сягнула у нашому дослідженні 16,7%.

На відсутності стресу і, як наслідок, збереженні попереднього рівня резильєнтності наголосило близько 4% респондентів, що на момент опитування перебували за кордоном. Треба віддати належне та подякувати гостинності жителів дружніх країн, які прихистили наших співвітчизників і створили умови, що забезпечують збереження психологічного благополуччя опитаних нами підлітків. Навіть вимушена міграція та зміна умов проживання не спровокували зниження стресостійкості цих респондентів.

Зазначимо, що у частини підлітків активізувались реакції психологічного захисту. Про це свідчать такі варіанти відповіді: «Я стараюсь ніколи не проявляти емоції, тому ні сильнішим, ні слабшим я вже не стану». Дехто з опитаних цинічно зазначав, що «... байдуже, нема стресу, бо я не в Україні».

При з'ясуванні нами дієвих способів підтримки хорошого настрою рейтинг очолило спілкування з однолітками, що відображає традиційні для підліткового віку привабливість і значущість провідної діяльності (табл. 3). Другу позицію рейтингу зайняли різноманітні хобі, їх привабливість лише зміцніла в умовах воєнного стану. Також розвивально-релаксаційну функцію для інтелекту й емоційної сфери підлітків відіграє перегляд ними Інтернет-ресурсів (третя позиція рейтингу). На тлі традиційних підліт-

кових реакцій емансипації й опозиції щодо дорослих природним видається незначне ігнорування спілкування з рідними – цей спосіб знаходиться на четвертій позиції рейтингу. Прикметно, що навчання не розглядається опитаними підлітками як платформа покращення настрою (остання позиція рейтингу). Ці дані прямо корелюють з попередньо розглянутим питанням анкети щодо емоційного фону навчання підлітків, серед якого радість посіла лише сьому позицію рейтингу.

Частина підлітків при відповіді на це питання згадувала віру, розмову з Богом, деякі хлопці надихаються гарними новинами від українських воїнів, одна дівчинка для покращення настрою займається прибиранням, позаяк «...коли має все в порядку, то виникає враження, наче трошки складається і в голові».

**Висновки.** Отже, провідною умовою ефективної реалізації навчальної діяльності українських підлітків під час воєнного стану є їхнє перебування у безпечних умовах. Дослідженням виявлено появу нового мотиву навчання підлітків – сприймання учіння як власного освітнього фронту та патріотичне налаштування на внесок у перемогу над російським окупантами. Цей мотив більш характерний для тих респондентів, які перебувають в Україні. Відстежено домінування втомі як полідетермінованого феномену, що супроводжує навчання більшості підлітків. Цей стан у поєднанні з потужними стресовими реакціями учнів основної школи пояснює тенденцію суб'єктивного переживання ними ускладнення

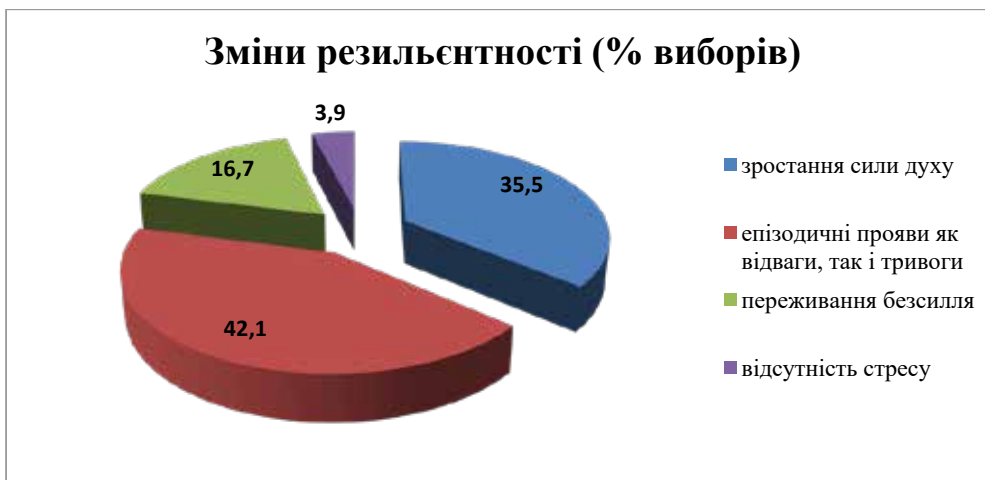


Рис. 3. Фіксація підлітками змін власної резильєнтності

Таблиця 3

**Дієві способи підтримки хорошого настрою**

Емоції	Вибір респондентів* (%)	Рейтингова позиція
Спілкування з рідними	43,5	4
Спілкування з друзями	58,7	1
Взаємодія у соціальних мережах	39,7	6
Перегляд Інтернет-ресурсів (фільми, відео)	48,2	3
Навчання	11,1	7
Гра на комп'ютері чи смартфоні	38,9	5
Хобі	53,1	2

\* питання передбачало можливість одночасного вибору кількох варіантів відповіді



навчання та може стати підґрунтям для адаптаційних розладів. Встановлено, що внутрішні та зовнішні переміщення підлітків внаслідок повномасштабної російської агресії не корелюють з негативним емоційним супроводом навчання чи відчуттям його ускладнення. Виявлено, що більшість опитаних дещо негативно сприймає перехід на дистанційне навчання під час війни через обмеження комунікації, перенасиченість інформаційним потоком, водночас підлітки вбачають і певні переваги такого формату освітнього процесу в умовах воєнного стану.

Аналіз відповідей респондентів щодо другого блоку анкетування виразно засвідчив потужний виклик повномасштабного російського вторгнення для психологічного благополуччя всіх українців,

в тому числі підлітків. Очевидно, що групу ризику щодо адаптаційних розладів і порушень становлять ті підлітки, що перебували/перебувають у зоні бойових дій чи окупації. Однак ті опитані, які знаходяться у відносно безпечних умовах на території України, все одно демонструють значні стресові реакції, їхня резильєнтність балансує в межах пригнічення-збільшення. Більшість респондентів підтвердили часті чи епізодичні випадки порушень власної стресостійкості, частина опитаних підлітків переживає почуття безсилля на тлі хронічної втоми.

*Перспективами подальших наукових розвідок вбачаємо апробацію дієвих знарядь і заходів запобігання та усунення адаптаційних порушень вітчизняних підлітків.*

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бочаріна Наталія. Особливості мотивації до навчання сучасних підлітків. *Humanitarium*. 2020. Vol. 44, Iss. 1. С. 15–25.
2. Сергєєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В. Вікова психологія. – Київ: Центр учбової літератури, 2020. С. 188–189.
3. Чаусова Т.В. Особливості формування мотиваційної сфери навчання підлітків. *Вісник післядипломної освіти*. Випуск 6 (35). Серія «Соціальні та поведінкові науки». 2018. С. 121–134.
4. Alexander, D. E. Resilience and disaster risk reduction. *An etymological journey. Natural Hazards and Earth System Sciences*. 2013. 13 (11), P. 2707–2716.
5. Jones, L. *Then they started shooting: Children of the Bosnian war and the adults they become*. New York: Bellevue Literary Press, 2013. 352 p.
6. Khanlou, N., Wray, R. A whole community approach toward child and youth resilience promotion: A review of resilience literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2014. 12 (1), P. 64–79.
7. Punjani N. S., Mevawala, A.S. Resilience among Adolescents: A Concept, Construct, Process, Outcomes and Nurses' Role. *I-manager's Journal on Nursing*. 2019. 9 (1). P. 32–38.



**Khavula R. M.**

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Practical Psychology  
Drohobych State Pedagogical University  
named after Ivan Franko*

## PSYCHOLOGICAL CAUSES AND FACTORS OF BOREDOM IN ADOLESCENCE

### ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИЧИНИ ТА ЧИННИКИ ВИНИКНЕННЯ НУДЬГИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

The article provides a theoretical analysis of the phenomenon of "boredom", which manifests itself in a state of severe mental discomfort, which develops due to the lack of external and internal activity, the weakness of self-regulatory mechanisms. It is noted that under certain conditions in the social environment, boredom can lead to various manifestations of delinquent behavior.

The conclusions of theoretical works of scientists on the category of "boredom" in foreign and domestic psychology are considered. The main approaches in the study of the phenomenon of boredom are analyzed, which emphasize that boredom provokes aggression, risky behavior, attraction to extreme sports and such addictive behaviors as alcohol and drug abuse. It is established that for the first time we paid attention to the concept of boredom in the psychoanalytic direction in which boredom is considered as a state of instinctive tension, in which there is no instinctive goal. In the works of the classics of human psychology, boredom is seen as an innate characteristic that is inherent in all people and determines human behavior and development, and the tendency to boredom is inherent in young people who seek substitutes for true values.

The causes of boredom are considered, namely the predictability and monotony of events, the lack of interesting incentives in the environment, social isolation, loneliness, sensory deprivation and monotony.

It was found that the behavioral signs of boredom in educational activities are a decrease in cognitive interest, superficial attention, increased fatigue, indiscipline; weak motivational involvement and low initiative in the classroom.

Scientific ideas about psychological factors of boredom are expanded, the model of which includes ideas about boredom, value-semantic sphere, personal characteristics, external and internal conditions.

**Key words:** boredom, causes of boredom, tendency to boredom, factors, conditions, adolescence.

У статті здійснено теоретичний аналіз феномену «нудьга», що проявляється у стані вираженого психічного дискомфорту, який розвивається у зв'язку з дефіцитом зовнішньої та внутрішньої активності, слабкістю механізмів саморегуляції. Зазначається, що за певних умов у соціальному середовищі нудьга може спонукати до різних проявів деліквентної поведінки.

Розглянуто висновки теоретичних напрацювань учених про категорію «нудьга» у зарубіжній та вітчизняній психології. Проаналізовано основні підходи в вивченні феномена нудьги у яких акцентується увага на тому, що нудьга провокує агресію, ризиковану поведінку, потяг до екстремальних видів спорту і такі різновиди залежної поведінки як зловживання алкоголем та наркотиками. Встановлено, що вперше звернули увагу на поняття нудьги в психоаналітичному напрямку в якому нудьга розглядається як стан інстинктивної напруги, при якому відсутня інстинктивна мета. В роботах класиків гуманітарної психології нудьга розглядається як вроджена характеристика, яка властива всім людям та визначає поведінку і розвиток людини, а схильність до нудьги властива молоді, яка здійснює пошук заміників справжніх цінностей.

Розглянуто причини виникнення нудьги, а саме передбачуваність та одноманітність подій, відсутність цікавих стимулів у навколишньому середовищі, соціальна ізоляція, перебування на самоті, сенсорна депривація і одноманітність.

З'ясовано, що поведінковими ознаками нудьги в освітній діяльності є зниження пізнавального інтересу, поверхнева увага, підвищена стомлюваність, недисциплінованість; слабка мотиваційна включеність та низька ініціатива на заняттях.

Розширено наукові уявлення про психологічні чинники нудьги до моделі яких входять уявлення про нудьгу, ціннісно-смыслову сферу, особистісні характеристики, зовнішні та внутрішні умови.

**Ключові слова:** нудьга, причини нудьги, схильність до нудьги, чинники, умови, юнацький вік.

**Formulation of the problem.** Today, young people are acutely experiencing negative emotions due to ever-increasing information pressure, and Ukrainian society is undergoing socio-economic changes, which exacerbates the crisis of personal adaptation. Methods of decision-making in conditions of uncertainty include cognitive and emotional-personal regulation and assessment of the consequences of choosing alternatives. The analysis of the scientific literature repeatedly proves that the consequence of the crisis of personal development

is the refusal to seek the potential of self-realization, the difficulty of choosing and constructing young people's individual life path. Socio-cultural tensions are growing in society, aggressive tendencies are intensifying, which are largely due to the stratification of society, increasing the pace of life, expanding requirements for people as a subject of education and work, increasing the risk of destructive behavior of young people. The outlined alarming signs indicate the weakening of the adaptation barriers of modern youth. One of the important causes of

psychological vulnerability and behavioral deviations is boredom, the connection of which with the psychological factors of personality is not defined today. The outlined issues become relevant precisely because the study of the causes and factors of propensity to boredom is the emergence of opportunities for targeted psychological assistance for the development of social well-being and overcoming difficulties in self-realization of students.

**Analysis of basic research and publications.** The scientific achievements of various scientists emphasize that boredom provokes aggression, risky behavior, attraction to extreme sports and such addictive behaviors as alcohol and drug abuse (A. Gordon, R. Wilkinson [11], A. Frankova [10]). The solution of these issues is impossible without theoretical and empirical studies of the structure of boredom and psychological factors of propensity to it, because the outlined issues are insufficiently studied.

Within the psychoanalytic field, one of the first to draw attention to the phenomenon of boredom was Otto Fenichel [7] in *On the Psychology of Boredom* (1934). The scientist considered boredom as a state of instinctive tension in which there is no instinctive goal. As a result, the bored person seeks the object "not to direct the actions of his instinctive impulses at him, but rather to help the object find the instinctive purpose it lacks." The individual understands that he is missing something, but does not realize what exactly. Fenichel argues that boredom occurs when a person is banned from a desired activity. Thus, O. Fenichel emphasizes the importance of internal and external constraints in the development of boredom [7]. Note that Freud did not consider boredom as a specific symptom, explaining the lack of interest in things loss of libido.

Boredom as a psychological response to the development of society is considered by E. Fromm, for the scientist, the search for thrills and novelty, do not become solutions to boredom, but only distract from it, which, he claims, lasts unconsciously [9]. E. Fromm noted that in relation to boredom there are several categories of people: people who are not characterized by boredom, because they respond productively to external influences; chronically bored – people who constantly need additional influence and systematically feel the need to change stimuli; patients are people who are not able to respond productively to external influences.

Describing the category of "chronically bored", E. Fromm explains that these are people who are "doomed to chronic boredom, but because they know how to compensate for it, they do not realize it." The category of "sick" includes people who periodically "acutely aware of their mental state, but often they do not even realize that they are sick." For the "chronically bored" and the "sick", boredom is associated with the dissatisfaction they feel with life. However, according to E. Fromm, "chronically bored" with the help of appropriate stimuli can get rid of boredom, and people who belong to the category of "sick", "it is impossible to get rid of even its symptoms" [9, p. 156-157].

W. Frankl considers the desire to find and realize the meaning of life as an innate characteristic that is

inherent in all people and determines human behavior and development. According to W. Frankl, the problem of boredom is exacerbated as the material prosperity of society increases and over time, meaning and vitality are lost. Experiences of this kind are dangerous distortions of social behavior, changes in personality attitudes, general mental disorganization. According to W. Frankl, it is young people who are most prone to these risks, as they are looking for substitutes for true values. According to W. Frankl, the growth of youth alcoholism and crime is connected with senseless leisure [8].

A.V. Ganchak [1] analyzes the age-specific state of boredom by analyzing the peculiarities of the tendency to boredom. Particular emphasis should be placed on the relationship between boredom and professional performance (G.K. Maroldo [12], J.F. O'Hanlon [13]). In labor research, the meaning of boredom is shifted into the space of factors of labor productivity. Researchers have found that with increasing pace of work, the feeling of boredom decreases significantly. In addition, the ability to work in a team increases resilience to boredom.

In order to form the basis for further thorough research it is necessary to conduct a theoretical analysis of the problem of boredom in psychological science.

**Presenting main material.** Interesting for our study is the opinion of British scientist Peter Toohey, who emphasizing the uniqueness of boredom sees its purpose and meaning as emotions in a person to analyze the circumstances of his life and realize that he needs to change. Along with this, it separates boredom from other emotions: sadness, fear, anger, surprise. P. Toohey gives boredom a secondary role, along with other social emotions: sympathy, embarrassment, shame, guilt, jealousy. In his book, professor P. Toohey points out the main causes of boredom – the predictability and monotony of events and draws attention to the seriousness and destructiveness of chronic experiences of this emotion [14].

In our opinion, it is important to add Philippe Zimbardo, who emphasizes that the basic human need to belong to something comes from the desire to unite with others, and the need for stimulation stimulates research and risky adventures, but can also make us vulnerable to boredom when we end up in a place where nothing happens. Boredom, in turn, can be a strong motivator of the actions observed in the guards of the night shift of the Stanford Prison Experiment [2, pp. 285-286]. Philip Zimbardo, analyzing his fundamental Stanford prison experiment, which consisted of college students, said that "both prisons were bored with long night shifts when things calmed down. Boredom was very motivating to have fun. Both groups of guards decided to do something interesting, something fun. As a result, security guards increasingly mocked and humiliated prisoners and culminated in a series of sexual, homophobic acts against prisoners" [2, p. 432]. That is, boredom is defined as a negative phenomenon and under certain conditions in the social environment can lead to various manifestations of delinquent behavior.

In his scientific achievements K.K. Plato, considers boredom as a mental state. The scientist points to

the lack of interesting stimuli in the environment as the causes of boredom. According to K.K. Platonov, boredom is manifested in a decrease in the level of clarity of consciousness [3].

Psychological features of boredom are revealed in studies of its relationship with other emotional states, such as anxiety, hopelessness, loneliness, hostility, anger. Studying the relationship between states of boredom and anxiety, it was found that both of these states can occur as a result of inconsistency between the requirements of the social environment and personal experience, knowledge, skills. The mechanism of boredom and anxiety is different [5]. Boredom occurs when a person's abilities exceed the situational possibilities for their manifestation, while anxiety arises when the social environment demands more from a person than he can fulfill.

Among the external conditions of boredom can be identified some limitations of the external environment, such as social isolation, loneliness, sensory deprivation [3], as well as monotony as the most common cause of boredom (E. Tardier). Scientists J. Sommers and S.J. Vodanovich emphasize that one of the internal conditions of boredom is physical illness [15]. Physical exhaustion and fatigue can be objective causes of boredom. Conditions that cause mental exhaustion should be singled out. According to E. Tardier, fatigue of any origin is always reflected in the inner world of person in the form of disorder in the mind, mental emptiness [3].

Adolescents are prone to boredom, as the desired and real conditions of students in the classroom are significantly different. Among the desired emotions in students there is joy, interest and curiosity [5]. In the real educational process, these emotional experiences are rarely traced, giving way to the frequency of boredom, indifference and fear.

Considering the problem of boredom through the prism of time, it should be noted that the main factor that mediates the perception of time, are the emotional state of man. Importantly, depending on the tone of the mental state, the subjective speed of time may increase or decrease. Time flows more slowly for a bored person, because in a state of boredom there is a distortion of perception of time. Moreover, people prone to boredom are characterized by inaccuracy in estimating time intervals: for them, one minute subjectively lasts 30-40 seconds [5].

Behavioral signs of boredom in educational activities may include: decreased cognitive interest, distraction and superficial attention; increased fatigue and indiscipline; weak motivational involvement and low initiative in the classroom; willingness to move on to any topic of conversation, if it is not related to the content of the lesson [1].

The emergence and development of boredom in educational activities is largely due to the pedagogical style and manner of teaching. If the teacher demonstrates stereotypes in the content of educational material, the reaction of students may be boredom. This kind of teaching does not involve lively discussion of topics of lesson and defense of one's own opinion. The lack of novelty, creativity, non-standard in this way of teach-

ing, combined with the rare use of humor and jokes by the teacher, leads to boredom in students. The learning process itself is perceived as difficult and uninteresting rather than exciting. This indicates the situationality of boredom and its habit, rather than the loss of cognitive interest in general [1].

Modern researchers also address the phenomenon of educational boredom. According to M.V. Polyakova, boredom is a symptom that signals the uncomfortable conditions of educational work [4].

We share the opinion of A. Hanchak, who emphasizes the importance of studying the phenomenon of boredom from the standpoint of pedagogy and teaching methods, as well as psychological support that should be aimed at preventing boredom in adolescence.

According to the results of an empirical study of students' boredom, conducted in the 2019-2021 academic year, it is emphasized that students experience boredom in educational activities more often than interest [1].

The state of boredom is reflected in various spheres of human activity, in particular in work and education. Boredom is seen as a factor in productivity. The working conditions that lead to boredom in the workplace are identified, including: low pace of work, work alone, a lot of free time during the working day, young age and low-skilled work. The youth of employees is one of the risk factors for boredom in the process of work.

Adolescence is characterized by increased interest in self-knowledge, assessment of their abilities and skills [1]. Reflecting on his character traits, analyzing his strengths and weaknesses, the young man compares his own personality traits and characteristics of his social environment. Specific features of adolescence affect the emotional sphere. The affective area in adolescence becomes much wider and more diverse in content, increases sensitivity to the nuances of human feelings. On the emotional side, adolescence is characterized by a variety of emotional reactions and ways of expressing emotional states [5]. Changes also apply to the value-semantic sphere of personality. Adolescence is primarily sensitive to the formation of sustainable values and meanings. It is at a young age that the evaluation of views on the attitude to the surrounding reality and oneself takes place. As a result, the basic life positions conditioned by these views and the readiness to apply them in real life change. A conscious attitude to life is formed, its semantic content is determined. According to W. Frankl, questions about the meaning of life become especially important and relevant in adolescence [8]. The vital forces, the opportunities for self-realization that open up, set young people up in search of meaning and life prospects. There is an interested, excited attitude to the individual meaning of life.

Theoretical analysis of the outlined issues shows the multidimensionality and multifaceted nature of the phenomenon of boredom, as well as its social importance. In this regard, the study of the tendency to boredom becomes especially important. Psychology defines the tendency as a willingness or tendency to act, to respond appropriately to environmental influences. Research aimed at finding factors that predict the emergence,

development and transformation of boredom is of practical importance.

Studying the characteristics of people prone to boredom, it was found that resistance to boredom and monotonous work is mediated by temperamental personality characteristics. It was also found that people prone to boredom are characterized by low social activity, underdeveloped communication skills and low academic and work performance. Among the conditions are also affective reactions and unmet needs [1; 5].

E. Tardier argues that boredom is experienced by those who are highly sensitive to changes in their own inner world. They experience it deeply and for a long time and carefully analyze their emotional states, able to poetize grief and joy. It is quite probable that boredom is also present in passionate, insatiable people who live their lives intensively, are able to resort to sensual pleasures and are constantly looking for "sharp emotions" [6].

Thus, the psychological factors of propensity to boredom are distinguished, which include: communicative, emotional properties of the individual, as well as the properties of self-regulation. We emphasize that the value-semantic organization of the individual is the most important factor, because it is responsible for the feeling of emptiness or fullness of life.

The considered positions of well-known psychologists allowed us to build a hypothetical model of psychological factors of propensity to boredom (Fig. 1).

The presented model reflects the unity of external and internal conditions, psychological factors that are transformed into a state of boredom. Based on the analysis of different ideas about the phenomenon of boredom in our study, we follow the following definition: boredom – a multidimensional mental state of severe mental and somatic discomfort that develops due to lack of external and internal activity, weakness of self-regulation mechanisms.

The tendency to boredom is understood by us as a relatively stable disposition due to such psychological factors as the idea of boredom, value and life orientations, personal characteristics. When planning the research, we took into account the difficulties associated with the empirical study of the phenomenon of boredom and predisposition to it.

**Conclusions from the study.** The theoretical and experimental directions considered by us have enriched the category of boredom in psychological science. Boredom in adolescence is experienced as an asthenic emotional state, accompanied by feelings of loneliness and dissatisfaction with social and material environment, reduced motivation and weakening of mental and

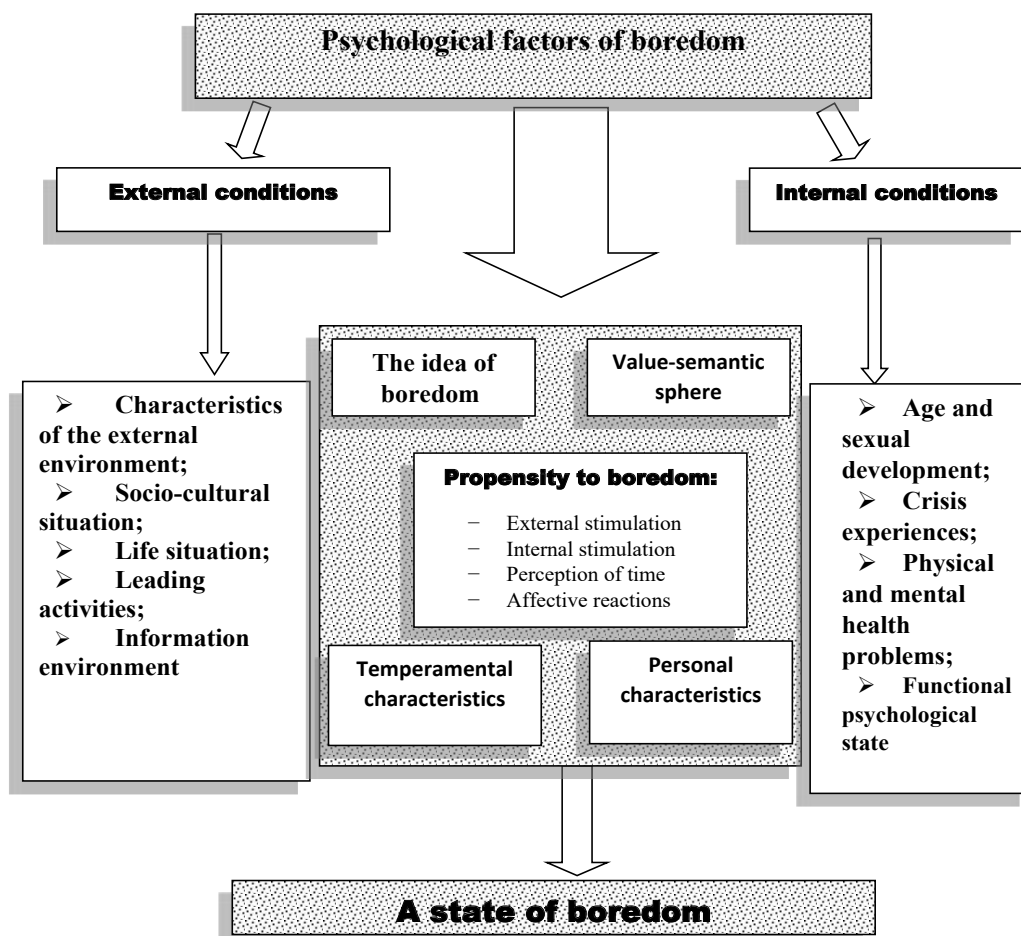


Figure 1. Model of psychological factors of propensity to boredom

somatic tone. The article clearly identifies the causes of boredom and builds a model of psychological factors of propensity to boredom. The tendency to boredom in adolescence is characterized by such psychological factors as external and internal conditions, the idea

of boredom, personal characteristics, value-semantic sphere. Prospects for further research are the empirical study of psychological factors of boredom and the development of psychological support to prevent boredom in adolescence.

#### BIBLIOGRAPHY:

1. Ганчак А.В. Психологічні особливості схильності до нудьги в юнацькому віці. *Магістерська робота*. Дрогобич, 2021. 72 с.
2. Зімбардо Ф. Эффект Люцифера. Чому хороші люди чинять зло. Київ: Yakaboo Publishing, 2019. 592 с.
3. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий. 2-е изд. М., 1984. 174 с.
4. Полякова М.В. Скука в пространстве учебной аудитории. *Фундаментальные науки и современность*. 2019. № 8 (29). 20–30 с.
5. Рохина Е.В. Психологические факторы предрасположенности к скуке: дис. ...канд. психол. наук. СПб., 2020. 200 с.
6. Тардьё Э. Скука: Психологическое исследование: Пер. с фр. Изд. 2-е. М.: Издательство ЛКИ, 2007. 256 с.
7. Фенихель О. Психодинамическая теория неврозов. Академический проект М., 2004. 848 с.
8. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
9. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: Республика, 1994. 447 с.
10. Błazczynski A, McConaghy N, Frankova A (August 1990). «Boredom proneness in pathological gambling». *Psychol Rep* 67 (1): 35–42.
11. Gordon, A., Wilkinson, R., McGown, A., & Jovanoska, S. (1997). The psychometric properties of the Boredom Proneness Scale: An examination of its validity. *Psychological Studies*, 42, 85–97
12. Maroldo, G.K. (1986). Shyness, boredom, and grade point average among college students. *Psychological Reports*. 59. 385–398.
13. O'Hanlon, J.F. (1981). Boredom: Practical consequences and a theory. *Acta Psychologica*, 49. 53–82.
14. Peter Toohey. *Boredom: A Lively History*. Yale University Press, 2011.
15. Sommers, J. & Vodanovich, S.J. (2000). Boredom proneness: Its relationship to psychological and physical health symptoms. *Journal of Clinical Psychology*, 56 (1), 149–155.

**Чіп Р. С.**

*кандидат психологічних наук, викладач  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка*

**Кормило О. М.**

*кандидат психологічних наук, доцент  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка*

**Гончаровська Г. Ф.**

*кандидат психологічних наук,  
викладач кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка*

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ

### PSYCHOLOGICAL PARTICULARITIES DEVELOPMENT OF THE PERSONALITY IDENTITY OF TEENS

У статті розкрито теоретичні аспекти феномену ідентичності. Проаналізовано різноманітні підходи вітчизняних і зарубіжних вчених до проблеми становлення ідентичності. Здійснено психологічний аналіз наукових підходів сучасних учених до проблеми становлення особистісної ідентичності у період дорослішання особистості. Зосереджено увагу на психологічних особливостях розвитку особистісної ідентичності у підлітковому віці. Існує спільність у поглядах науковців на природу ідентичності, як одного з центральних особистісних утворень, яке виражає ставлення суб'єкта до дійсності, визначає його життєвий шлях і відіграє важливу роль у соціалізації особистості в період дорослішання. Ідентичність як особистісна складова включає характеристики особистості й особистісного смислу як джерела суб'єктності. Ідентичність розглядається як складна інтегративна характеристика особистості як суб'єкта міжособистісних взаємин. Особистісна ідентичність визначається як відчуття людиною власної неповторності, унікальності свого життєвого досвіду і тотожності самому собі. Формування почуття особистої ідентичності є одним із найважливіших новоутворень у підлітковому віці, яка включає: тілесну, сексуальну, професійну, ідеологічну, моральну ідентичність. Поняття «криза ідентичності» визначається як специфічна особливість підліткового віку, а найважливішим завданням розвитку у цей період є формування самототожності, визначення себе як особистості, як індивідуальності. Перспективи подальших досліджень пов'язані з проведенням поглибленого концептуального аналізу теоретико-методологічних засад та емпіричного дослідження феномену ідентичності, вивченням гендерних особливостей розвитку особистісної ідентичності у контексті сімейної взаємодії, виявленням особливостей впливу психологічних чинників на процес її становлення у період дорослішання особистості.

**Ключові слова:** ідентичність, особистісна ідентичність, ідентифікація, особистість, підлітковий вік.

The article reveals the theoretical aspects of the phenomenon of the identity. We deal with the psychological analysis of scientific approaches of modern scientists to the problem of becoming a personal identity in the period of maturation. Analyzed various approaches of domestic and foreign scientists to the problem of becoming of the identity. Focused on the psychological peculiarities development of the personal identity in adolescence. Reviewed scientific positions of modern researchers in respect of relationship of the identity with other personality characteristics. There is a commonality in the views of scientists on the nature of identity as one of the central personal formations, which expresses the attitude of the subject to reality, determines his life path and plays an important role in the socialization of the individual during the period of growing up. Identity as a personal component includes the characteristics of the individual and the personal as sources of subjectivity. Personal identity is defined as a person's sense of his own uniqueness, the uniqueness of his life experience and identity to himself. The formation of a sense of personal identity is one of the most important neoplasms in adolescence, which includes: bodily, sexual, professional, ideological, moral identity. The concept of "identity crisis" is defined as a specific feature of adolescence, and the most important task of development during this period is the formation of self-identity, the definition of oneself as a person, as an individuality. Prospects for further research are related to an in-depth conceptual analysis of the theoretical and methodological foundations and an empirical study of the phenomenon of identity, the study of gender characteristics of the development of personal identity in the context of family interaction, the identification of features of the influence of psychological factors on the process of its formation during the period of personality maturation.

**Key words:** identity, personal identity, identification, personality, adolescence.

**Поставлення проблеми.** В умовах розвитку сучасного суспільства, яке вимагає оновленого розуміння змістової характеристики цінностей, що визначають майбутній вибір життєвої перспективи,

надзвичайної гостроти набуває проблема пошуку ідентичності. Становлення і розвиток особистості на базі функціонування системи суспільних цінностей дає можливість розглядати досягнення ідентич-

ності як результат відображення в людській свідомості наявних суспільних відносин, які складають основу життєдіяльності людини та її духовного розвитку. Водночас насиченість життя складними непередбачуваними ситуаціями зумовлює необхідність пошуку нових шляхів ефективної реалізації потенційних можливостей особистості, актуалізує потребу у збереженні почуття самоцінності, а відтак потребує ґрунтовного вивчення психологічних аспектів ідентичності як важливого особистісного утворення.

Незважаючи на розробленість багатьох аспектів виокремленого феномену, проблема ідентичності є надзвичайно актуальною у контексті сучасної психологічної науки. Складність наукового пізнання та емпіричного дослідження пов'язана із наявністю широкого спектру різноманітних підходів до визначення понять «ідентичність», «ідентифікація», «особистісна ідентичність», «соціальна ідентичність» тощо. Вочевидь посилення наукового інтересу до проблематики ідентичності пояснюється важливістю і значущістю її ролі в особистісному життєтворенні, самоздійсненні та самореалізації особистості. Водночас безперечною є актуальність дослідження та висвітлення питання розвитку особистісної ідентичності як важливого аспекту становлення особистості у підлітковому віці.

**Аналіз попередніх досліджень, дотичних до цієї праці.** Проблема ідентичності, яка є важливою психологічною характеристикою особистості, посідає одне із чільних місць у психологічній літературі, неодноразово привертаючи увагу та активізуючи дослідницький інтерес багатьох науковців і практиків. Зокрема вивченню ідентичності присвячували свої праці А. Адлер, Е. Еріксон, К. Левін, Дж. Мід, К. Роджерс, З. Фройд, Е. Фромм, К. Юнг та ін.; на психологічних аспектах змістової характеристики поняття «ідентичність» акцентують увагу інші учені: Н. Антонова, М. Гінзбург, О. Кікінежді, І. Кон, Дж. Марсія, Х. Ремшмідт, Л. Шнейдер, Т. Яблонська. Окремі аспекти феномену ідентичності особистості знаходять відображення у працях сучасних українських науковців у контексті найрізноманітніших психологічних проблем: самовизначення особистості (В. Зликов та ін.), особистісного зростання (І. Булах), саморозвитку (С. Кузікова), самосвідомості (М. Боришевський та ін.), самореалізації (Г. Балл та ін.), творчої активності (В. Моляко та ін.), генези існування особистості (С. Максименко), духовності особистості (М. Савчин), у контексті ціннісно-сміслової сфери (З. Карпенко, Г. Радчук), гендерного виміру особистості (Т. Говорун, О. Кікінежді та ін.), психологічної герменевтики (Н. Чепелєва та ін.), у системі сімейних взаємин (Т. Яблонська).

Аналіз сучасних досліджень засвідчує наявність потреби детального вивчення проблеми розвитку ідентичності у підлітковому віці, коли проявляється активний інтерес до власного внутрішнього світу, змінюється ставлення до самого себе, до оточуючих. Підлітки прагнуть якнайглибше пізнати себе і світ дорослих, в який прагнуть якнайшвидше інтегрува-

тися і стати автономними, незалежними, вільними у прийнятті рішень, намагаються звільнитись від контролю і опіки батьків.

Водночас варто зазначити, що недостатньо розробленими і маловивченими є питання особистісної ідентичності у підлітковому віці, її взаємозв'язку з іншими психологічними характеристиками; особливої уваги потребує дослідження психологічних особливостей розвитку особистісної ідентичності у системі сімейних взаємин.

**Метою дослідження** є здійснення теоретичного огляду та аналізу психологічних досліджень розвитку ідентичності у контексті становлення особистості у підлітковому віці; аналіз наукових концепцій взаємозв'язку ідентичності з іншими важливими особистісними утвореннями.

**Виклад основного матеріалу.** Проблематика ідентичності особистості та окремих її аспектів ґрунтовно висвітлена у працях зарубіжних і вітчизняних вчених. Аналіз наукових джерел свідчить про наявність різноманітних підходів до проблеми дослідження ідентичності. Зокрема, виокремлюючи поняття ідентичності у контексті концепції психосоціального розвитку, Е. Еріксон [9] визначає його як складне особистісне утворення, багаторівневу структуру якого пояснюється трьома основними рівнями аналізу людської природи: індивідний, особистісний і соціальний. Відповідно, на індивідному рівні ідентичність визначається як результат усвідомлення людиною власної часової протяжності і характеризується уявленнями про себе як про незмінність у фізичних особливостях, темпераменті, задатках, наявності минулого і прагненням до майбутнього. З позиції особистісного рівня ідентичність визначається як відчуття людиною власної неповторності, унікальності свого життєвого досвіду і тотожності самому собі. У контексті соціального рівня людської природи ідентичність визначається як особистісний конструкт, який відображає внутрішню солідарність людини із соціальними, груповими ідеалами і стандартами, сприяючи процесу Я-категоризації. Власне на основі цих характеристик ми поділяємо світ на своїх і чужих. Саме цю структуру дослідник назвав соціальною ідентичністю [9].

В епігенетичній теорії Е. Еріксона підлітковий вік посідає одну із центральних позицій, де підліток намагається вирішити основне завдання, суть якого полягає у розвитку почуття ролі ідентичності, яке поєднує не лише систему актуальних роліових ідентифікацій, але і досвід, накопичений на попередніх етапах розвитку, синтез якого стає базою для подальшого розвитку особистості дорослої людини. Підтвердженням цього є запропоноване вченим поняття кризи ідентичності як головної особливості підліткового віку. А найважливішим завданням розвитку у цей період є формування самототожності, визначення себе як особистості, як індивідуальності, що супроводжується зверненням до власних почуттів, переживань, думок. Перенесення підлітком своєї уваги із зовнішнього світу на себе самого і поступове відкриття ним свого Я відбувається на початку

підліткового віку доволі драматично як для самого підлітка, так і для оточуючих [9].

Реакція емансипації, негативізм стають першими маркерами активного пошуку підлітками своєї унікальної сутності, власного Я. Експерименти із зовнішністю, як зазначає А. Реан, (одяг, зачіска, надмірний макіяж, пірсинг тощо) є частиною процесу пошуку власного образу і допомагають розкрити і виразити свою ідентичність. Прагнення знайти своє Я, визначити межі своїх можливостей, підтвердити своє існування інколи знаходить своє вираження і у поведінці, пов'язаній із ризиком і небезпекою для життя. Фізичний ризик дає можливість самоствердитись підлітку: якщо я можу померти, це означає, що Я є (підтвердженням цього є селфі у небезпечних для життя місцях: недобудовані будинки, занедбані споруди, високі мости, дахи багатопверхівок тощо). Окрім фізичного ризику підлітки піддають себе і соціальному ризику, адже наслідування групових цінностей або їх повне ігнорування є критерієм оцінки підлітка зі сторони як дорослих, так і ровесників. Підліток постійно прагне довести щось іншим і самому собі [4].

Спілкування і взаємодія загалом є ще однією сферою, в якій яскраво проявляється прагнення підлітка досягти власної ідентичності. Лише у спілкуванні з іншими людьми можна пізнати себе, тому підліток звертається насамперед до своїх ровесників – саме на них він орієнтується у пошуках власної ідентичності. Водночас повне злиття з групою може стати перешкодою у пізнанні самого себе. Це трапляється у тому випадку, коли група відіграє роль сім'ї, де підліток шукає захисту, і ототожнення себе з групою не дає йому можливості повністю стати самостійним індивідом. Прагнення стати дорослим, становлення особистісної ідентичності спонукає до того, що у підлітків настирливо проявляється потреба у визнанні і повазі його як особистості, адже саме потреба у повазі і самоповазі є однією із фундаментальних психологічних потреб людини [4]. У таких умовах сім'я повинна продовжувати виконувати свої виховні функції, забезпечуючи підлітку відчуття захищеності і підтримки, і, водночас, сприяти розвитку його незалежності, активності і реалізації творчого потенціалу через взаємини, які базуються на спільній довірі, взаємоповазі і любові.

Формування почуття особистої ідентичності є одним із найважливіших новоутворень у підлітковому віці, яка включає: тілесну сексуальну, професійну, ідеологічну, моральну ідентичність. У пошуках власної ідентичності підліток прагне бути емансипованим від батьків. Таким чином, набуття автономії у перехідному віці передбачає:

- емоційну емансипацію, тобто звільнення від дитячих емоційних взаємин;
- формування інтелектуальної незалежності, тобто здатності самостійно мислити, критично оцінювати чужі твердження, здатність самостійно приймати рішення;
- поведінкову автономію, яка проявляється у найрізноманітніших сферах життя підлітка – від вибору

стилю одягу, кола спілкування, способів проведення часу до вибору професії. Окрім цього, потреба підлітка в незалежності проявляється у їх прагненні до просторової автономії і економічної незалежності від батьків [4].

Отже, визначаючи ідентичність як важливу психологічну характеристику у період дорослішання, варто сконцентрувати увагу на особливостях підліткового віку, який відіграє суттєву роль у розвитку особистості, накладаючи відбиток на уявлення про самого себе, свій внутрішній світ, становлення сенсу життя, професійне майбутнє та реалізацію суб'єктного потенціалу людини. Саме підліток, як зазначає Г. Цукерман, виступає у ролі активного суб'єкта комунікативної діяльності, що виражається у налагодженні довірливого особистісного спілкування з ровесниками. Одним із проявів почуття дорослості (основного новоутворення підліткового віку) виступає потреба у самоствердженні, у процесі якого підліток прагне проявити власну індивідуальність та унікальність у контексті соціальної взаємодії. Підлітковий шлях до індивідуальності лежить насамперед через спілкування з іншими. Думки інших є важливим будівельним матеріалом образу Я, що робить підлітків надчутливими до всієї сфери взаємин. Провідною діяльністю цього віку, додає учена, є соціально-психологічне експериментування із власною ідентичністю, а інтимно-особистісне спілкування є лише улюбленим, але не єдиним матеріалом цієї діяльності. Саме ідентичність (суб'єктивне відчуття неперервного самоотождоження) є ключовим поняттям у підлітковій самосвідомості і супроводжується свідомим дослідженням власної унікальності щодо інших людей [7].

Виходячи з традиційного розуміння ідентичності як складного феномену, складної психічної реальності, яка включає різні рівні свідомості, індивідуальні і колективні, онтогенетичні і соціогенетичні основи, Л. Шнейдер характеризує ідентичність як результат активного рефлексивного процесу, який відображає справжні уявлення суб'єкта про себе, про власний, а не нав'язаний шлях розвитку, який супроводжується відчуттям особистісної визначеності, тотожності і цілісності, що дає можливість суб'єкту сприймати своє життя як досвід тривалості і безперервності свідомості, єдності життєвих цілей і повсякденних вчинків, дій і їх значень, які дозволяють діяти послідовно. Зокрема особистісну ідентичність авторка визначає як відчуття і усвідомлення унікальності Я в його екзистенції і неповторності особистісних якостей, при наявності своєї приналежності соціальній реальності [8].

Проблема ідентичності знаходить своє відображення у працях сучасних українських психологів (М. Боришевський, З. Карпенко, О. Кікінежді, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.), погляди яких відрізняються багатогранністю міркуваннях щодо виокремленого феномену. Зокрема Н. Чепелева наголошує на співіснуванні двох видів ідентичності (особистісної і соціальної), дискусійний характер якого є відлунням минулого століття. Досліджуючи



особистість у психологічній герменевтиці, Н. Чепелева акцентує на подоланні суперечності між тлумаченнями персональної та соціальної ідентичності за допомогою розрізнення особистої (персональної) та особистісної ідентичності. Особисту ідентичність авторка розуміє як сталість рис і характеристик людини, її досить стабільне уявлення про себе як про особу, тож самій собі, а особистісну ідентичність варто тлумачити з урахування соціокультурного контексту та залучення особистості в цей контекст. Особистісна ідентичність формується на основі особистої ідентичності, коли людина вибудовує власну історію на основі базових наративів культури, трансформуючи їх відповідно до власних особистих якостей, подій свого життя, тобто на основі власної унікальної особистої історії. Саме таке розуміння особистісної ідентичності, на думку Н. Чепелевої, долає суперечність між персональною та соціальною ідентичністю, на якій наголошує багато науковців [5].

Розглядаючи вплив процесів розуміння та інтерпретації особистого досвіду на особистісне зростання, Н. Чепелева особливо увагу звертає на категорію підліткового віку. Характеризуючи цей віковий період, коли відбувається інтенсивний розвиток особистості, авторка визначає розуміння та інтерпретацію життєвого досвіду як чинник розвитку особистості підлітка. До інтерпретації й розуміння своїх життєвих подій підлітків можна підвести лише у процесі довірливого спілкування. У текстах присутня подієва насиченість, але, зазвичай, відбиваються події, які емоційно зафарбовані. У наративах підлітків серед героїв тексту найчастіше виділяються: автор, члени сім'ї, друзі, значущі дорослі, люди, яких дитина ігнорує у своєму житті або не сприймає через певні причини. Дається опис їх взаємодії і розкривається ставлення автора до них. Іноді зустрічається наявність цитат, що сподобалися (зазвичай із статусів у соціальних мережах), використовується підлітковий сленг [5].

У дослідженні психологічних особливостей розвитку особистісної ідентичності у підлітковому віці не менш вагомими є праці сучасної української дослідниці Т. Титаренко, яка розглядає кризу підліткового віку як найгострішу серед інших криз, у період якої відбувається потужна ендокринна перебудова організму, тіло виходить із-під контролю, підлітків несподівано охоплюють архаїчні емоційні стани, які майже не контролюються. Навчання погіршується, працездатність знижується, інтереси згасають, негативізм щодо старших не знає меж. Внутрішні драми, що їх переживає підліток, часто набагато складніші, ніж зовнішні конфлікти, яких також чимало. Внутрішній світ із його глибинами стає реальністю, яка важливіша за все інше. Повсякчас виникають щоразу нові й нові проблеми, які треба вирішувати самотійно, наодинці із собою. Ця криза є кризою самоусвідомлення, коли людина набуває почуття власної індивідуальності. Негативна фаза кризового періоду закінчується із завершенням тілесного дозрівання. Виникають нові джерела радості – це і пригоди,

і мистецтво, і щоденники, і вірші, й нескінченні розмови з найближчим товаришем, проникнення у життєвий світ іншого, і мрії, значення яких важко переоцінити. В цей час відбувається вибір між почуттям визначеності власного «Я», формуванням так званої его-ідентичності та почуттям дифузії, розмитості, невизначеності ролей. Якщо відчувається рольова сплутаність, можливі регресія та інфантильний рівень розвитку, зростання тривожності, страху перед спілкуванням, протилежною статтю, ворожість до суспільних вимог [5, с. 254].

Як зазначає українська вчена З. Карпенко, вразливість до слова як універсального засобу спілкування, увага до його поняттєвої насиченості, експресивної образності, метафоричності, що виражається в пошуках підтексту, особливо притаманна підліткам, які врешті відкривають для себе глибину і «закодованість» власного Я. Потяг до ровесників як партнерів із само- і взаєморозуміння, суперечлива ідентифікація – відособлення з дорослими, чимраз більше почуття дорослості і бунтівне заперечення авторитетів, поведінкових стандартів тощо черпають наснагу з інтимно-особистісного спілкування і суспільно корисної діяльності підлітків, що виступають креативним середовищем соціоцентризму. Фактичне досягнення розвитку вищих психічних функцій (довільної пам'яті, абстрактного мислення, творчої уяви, внутрішнього мовлення, волі) забезпечує можливість значної розбудови змістово-значеннєвої бази особистого досвіду, індивідуалізації світосприйняття, знаходження рівноваги (хай ще хиткої, «пробної») індивідуальності і колективності [2, с. 287].

Принципове значення для аналізу проблеми ідентичності має тлумачення даного феномену через усвідомлення самототожності, цілісності та неповторності у часі власної особистості, на чому особливо увагу акцентує М. Боришевський. Відчуття ідентичності образу Я, зазначає вчений, імпліцитно містить у собі можливість усвідомлення людиною змін, які відбуваються в ній, що є вираженням діалектичної єдності таких протилежностей як стійкість і мінливість. Однією з найістотніших характеристик образу Я як механізму саморегуляції поведінки є його «протяжність» у часі: образ Я містить одночасно уявлення людини про себе в минулому, сьогоденні й майбутньому, що зумовлює можливість існування двох форм Я – Я-реального і Я-ідеального [1, с. 165].

Відтак ідентичність розглядається сучасними науковцями як особистісна складова, що несе в собі характеристики особистості й особистісного смислу як джерела суб'єктності. Зокрема О. Кікінежді визначає ідентичність як складну інтегративну психологічну властивість особистості, яка формується у процесі її уподібнення, ототожнення або самокатегоризації та є процесом організації життєвого досвіду в індивідуальне Я. Оскільки гендерна ідентичність як частина особистісної, зауважує дослідниця, включає основні її характеристики, то її можна розглядати як багатокомпонентну

структуру, яка представлена на різних рівнях буттєвого й смислового просторів індивіда. Особистість, додає дослідниця, прагне утвердити свою гендерну ідентичність в просторі свого буття, у всіх його сферах, що дозволяє їй пережити відчуття самотності і неповторності. Захоплюючи смислове поле, що репрезентується як конативний, когнітивний і афективний компоненти, особистість наповнює інтеріоризований об'єкт глибинними сенсами, висхідними до ядра особистості, її екзистенційних цінностей і сенсу життя. Коли процес ідентифікації, в тому числі і гендерної, стає завершеним, особистість перетворює і підтверджує свою ідентичність у поведінці, у конкретному вчинку, в життєвому просторі, діяльності тощо [3].

**Висновки.** Аналіз наукових джерел підтверджує багатогранність у підходах до визначення поняття «ідентичність», його різновидів, особливостей змістової характеристики та зв'язку з іншими психологічними категоріями, що конкретизують його суть. Водночас існує деяка спільність у поглядах науковців на природу ідентичності, як одного з центральних особистісних утворень, яке виражає ставлення

суб'єкта до дійсності, визначає його життєвий шлях і відіграє важливу роль у соціалізації особистості в період дорослішання. Ідентичність розглядається як складна інтегративна характеристика особистості як суб'єкта міжособистісних взаємин. Разом з тим, залишається багато не вирішених проблем, які спонукають до продовження теоретичного аналізу та емпіричного вивчення проблеми розвитку особистісної ідентичності у контексті становлення особистості у підлітковому віці.

Поданий вище розгляд проблеми психологічних особливостей розвитку особистісної ідентичності у підлітковому віці не вичерпує всіх аспектів її вивчення. Перспективи подальших досліджень в контексті виокремленої проблематики пов'язані з проведенням поглибленого концептуального аналізу теоретико-методологічних засад та емпіричного дослідження феномену ідентичності; вивченням гендерних особливостей розвитку особистісної ідентичності у контексті сімейної взаємодії; виявленням особливостей безпосереднього впливу різних соціально-психологічних чинників на процес її становлення у період дорослішання особистості.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Боришевський М. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності: монографія. Київ: Академвидав, 2010. 416 с.
2. Карпенко З.С. Аксиологічна психологія особистості: монографія. Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 2009. 512 с.
3. Кікінежді О.М. Гендерна ідентичність в онтогенезі особистості: монографія. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2011. 400с.
4. Психологія подростка / под ред. А. А. Реана. Санкт-Петербург: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 432с.
5. Розуміння та інтерпретація життєвого досвіду як чинник розвитку особистості: монографія / за ред. Н.В. Чепелевої. Кіровоград: Імекс – ЛТД, 2013. 276с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2003. 376с.
7. Цукерман Г.А. Десяти-дванадцятилетние школьники: «ничья земля» в возрастной психологии. *Вопросы психологии*. 1998. № 3. С. 17–31.
8. Шнейдер Л.Б. Личностная, гендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики. Москва: Московский психолого-социальный институт, 2007. 128с.
9. Эрикссон Э. Идентичность: юность и кризис: пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А.В. Толстых. Москва: Прогресс, 1996. 344с.

## СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 616.31:614.48

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.25>

Литовченко В. П.

інтерн

Української військово-медичної академії

Литовченко С. В.

доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник,  
завідувач відділу освіти дітей з порушеннями слуху

Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка  
Національної академії педагогічних наук України

### БЕЗБАР'ЄРНОСТЬ СТОМАТОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПАЦІЄНТАМ З ОСОБЛИВИМИ КОМУНІКАТИВНИМИ ПОТРЕБАМИ: ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ ТА ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТИ

### BARRIERITY OF DENTAL CARE FOR PATIENTS WITH SPECIAL COMMUNICATIVE NEEDS: ORGANIZATIONAL AND PSYCHOLOGICAL

У статті представлено аналітичний огляд нормативних документів, психолого-педагогічних, медичних досліджень в контексті проблеми, що досліджувалася; проаналізовано сутність та особливості організації безбар'єрного доступу до стоматологічних послуг для пацієнтів з особливими комунікативними потребами, розглянуто приклади доцільних пристосувань (прозорі захисні маски, «телемедицина» тощо). На основі теоретичного аналізу визначено основні аспекти безбар'єрності стоматологічної допомоги пацієнтам з порушеннями слуху: законодавчий, економічний, освітній (розроблення навчально-методичного забезпечення, підготовка та перепідготовка фахівців), практичний (застосування сучасних форм, методів, технологій), адаптивний (забезпечення доступності до якісних стоматологічних послуг, дотримання принципів «універсального дизайну», впровадження адаптацій та «розумних пристосувань», урахування індивідуальних потреб кожного пацієнта). Акцентовано, що особливі потреби зумовлюють, насамперед, необхідність внесення коректив у процес надання послуг, планування та застосування певних пристосувань середовища. Проте доцільно спочатку передбачити «універсальний дизайн» організації стоматологічної допомоги, який включає *варіативність* (множинні способи і формати допомоги), *адаптивність* (здатність змінюватися, пристосовуватися), *гнучкість* (урахування різних потреб, багатоманітності) у наданні послуг, використання сучасного обладнання та технологій, дотримання норм доступності. З метою вивчення думки експертів, обговорення психологічних та організаційних аспектів надання стоматологічних послуг пацієнтам з порушеннями слуху (особливими потребами), підвищення обізнаності з цього питання розроблено та проведено відкриті лекції-дискусії «Стоматологічна інклюзивна толока» на платформі Clubhouse.

**Ключові слова:** безбар'єрність, стоматологічна допомога, пацієнти з особливими потребами, комунікативні потреби, адаптації при наданні стоматологічних послуг.

The article presents an analytical review of normative documents, psychological and pedagogical, medical research in the context of the problem under study; the essence and features of the organization of barrier-free access to dental services for patients with special communication needs are analyzed, examples of appropriate devices are considered (transparent protective masks, «telemedicine», etc.). Based on theoretical analysis, the main aspects of barrier-free dental care for patients with hearing impairments are identified: legislative, economic, educational (development of educational and methodological support, training and retraining), practical (use of modern forms, methods, technologies), adaptive (accessibility) to quality dental services, adherence to the principles of «universal design», the introduction of adaptations and «reasonable accommodation», taking into account the individual needs of each patient). It is emphasized that special needs determine, first of all, the need to make adjustments in the process of providing services, planning and application of certain environmental adaptations. However, it is advisable to first provide a «universal design» of dental care, which includes variability (multiple ways and formats of care), adaptability (ability to change, adapt), flexibility (taking into account different needs, diversity) in providing services, use of modern equipment and technology, compliance accessibility standards. In order to study the opinion of experts, discuss psychological and organizational aspects of providing dental services to patients with hearing impairments (special needs), raise awareness on this issue developed and conducted open lectures-discussions «Dental Inclusive Toloka» on the Clubhouse platform.

**Key words:** barrier-free, dental care, patients with special needs, communication needs, adaptations in the provision of dental services.

**Вступ.** Сьогодні Україна виборює своє право бути частиною демократичного світу, об'єднаного спільними цінностями – цінність кожної людини, толерантність, недопущення дискримінації, повага до відмінностей (інакшості). Це висуває нові вимоги до

технологічного досвіду фахівців, що беруть участь у впровадженні особистісно-орієнтованих моделей надання послуг, зокрема у сфері охорони здоров'я.

**Мета статті** – на основі теоретичного аналізу та вивчення думки експертів визначити основні пси-

хологічні та організаційні умови (аспекти) забезпечення безбар'єрності стоматологічної допомоги пацієнтам з порушеннями слуху з огляду на особливі потреби комунікації.

Основними **методами дослідження** визначено: методи теоретичного аналізу літературних джерел та результатів сучасних досліджень, представлених у електронних наукових виданнях, включених до наукометричних баз даних PubMed, Index Copernicus, Ulrich's Periodicals, Google Scholar, Web of Science, Scopus, Medline та ін.; аналізу нормативно-правових документів – Укази Президента України, Закони України, накази МОЗ України тощо (Законодавство України <https://zakon.rada.gov.ua/laws>; нормативно-правові документи МОЗ України <https://mozdocs.kiev.ua>), а також узагальнення знань та практичного досвіду, отриманих під час навчання на кафедрі щелепно-лицьової хірургії і стоматології Української військово-медичної академії (УВМА), вивчення оцінки лікарями та пацієнтами наявних проблем організації стоматологічної допомоги людям з особливими потребами під час відкритих авторських лекцій-дискусій «стоматологічна інклюзивна толока» на платформі Clubhouse.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Стиль взаємовідносин, який проявляється через спілкування, – це стійка форма способів і засобів взаємодії людей один з одним, у контексті дослідження – медичного персоналу та пацієнта. Серед чинників правильно обраного стилю взаємовідносин – довіра, воля, розкутість, відсутність страху, наявність доброзичливого взаєморозуміння в групі учасників [1].

Традиційно відносини та комунікація між лікарем і пацієнтом вибудувалися за стилем, що можна назвати «авторитарним». Проте сьогодні важливу роль відіграє «пацієнт орієнтований підхід», за якого основну увагу зосереджено на якості процесу взаємодії. Змінюється «суперпозиція» лікаря як однозначного експерта, який надає інформацію пацієнтові, що пасивно її сприймає; на сучасному етапі відносини стають демократичними, активними суб'єктами взаємодії виступають всі її учасники; обмін інформацією, думка кожного є важливою.

Варто підкреслити, що у будь-яких відносинах (особливо при доброзичливому типі обслуговування) ефективне спілкування, що веде до взаємної довіри, є вирішальним елементом успіху взаємодії. Відтак, важливим постає питання усунення тих бар'єрів, що перешкоджають імплементації «пацієнт орієнтованого підходу».

На сучасному етапі в Україні значною є увага до проблеми доступності, безбар'єрності. «Довідник безбар'єрності» (ініціаторка проєкту О. Зеленська) визначає ключове поняття: «Бар'єри – це ті перепони, які заважають різним людям отримати доступ до можливостей, і через це не дають їм повністю реалізувати свої права» [2]. Дуже часто бар'єри створює саме суспільство внаслідок незнання, стереотипів та упереджень. Через це виникає неправильний та незручний дизайн, дискримінаційні процедури і негативне ставлення.

Бар'єри можуть проявлятися по-різному. Наприклад, архітектурні, фізичні, організаційні, інформаційні, інституційні, законодавчі. Інформаційні бар'єри виникають через те, що лише незначний відсоток інформації подається з урахуванням того, що її сприйматимуть різні люди (зокрема з порушеннями слуху). Брак коректної інформації теж можна віднести до цієї категорії [2].

З точки зору психології «бар'єри – це сукупність ментальних стереотипів (звичних уявлень, образів, способів інтелектуальних дій), які заважають побачити інший варіант, спосіб здійснення діяльності, створюють перешкоди для неї» (Н. Гоцуляк) [3]. Дослідники розглядають проблему бар'єрів через поняття «установка» (стан готовності до активної дії, спрямованої на досягнення певної мети чи задоволення потреби). Панування певних установок у поведінці людини відбувається доти, поки не виникає завдання, вирішення якого виявляється неможливим за допомогою готових форм поведінки [1, 3].

Багатоманітність бар'єрів відповідає поняттям соціальної психології (стосується особистості, спільноти, діяльності, спілкування). Наприклад, психологічний бар'єр, який контролює дистанцію спілкування представників однієї спільноти з іншими, є психологічним бар'єром спільноти (працівники, котрі продовжують підтримувати принципи сегрегації щодо людей з особливими потребами). Такий бар'єр проявляється у протиставленні особистостей, об'єднаних поняттями «ми» і «вони» [1].

У межах спеціальної психології та педагогіки на часі відмова від «медичної моделі розуміння особливих освітніх потреб», натомість врахування індивідуальних особливостей розвитку, які можуть створювати або не створювати бар'єри для навчання та соціальної адаптації; особливі потреби також залежать від «контекстуальних факторів навколишнього середовища», які впливають на весь хід розвитку дитини (серед таких факторів можемо розглядати послугу раннього втручання, технічні засоби корекції, супровід міждисциплінарної команди фахівців, адаптації середовища загалом); використовуються терміни «потреба», «особливі потреби», «індивідуальні особливі потреби» [4].

Розглянемо напрями забезпечення безбар'єрності для пацієнтів з особливими потребами, серед яких окрему групу становлять люди з порушеннями слуху з огляду на специфічні потреби у комунікації.

Люди з порушеннями мовлення та слуху стикаються з серйозними проблемами (бар'єрами) у спілкуванні з медичними працівниками. Для забезпечення кращого доступу до медичних послуг, стоматологічної допомоги слід усунути «перешкоди» у повноцінній комунікації [5].

У сучасних нормативних документах *стоматологічна допомога* визначається як комплекс заходів, які проводяться на підставі локальних та уніфікованих протоколів, щодо проведення оцінки, діагностики, профілактики та лікування захворювань порожнини рота, щелепово-лицьової області та суміжних

і пов'язаних з ними впливів на організм людини, з метою задоволення потреб людини у підтриманні та відновленні її стоматологічного здоров'я.

*Стоматологічну послугу* розглядають як похідну від стоматологічної допомоги, у порівняно вужчому значенні – як комплекс дій стоматолога щодо проведення оцінки, діагностики, профілактики та лікування (хірургічних та нехірургічних) захворювань порожнини рота, щелепно-лицьової області та суміжних і пов'язаних з ними впливів на організм людини, які мають самостійне закінчене значення і визначену вартість [6].

Аналіз сучасних досліджень підтверджує актуальність проблеми доступності стоматологічної допомоги пацієнтам з особливими потребами, зокрема порушеннями слуху. Наявні значні ризики:

- через відсутність «стратегій комунікації» та знань про особливості спілкування людей з порушеннями слуху медичні працівники часто не готові надати пацієнтам глухим або зі зниженим слухом (слабочуючим) доступну та адаптовану медичну допомогу [7];

- потреба в організації ефективної взаємодії не обмежується зустріччю «пацієнт-лікар»; пацієнти з порушеннями слуху вказують на труднощі щодо запису на прийом до медичного закладу, отримання затребуваної допомоги від персоналу клініки, можливість успішно зв'язатися з клінікою самостійно через бар'єри у комунікації [8];

- комунікаційні бар'єри, а також недостатнє знання культури Глухих можуть заважати побудові довірчих стосунків і викликати страх, недовіру, розчарування; тому пацієнти з порушеннями слуху можуть бути не задоволені медичним обслуговуванням і рідше звертаються до лікарів [7].

Отже, подолання бар'єрів / усунення перешкод у комунікації лікарів та пацієнтів з особливими потребами, зокрема порушеннями слуху, є одним з пріоритетів організації стоматологічної допомоги.

У такому контексті важливо зазначити: термін «людина з порушенням слуху» (у міжнародних публікаціях «глухий», «зі зниженим слухом» – англ. *Deaf or hard of hearing, D&HH*) використовуємо для позначення всіх людей з різним ступенем порушеннями слуху (від легкого до глибокого). Термін «Глухий» (*Deaf*) пишеться з великої літери, передбачає включення осіб, що належать до культурно-лінгвістичних спільнот глухих людей, де такі особи розглядаються в соціокультурному контексті, що перебуває поза статусом слуху; основним засобом комунікації для членів спільноти є національна жестова мова [9].

*Нормативні основи.* Підґрунтям у розвитку системи охорони здоров'я населення України є реалізація основних положень Конституції та законів України щодо забезпечення доступної кваліфікованої медичної допомоги кожному громадянину України. Останні десять років характеризувались кардинальними процесами трансформації охорони здоров'я, запровадженням нових механізмів фінансування та управління галузі, здатних забезпечити медичне обслуговування для всіх громадян України

нарівні розвинутих європейських держав та орієнтованих на пацієнта [10, 11, 12].

Суттєвими у межах проблеми дослідження є заходи щодо забезпечення доступності та дотримання міжнародних та конституційних принципів у сфері медицини, соціального захисту. Так, 3 грудня 2020 року Президент підписав Указ «Про забезпечення створення безбар'єрного простору в Україні». За цей час:

- ухвалено Національну стратегію безбар'єрності – стандарти рівних можливостей для всіх груп населення;

- за координації Міністерства розвитку громад та територій розроблено «План заходів із подолання бар'єрів» – дорожню карту для кожного відомства;

- з метою інформування щодо втілення означених планів підготовлено комунікаційну стратегію (зв'язок органів влади за цим напрямом забезпечує Міністерство культури та інформаційної політики);

- створено Раду безбар'єрності при Кабміні – громадські експерти зі свого боку контролюватимуть виконання Нацстратегії;

- розпочато втілення семи флагманських проєктів міністерств: Стандарти інфраструктурної безбар'єрності України – реалізує Міністерство інфраструктури України;

- розроблено інформаційну кампанію «Україна без бар'єрів», яку реалізує Міністерство культури та інформаційної політики;

- забезпечується фізична доступність громадських будівель (реалізує Міністерство розвитку громад та територій України);

- впроваджується «Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я» МКФ (реалізує Міністерство охорони здоров'я) [13]. Динаміку впровадження заходів щодо створення безбар'єрного простору представлено на рис. 1. [13].

Сьогодні важливим та актуальним постає питання гармонізації національних стандартів з чинними у світі стандартами та класифікаторами, впровадження міжнародно визнаних норм в Україні для подальшої інтеграції із світовим інформаційним простором, зокрема:

- Міжнародною статистичною класифікацією хвороб і споріднених проблем охорони здоров'я (МКХ-10 та подальші видання);

- Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності і здоров'я (МКФ та подальші видання);

- Міжнародною класифікацією первинної допомоги (ICPC-2-E та подальші видання);

- Австралійським класифікатором медичних інтервенцій (ACHI); Систематизованою медичною номенклатурою клінічних термінів (SNOMED);

- найменуванням та кодами ідентифікаторів логічних спостережень (LOINC);

- міжнародними технічними стандартами обміну даних FHIR, ISO/IEC, оригінальним класифікатором МНН, АТХ (АТC)-код, ТАС (форми випуску лікарських засобів).



Рис. 1. Динаміка впровадження заходів щодо забезпечення безбар'єрного простору в Україні

– забезпечення доступності «е-здоров'я» для користувачів-пацієнтів з порушеннями зору, слуху, опорно-рухового апарату, мовлення та інтелектуального розвитку, а також з різними комбінаціями порушень відповідно до ДСТУ ISO/IEC 40500:2015 «Інформаційні технології. Настанова з доступності веб-контенту W3C (WCAG) 2.02» [14, 15].

Окрім законодавчих рішень та ініціатив, важливими у забезпеченні безбар'єрності в наданні стоматологічних послуг постають *питання економіки*. Кардинальні зміни в системі фінансування стоматологічної допомоги розпочато з 1 квітня 2020 року, коли впроваджено «Програму медичних гарантій на рівні вторинної (спеціалізованої) медичної допомоги», що повністю змінила систему фінансування медичної і стоматологічної допомоги. Заклади охорони здоров'я, які надають вторинну (спеціалізовану) медичну допомогу, зокрема й стоматологічну, працюють за угодами з «Національною службою здоров'я України» і отримують відповідне фінансування за надані медичні послуги [10].

*Підготовка лікарів-стоматологів.* Особливе місце в межах проблеми посідає підготовка лікарів стоматологів до роботи з пацієнтами з особливими потребами (порушеннями слуху) у закладах вищої та післядипломної освіти. За результатами аналізу зарубіжного досвіду встановлено, що освітні програми багатьох медичних вишів включають курси щодо врахування особливих потреб пацієнтів. Так, наприклад, в Німеччині у рамках програми «Порушення тиші» розроблено майстер-клас для навчання студентів-медиків спілкуванню з пацієнтами з порушеннями слуху, які мають різні комунікативні потреби. Програма «Порушення тиші» заснована у 2013 році; є студентською ініціативою, спрямованою на краще розуміння майбутніми лікарями культури Глухих; це одна з програм Німецької асоціації студентів-медиків, яку у всьому світі представляє Міжнародна федерація асоціацій студентів-медиків (IFMSA) [7].

Американська медична асоціація визнала необхідність усвідомлення та розуміння культурних

відмінностей, які впливають на якість медичної допомоги, що надається пацієнтам з D&HH. Студентів-медиків на перших етапах підготовки навчають основам ефективного спілкування з пацієнтами, натомість багато студентів не мають базових навичок спілкування з людьми з порушеннями слуху. Вчені вважають, що включення поінформованості про спілкування з пацієнтами D&HH в медичну освіту допоможе задовольнити особливі потреби таких людей [16].

Необхідно підкреслити, що особливі потреби зумовлюють, насамперед, необхідність внесення коректив у процес надання послуг, планування та застосування певних пристосувань середовища. Проте набагато простіше спочатку передбачити «універсальний дизайн» організації стоматологічної допомоги, який включає *варіативність* (множинні способи і формати допомоги), *адаптивність* (здатність змінюватися, пристосовуватися), *гнучкість* (урахування різних потреб, багатоманітності) у наданні послуг, використання сучасного обладнання та технологій, дотримання норм доступності.

*Доступність* розуміємо як чіткі норми, затверджені органом державної влади, які регулюють проектування середовища, предметів чи послуг так, щоб ними могли користуватись як окремі маломобільні групи населення, так і населення в цілому.

Прикладом доступності у стоматології може виступати планування дентальної імплантації за допомогою програм додатків (*штучного інтелекту*). Тришки про історію: Дж. Маккарті – математик, який вперше використав термін «штучний інтелект» у 1955 році і вважається його засновником. Вчений обрав цей термін, щоб пояснити потенціал машин виконувати завдання, які входять до діапазону «розумних видів діяльності». У сучасному світі під штучним інтелектом розуміють будь-яку машину або технологію, яка здатна імітувати когнітивні навички людини. Штучний інтелект використовувався в стоматології, щоб зробити процес діагностики більш точним та ефективним, що є надзвичайно важливим для досягнення найкращих результатів лікування.



Фахівці зазначають важливість діагностики та оцінки очікуваних результатів у медицині: «стоматологи мають використовувати всі знання, щоб поставити діагноз та обрати найкращий варіант лікування. Вони також повинні передбачати результат лікування. Однак, у деяких випадках лікарі не мають достатньо інформації, щоб прийняти правильне клінічне рішення за обмежений час. Додатки з штучним інтелектом можуть бути їх «путівником», щоб вони могли приймати кращі рішення та працювати ефективніше» [17].

Універсальний дизайн – це інструмент першого, основного рівня підтримки. Проте, для деяких пацієнтів необхідною є додаткова, більш інтенсивна чи специфічна (можливо індивідуально спрямована) підтримка. У такому випадку йдеться про *адаптації*.

*Адаптація* – це вимушене рішення, до якого необхідно звертатись у критичних (крайніх) ситуаціях, коли для універсальних чи доступних рішень не вистачає достатнього простору, економічних чи правових чинників для їхньої реалізації або інших зовнішніх обставин. «Адаптація створює можливості для розв'язання локальних проблем, але завдяки їй неможливо побудувати повну безбар'єрність. Оскільки вона вирішує проблему доступу окремої людини, деякі групи людей можуть мати труднощі через абсолютно інші «просторові» бар'єри. Вона (адаптація) є допоміжним засобом для досягнення універсального дизайну у наявному конкретному просторі» [18].

В першу чергу *адаптацію* розглядаємо як пристосування наявного простору чи предмету до рівня доступності. В іншому сенсі, порівняно вужчому, використовуємо термін «розумне пристосування» (запровадження, якщо це потрібно в конкретному випадку, необхідних модифікацій і адаптацій з метою забезпечення реалізації особами з особливими потребами конституційних прав нарівні з іншими особами).

Як приклад адаптацій в стоматологічній практиці розглядаємо використання лікарем-стоматологом та

допоміжним персоналом *прозорих захисних масок*. Носіння універсальної маски є важливим заходом охорони здоров'я для запобігання поширенню інфекційних захворювань, зокрема COVID-19. Однак дослідження показали, що маски негативно впливають на спілкування та здатність людини передавати емоції, що може погіршити відносини між пацієнтом і лікарем. Крім того, використання масок створює унікальні проблеми для людей з порушеннями слуху (D&HH). Ще до COVID-19 люди з порушеннями слуху стикалися з комунікаційними бар'єрами в закладах охорони здоров'я через високий рівень шуму внаслідок використання спеціального обладнання тощо. Відомо, що медичні маски та «екрани» (шоломи) створюють перепони для звуку та спотворюють його (захисні засоби впливають на частоту звуку і приглушують звуки мовлення на 3-4 дБ для хірургічних масок (порівняно найменша кількість спотворень для розуміння мовлення) і на 12 дБ для респіраторів), а також перешкоджають візуалізації губ і виразу обличчя медичних працівників (для «зчитування» інформації). Пацієнти з особливими потребами стикаються з дедалі більшими перешкодами під час отримання медичних послуг, широке застосування медичних масок критично впливає на сприймання інформації людьми з порушеннями слуху (пацієнт не може «прочитати інформацію з губ» якщо на обличчі лікаря маска). Відмовитися від використання масок не можливо; ймовірність тривалого використання масок для обличчя після пандемії COVID-19, особливо в закладах охорони здоров'я, підвищує важливість вирішення цих проблем. У такому випадку адаптаційним рішенням є *прозорі захисні маски*, які здатні пом'якшити стресові чинники, пов'язані з спілкуванням через широке поширення стандартних масок (прозорі маски допомагають у візуальному сприйнятті інформації) [19]. Приклад використання прозорої захисної маски представлено на рис. 2. [19].



Рис. 2. Прозорі захисні маски як приклад адаптації у стоматології

Дотримання норм доступності включає також «розумні пристосування» як варіант адаптаційних рішень. Прикладом може виступати «*телестоматологія*» – форма «*телемедицини*» (telemedicine), що використовує електронні медичні записи, інформаційно-комунікаційні технології (ІКТ), цифрову фотографію та Інтернет для консультацій, спостереження, підвищення кваліфікації. Термін «телемедицина» іноді вживається як синонім або в більш вузькому значенні для опису віддалених клінічних послуг, зокрема діагностики та моніторингу. Технології «*telehealth*» (мобільні інструменти) є привабливою інновацією завдяки мобільному підключенню, покращенню можливостей цифрової фотографії та обчислювальної потужності смартфонів, що дозволяє користувачам виконувати різноманітні завдання, такі як обробка, зберігання та передача даних, а також доступ до недорогих хмарних платформ. Застосування камери для смартфона в стоматологічній фотографії розглядається доцільним для запису базового стану здоров'я порожнини рота перед клінічним прийомом, що можна використовувати для підтвердження діагнозу та підготовки відповідного плану лікування. Оскільки смартфони широко розповсюджені та доступні в будь-який час, їх зручно використовувати як пристрої для надання медичної допомоги з метою покращення стоматологічних послуг, орієнтованих на пацієнта. Послуги «телемедицини» є оптимальним для сільського населення, людей з особливими потребами, в умовах пандемії, військового стану тощо (для пацієнтів, які не мають або мають обмежений доступ до медичних установ). Результати сучасних досліджень показали, що використання стоматологічної фотографії для скринінгу є можливим й запропонували помірну діагностичну точність щодо візуального стоматологічного скринінгу [20].

Сучасною тенденцією у галузі охорони здоров'я, зокрема лабораторно-діагностичних послуг, є стрімкий розвиток технологій та технічних засобів. В стоматологічній практиці широко застосовуються такі додаткові методи обстеження як: рентгенографія (прицільна рентгенографія, ортопантомографія, комп'ютерна томографія), магнітно-резонансна томографія, T-scan, ВІО-JVA, гальванометрія, електроміографія, реографія, електроодонтодіагностика, гнатодинамометрія, періотест, аксіографія, мастикаціографія тощо. Лабораторні-діагностичні технології мають важливе значення в діагностиці захворювань і часто виступають «золотим стандартом» у встановленні остаточного діагнозу, адже суто клінічних даних в переважній більшості випадків є недостатньо. Водночас додаткові методи обстеження дають змогу лікарю спостерігати на скільки ті чи інші маніпуляції виконано правильно; оцінити остаточний результат лікування. Отже цей складник послуг також впливає на задоволеність пацієнтів щодо наданого лікування. Відтак необхідно зважати на доступність, безбар'єрність лабораторного-діагностичних послуг для пацієнтів з особливими потребами.

Налагодження ефективної комунікації є значущим під час встановлення анамнезу. Анамнез пацієнта (збір даних шляхом розпитування) є особливо важливим при діагностиці ряду захворювань, наприклад таких як м'язово-суглобова дисфункція скронево-нижньощелепного суглоба. Це пов'язано з причинами виникнення захворювання: до недавнього часу основним фактором в розвитку даної патології вважали порушення артикуляційно-оклюзійних співвідношень (Цимбалістов А.В., Лопушанська Т.А., 2010; Новіков В.М., 2014); нині все більше дослідників доводять, що домінуючим фактором є розлади у нейро-м'язовому компоненті зубощелепного апарату (Okeson J., 2016); існують й інші, менш вагомі, чинники виникнення патології – психологічні розлади пацієнта та дисгормональні прояви (Raman P., 2014; Reiter S., Emodi-Perlman F., 2015; Bascan S., Zengingul A., 2016) [21].

Розглянемо детальніше: збір даних починається зі спілкування з пацієнтом та складання систематизованого анамнезу. Перша розмова з людиною, що страждає на дисфункцію, є винятково важливою: особистий контакт сприяє досягненню взаєморозуміння та довіри, а також встановленню точного діагнозу. Стандартизовані діагностичні етапи призводять до збору індивідуальних даних, які мають сенс лише за комплексного аналізу; за результатами діагностики та спілкування визначається діагноз та створюється план лікування. Кожен випадок індивідуальний; це особливо проявляється щодо вираженої м'язово-суглобової дисфункції скронево-нижньощелепного суглоба, оскільки психологічний стан пацієнта має безпосередній вплив на перебіг захворювання. У процесі спілкування стоматологу важливо звернути увагу на такі аспекти: основні скарги, медичний анамнез, стоматологічний анамнез, анамнез болю [22].

Вирішення питання безбар'єрності у наданні стоматологічної допомоги пацієнтам з порушенням слуху, на нашу думку, потребує систематизації в межах визнаних моделей організації медичних послуг: соціально-екологічної моделі (SEM); поведінкової моделі використання медичних послуг Андерсена; моделі Precede-proceed (PPM), які в комплексі формують умовну концептуальну модель системи охорони здоров'я.

Розглянемо кожну з моделей: 1. *Соціально-екологічна модель (SEM)* була розроблена для подальшого розуміння динамічних взаємозв'язків між різними особистісними та екологічними факторами (автори – соціологи Чиказької школи, які працювали після Першої світової війни). В основу цієї моделі покладено чотири рівня: індивідуальний; міжособистісний; громада, організація та постачальник медичних послуг; федеральні, державні та місцеві інституції [23].

2. *Поведінкова модель використання медичних послуг Андерсена* – модель дослідження медичних послуг, яка підкреслює зв'язок «контекстуальних факторів» у наданні таких послуг. Усередині окремих компонентів моделі є три основні констру-



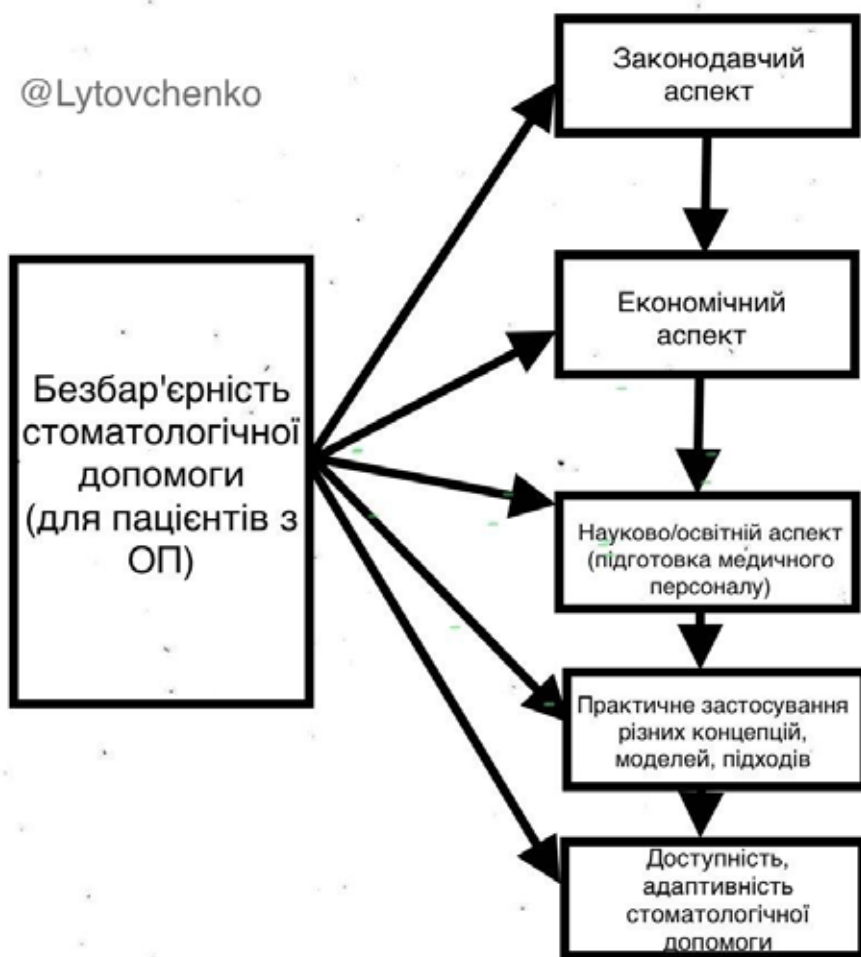
ції: сприятливі фактори, не сприятливі фактори та потреби [24].

Варто зазначити, що «контекстуальні фактори» включають два компонента: фактори навколишнього середовища та особистісні фактори, які можуть мати вплив на людину у певному стані здоров'я і стані, пов'язаному зі здоров'ям. Фактори навколишнього середовища становлять фізичне, соціальне середовище та середовище відносин, в якому живуть люди. Фактори навколишнього середовища організовано в класифікацію, щоб зосередитися на двох різних рівнях: індивідуальному та соціальному. Особистісні фактори є особливим фоном життя та гармонійного проживання людини та включають характеристики індивіда, які не є частиною стану здоров'я або станів, пов'язаних зі здоров'ям: стать, расу, вік, інші стани здоров'я, спорт, спосіб життя, звички, виховання, стилі подолання, соціальний досвід, освіту,

професію, минулий та теперішній досвід, загальну модель поведінки та стиль характеру, індивідуальні психологічні активи та інші характеристики. Всі або окремі з них можуть відігравати роль в обмеженні життєдіяльності на будь-якому рівні.

3. *Модель Precede-proceed (PPM)* – це система оцінки витрат і вигод (розроблена в 1974 році дослідниками Лоуренс та Грін, яких надихала модель Андерсена), що допомагає політикам та експертам аналізувати ситуації та ефективно планувати програми в сфері охорони здоров'я. PPM встановлює взаємозв'язок між соціальними та несоціальними факторами, включаючи індивідуальні особливості кожної людини та забезпечує покроковий підхід до вирішення проблем надання медичної допомоги, а отже і покращення рівня життя пацієнтів. [25].

Представлені моделі дозволяють представити концептуальну модель як «діаграму запропонова-



Логічне узагальнення необхідних компонентів (аспектів) спрямованих на забезпечення безбар'єрності стоматологічної допомоги для пацієнтів з особливими потребами

Рис. 3. Організаційні аспекти забезпечення безбар'єрності стоматологічної допомоги пацієнтам з особливими потребами

них причинно-наслідкових зв'язків між набором концепцій, які, як вважають, пов'язані з конкретною проблемою громадського здоров'я», що прагне синтезувати наявні докази (факти) для досліджень та практичного застосування [24].

На основі узагальнення результатів теоретичного аналізу визначено основні аспекти безбар'єрності стоматологічної допомоги пацієнтам з особливими потребами, зокрема порушеннями слуху: законодавчий, економічний, освітній (розроблення навчально-методичного забезпечення, підготовка та перепідготовка фахівців), практичний (застосування сучасних форм, методів, технологій), адаптивний (забезпечення доступності до якісних стоматологічних послуг). Взаємозв'язок компонентів схематично представлено на рис. 3.

З'ясування стану проблеми в стоматологічній практиці передбачало вивчення експертної думки лікарів. Зокрема в рамках обговорення психологічних та організаційних аспектів надання стоматологічних послуг пацієнтам, що мають порушення слуху (з особливими потребами), підвищення обізнаності з цього питання протягом 2020-2021 рр. нами було проведено ряд відкритих лекцій-дискусій «Стоматологічна інклюзивна толока» на платформі Clubhouse – соціальна мережа, яка заснована на голосовому спілкуванні (програма запущена в 2020 р. розробниками програмного забезпечення Alpha Exploration Co). До обговорення, в межах якого акцентовано увагу на актуальності даної проблематики, її найважливіших викликах та шляхах їх вирішення, мали можливість долучатись лікарі-стоматологи з будь яких країн світу (представлено на рис. 4). Варто зауважити, що дана ініціатива була відзначена перемогою за профільною номінацією в щорічному конкурсі «Молодий вчений року», який започатковано та проведено Радою молодих учених Міністерства освіти і науки України.]

Думка пацієнта стає все більш важливою у процесі вдосконалення системи надання медичної допомоги. Показником результативності медичної допомоги є рівень задоволеності пацієнтів, що розглядається як один із найважливіших факторів, що визначають успіх закладу охорони здоров'я.

У міжнародній практиці «оцінці наданих медичних послуг з точки зору пацієнтів приділяється більшої уваги, вона стала основним атрибутом будь-якої системи охорони здоров'я, оскільки служить цінним індикатором для вимірювання успіху надання послуг, особливо в лікарнях приватного сектору, а зважаючи на проведення реформ, то і в державних закладах охорони здоров'я» [26].

Для нашої країни залишається актуальним питання забезпечення населення доступною та якісною стоматологічною допомогою. Досягнення цієї мети є можливим шляхом запровадження державних фінансових гарантій, загальнообов'язкового державного медичного страхування, у рамках якого державні фінансові гарантії працюватимуть, як страхові програми та гарантії. «Кадровий потенціал, розгалужена структура закладів та кабінетів різних



Рис. 4. Авторські лекції-дискусії «Стоматологічна інклюзивна толока» на платформі Clubhouse

форм власності, що надають медичну стоматологічну допомогу населенню України, дають надію, що при правильній організації та раціональних підходах громадяни України, всі, хто цього потребує, отримуватимуть доступну, якісну та кваліфіковану стоматологію на теренах держави» [27].

**Висновки з проведеного дослідження.** Сьогодні безбар'єрність інклюзивність стоматологічної допомоги є актуальним напрямом психологічних досліджень. Встановлено, що особливі потреби пацієнтів передбачають внесення змін в організацію середовища медичних установ.

На основі теоретичного аналізу визначено основні аспекти безбар'єрності стоматологічної допомоги пацієнтам з порушеннями слуху, які мають особливі комунікативні потреби: законодавчий, економічний, освітній (розроблення навчально-методичного забезпечення, підготовка та перепідготовка фахівців), практичний (застосування сучасних форм, методів, технологій), адаптивний (забезпечення доступності до якісних стоматологічних послуг, дотримання принципів «універсального дизайну», упродовження адаптацій та «розумних пристосувань», урахування індивідуальних потреб кожного пацієнта).

Стаття не висвітлює розглянуті питання повною мірою, представляє найбільш актуальні їх аспекти. Важливими є створення умов для міждисциплінарних досліджень питань доступності медичних послуг, організація обговорень, що дають можливість співставлення проблем та спільного пошуку шляхів їх вирішення.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Колупаєва А. А., Данілавічюте Е. А., Литовченко С. В. Професійне співробітництво в інклюзивному навчальному закладі : навч.-метод. посіб. Київ : Видавнича група «А.С.К.», 2012. 192 с.
2. Довідник безбар'єрності. URL: <https://bf.in.ua> (дата звернення 26.05.2022).
3. Гоцюляк Н. Е. Theoretical-methodological analysis of subject-subject interaction in higher educational institution. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2017. Вип. 38. С. 111-122.
4. Литовченко С. В. Система автоматизації роботи інклюзивно-ресурсних центрів: контент щодо особливих освітніх потреб. *Вісник післядипломної освіти*. 2020. Вип. 13 (42). С. 123-140. [https://doi.org/10.32405/2218-7650-2020-13\(42\)-123-139](https://doi.org/10.32405/2218-7650-2020-13(42)-123-139)
5. Alkadhi O., Abdulrahman B., Alhawas S., Almanie L., Alsalmi H., Aljumah A. The need for a Smart Phone Application to Facilitate Communication Between Deaf-Mute and Hearing-Impaired Patients and Dentists. *Journal of family medicine and primary care*. 2021. 10 (8). P. 2928-2932. [https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc\\_2308\\_20](https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_2308_20)
6. Про стоматологічну діяльність : Проект Закону України від 31.05.2016 № 4736. URL: [https://ips.ligazakon.net/document/view/jh3nk00a?an=379&ed=2016\\_05\\_31](https://ips.ligazakon.net/document/view/jh3nk00a?an=379&ed=2016_05_31) (дата звернення 26.05.2022).
7. Kruse J., Zimmermann A., Fuchs M., Rotzoll D. Deaf awareness workshop for medical students – an evaluation. *GMS J Med Educ*. 2021. Nov 15. 38(7): Doc118. doi: 10.3205/zma001514. PMID: 34957323; PMCID: PMC8675376 URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34957323/> (дата звернення 26.05.2022).
8. Tsimpida D., Galanis P., Kaitelidou D. Inequalities in Access to Health Services Faced by the Population with Hearing Loss in Greece: a Cross-Sectional Study. *European journal for Person Centred Healthcare*. 2019. Vol. 7, No. 2. P. 386. <https://doi.org/10.5750/ejrch.v7i2.1721>
9. Литовченко С. В. Важливі аспекти реалізації послуги раннього втручання для дітей з порушеннями слуху. *Особлива дитина : навчання та виховання*. 2020. № 3. С. 47-52.
10. Мазур І. П., Лехан В. М., Рибачук А. В. Трансформації стоматологічної галузі за період незалежності України та їх вплив на доступність стоматологічної допомоги. *Медичні перспективи*. 2022. Т. 27, № 1. С. 184-192. <https://doi.org/10.26641/2307-0404.2022.1.254470>
11. Національна стратегія реформування системи охорони здоров'я в Україні на період 2015-2020 роки. URL: <https://moz.gov.ua/strategija> (дата звернення 26.05.2022).
12. The State of Oral Health in Europe Report Commissioned by the Platform for Better Oral Health in Europe Dr. Reena Patel, Dental Advisor. URL: [www.oralhealthplatform.eu/](http://www.oralhealthplatform.eu/) (дата звернення 26.05.2022).
13. О. Зеленська підбила підсумки проектів зі створення доступного середовища для різних груп населення. *Президент України* : веб-сайт. URL: <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenska-pidbila-pidsumki-proektiv-zi-stvorennya-dostu-72281> (дата звернення 26.05.2022).
14. Про схвалення Концепції розвитку електронної охорони здоров'я : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 28 грудня 2020 р. № 1671-р. Дата оновлення : 09.02.2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1671-2020-%D1%80#Text> (дата звернення 26.05.2022).
15. Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я : МКФ : Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 23.05.2018 № 981. URL: [https://moz.gov.ua/uploads/1/5262-dn\\_20180523\\_981\\_dod\\_1.pdf](https://moz.gov.ua/uploads/1/5262-dn_20180523_981_dod_1.pdf) (дата звернення 26.05.2022).
16. Kung M. S., Lozano A., Covas V. J., Rivera-González L., Hernández-Blanco Y. Y., Diaz-Algorri Y., Chinapen S. Assessing Medical Students' Knowledge of the Deaf Culture and Community in Puerto Rico: A Descriptive Study. *J Med Educ Curric Dev*. 2021 Feb 4;8:2382120521992326. doi: 10.1177/2382120521992326. PMID: 33614968; PMCID: PMC7871049. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7871049/> (дата звернення 26.05.2022).
17. Khanagar S. B., Al-Ehaideb A., Maganur P.C., Vishwanathiah S., Patil S., Baeshen H. A., Sarode S. C., Bhandi S. Developments, application, and performance of artificial intelligence in dentistry – A systematic review. *J Dent Sci*. 2021 Jan;16(1):508-522. doi: 10.1016/j.jds.2020.06.019. Epub 2020 Jun 30. PMID: 33384840; PMCID: PMC7770297 URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7770297/> (дата звернення 26.05.2022).
18. Альбом безбар'єрних рішень : посіб. для проєктувальників публічних просторів. URL: [https://www.minregion.gov.ua/wp-content/uploads/2021/12/albom-bezbar'yernih-rishen-rozdil\\_1.pdf](https://www.minregion.gov.ua/wp-content/uploads/2021/12/albom-bezbar'yernih-rishen-rozdil_1.pdf) (дата звернення 26.05.2022).
19. Chu J. N., Collins J. E., Chen T. T., Chai P. R., Dadabhoy F., Byrne J. D., Wentworth A., DeAndrea-Lazarus I. A., Moreland C. J., Wilson J. A. B., Booth A., Ghenand O., Hur C., Traverso G. Patient and Health Care Worker Perceptions of Communication and Ability to Identify Emotion When Wearing Standard and Transparent Masks. *JAMA Netw Open*. 2021 Nov 1;4(11):e2135386. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2021.35386. PMID: 34807257; PMCID: PMC8609412 URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8609412/> (дата звернення 26.05.2022).
20. Estai M., Kanagasingam Y., Mehdizadeh Y., Vignarajan J., Norman R., Huang B., Spallek H., Irving M., Arora A., Kruger E., Tennant M. Teledentistry as a novel pathway to improve dental health in school children: a research protocol for a randomised controlled trial. *BMC Oral Health*. 2020 Jan 14;20(1):11. doi: 10.1186/s12903-019-0992-1. PMID: 31937284; PMCID: PMC6961289. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6961289/> (дата звернення 26.05.2022).
21. Костюк Т. М. Комплексна діагностика, клініка, ортопедичне лікування та профілактика м'язово-суглобової дисфункції скронево-нижньощелепного суглоба : автореф. дис. ... докт. мед. наук : 14.01.22. Ужгород, 2021. 35 с.
22. Slavicek R. The masticatory organ: Functions and Dysfunctions. Видавничий дім «Азбука стоматолога», 2008. 544 с.
23. Social ecological model. URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/Social\\_ecological\\_model](https://en.wikipedia.org/wiki/Social_ecological_model) (дата звернення 26.05.2022).
24. James T. G., Varnes J. R., Sullivan M. K., Cheong J., Pearson T. A., Yurasek A. M., Miller M. D., McKee M. M. Conceptual Model of Emergency Department Utilization among Deaf and Hard-of-Hearing Patients: A Critical Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Dec 7;18(24):12901. doi: 10.3390/ijerph182412901. PMID: 34948509; PMCID: PMC8701061. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8701061/> (дата звернення 26.05.2022).
25. PRECEDE–PROCEED model. URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/PRECEDE%E2%80%93PROCEED\\_model](https://en.wikipedia.org/wiki/PRECEDE%E2%80%93PROCEED_model) (дата звернення 26.05.2022).
26. Manzoor F., Wei L., Hussain A., Asif M., Shah SIA. Patient Satisfaction with Health Care Services; An Application of Physician's Behavior as a Moderator. *Int J Environ Res Public Health*. 2019 Sep 9; 16(18):3318. doi: 10.3390/ijerph16183318. PMID: 31505840; PMCID: PMC6765938. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6765938/> (дата звернення 26.05.2022).
27. Мазур І. П., Вахненко О. М. Сторіччя української стоматології : здобутки та сучасні виклики. *Українські медичні вісті. Історія медицини. Актуально*. 2020. Т. 12. № 1 (84). DOI: 10.32471/umv.2709-6432.84.133 URL: <https://umv.com.ua/storichchya-ukrainskoi-stomatologii-zdobutki-ta-suchasni-vikliki/> (дата звернення 26.05.2022).

**Соколова Г. Б.**  
*доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації  
ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського»*

**Кравець Ю. О.**  
*аспірантка  
Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка  
Національної академії педагогічних наук України*

## **ДЕЯКІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК УМОВИ ЗАЛУЧЕННЯ ПІДЛІТКІВ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ДО СОЦІАЛЬНОГО ПРОСТОРУ**

### **SOME ASPECTS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL COMPETENCE AS CONDITIONS FOR INVOLVEMENT OF ADOLESCENTS WITH INTELLIGENCE DISORDERS IN SOCIAL SPACE**

Нова українська школа надає поштовхує науковій та практичній спільноті до виділення пріоритетних напрямів розвитку та соціально-психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами, забезпечення їхньої успішної соціалізації, комфортного входження в сучасний суспільний простір. В цьому контексті особливого значення набуває проблема максимального розкриття ресурсів кожної дитини з особливими освітніми потребами, її розвитку та реалізації як соціально компетентної та психологічно стабільної особистості.

Все це потребує створення оптимальних умов для соціалізації та соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами, а проблема формування соціально-психологічної компетентності підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку в сучасній спеціальній психології залишається однією з найбільш востребуваних та, водночас, складних та недостатньо розроблених, оскільки саме недостатня соціалізація та інтеграція цих дітей у соціум постає в подальшому джерелом серйозних особистісних проблем для цих дітей.

Основний вектор психолого-педагогічного підходу до розвитку соціально-психологічної компетентності дітей з особливими освітніми потребами орієнтований на розгляд порушень інтелекту не як зупинки в розвитку, а особливий спосіб вікової генези психіки, що залежить від особливостей змістовного наповнення навчання та виховання, які можуть розкрити потенціал кожної дитини. Ось чому українська держава та сучасна спеціальна психологія орієнтують суспільство на максимальну індивідуалізацію надання освітньо-виховних послуг, захист прав дитини з особливими потребами та її підготовку до комфортного та продуктивного залучення до соціального життя.

Особливу стурбованість вчених та практиків викликає схильність підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку до афективних реакцій, зниження когнітивної здатності до обробки інформації та низька рефлексія власних вчинків, що блокує критичне оцінювання складних ситуацій взаємодії з однолітками або дорослими та усвідомлення причин виникнення соціальних труднощів.

В даній статті представлено результати дослідження соціально-психологічної компетентності підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку щодо спілкування з однолітками та дорослими, вивчення якої проводилося наступним параметрам: знання про себе та однолітків; ініціативність та вибірковість у спілкуванні з однолітками та дорослими; наявність конфліктів у спільній діяльності; способи поведінки у конфліктних ситуаціях.

Констатовано, що соціально-психологічних компетенцій та життєвого досвіду підлітків з порушеннями інтелекту недостатньо для здійснення ефективної соціальної взаємодії, оскільки більшість з них має обмежений досвід поведінки у нових або змінюваних ситуаціях, але вони активно використовують свої індивідуальні відмінності в процесі попадання у складні соціальні ситуації.

**Ключові слова:** соціально-психологічна компетентність, діти з порушеннями інтелектуального розвитку, когнітивна сфера, особистісна сфера, емпатія.

The new Ukrainian school encourages the scientific and practical community to identify priority areas for development and socio-psychological support of children with special educational needs, ensuring their successful socialization, comfortable entry into modern society. In this context, the problem of maximum disclosure of the resources of each child with special educational needs, its development and implementation as a socially competent and psychologically stable individual is of particular importance.

All this requires the creation of optimal conditions for socialization and social adaptation of children with special educational needs, and the problem of forming socio-psychological competence of adolescents with intellectual disabilities in modern special psychology remains one of the most popular and complex and underdeveloped. and the integration of these children into society further becomes a source of serious personal problems for these children.

The main vector of psychological and pedagogical approach to the development of socio-psychological competence of children with special educational needs is focused on considering mental retardation not as a stop in development, but a special way of age genesis of the psyche, which depends on the content of learning and education. children. That is why the Ukrainian state and modern special psychology orient society to the maximum individualization of the provision

of educational services, protection of the rights of children with special needs and its preparation for comfortable and productive involvement in social life.

Of particular concern to scholars and practitioners are adolescents with intellectual disabilities who are prone to affective reactions, reduced cognitive ability to process information, and low reflection on their own actions.

This article presents the results of a study of socio-psychological competence of adolescents with intellectual disabilities to communicate with peers and adults, the study of which was conducted on the following parameters: knowledge about yourself and peers; initiative and selectivity in communicating with peers and adults; the presence of conflicts in joint activities; ways of behaving in conflict situations.

It was stated that socio-psychological competencies and life experience of adolescents with intellectual disabilities are insufficient for effective social interaction, as most of them have limited experience of behavior in new or changing situations, but they actively use their individual differences in difficult social situations.

**Key words:** socio-psychological competence, children with intellectual disabilities, cognitive sphere, personal sphere, empathy.

Системне реформування нової української школи надає суттєві поштовхи до виділення пріоритетних напрямів розвитку та соціально-психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами, забезпечення їхньої успішної соціалізації, комфортного входження в сучасний суспільний простір. Ось чому особливого значення в практичному та спеціально-психологічному науковому контексті набуває проблема максимального розкриття ресурсів кожної дитини з особливими освітніми потребами, її розвитку та реалізації як соціально-компетентної та психологічно стабільної особистості.

Все це потребує створення оптимальних умов для соціалізації та соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами, а проблема формування соціально-психологічної компетентності підлітків з порушенням інтелектуального розвитку в сучасній спеціальній психології залишається однією з найбільш востребуваних та, водночас, складних та недостатньо розроблених, оскільки саме недостатня соціалізація та інтеграція цих дітей у соціум постає в подальшому джерелом серйозних особистісних проблем для цих дітей.

Крім того, в дослідженнях сучасних українських та зарубіжних вчених: О. Вержиховської [1], Ю. Галецької [2], В. Засенка [5], В. Коваленко [6], А. Куренкової [8], Л. Прохоренко [5], Є. Рябець [9], Г. Соколової [11], В. Синьова [12], М. J. Mayer [14], G. Zimmermann [15] та ін. показано, що за останні десятиріччя під впливом екологічних, соціально-економічних та інших чинників чисельність дітей з порушеннями інтелекту збільшилася.

Основний вектор психолого-педагогічного підходу до розвитку соціально-психологічної компетентності дітей з особливими освітніми потребами був заданий Л. Виготським, який розглядав затримку інтелекту не як зупинку в розвитку, а особливий спосіб вікової генези психіки, що залежить від особливостей змістовного наповнення навчання та виховання, які можуть розкрити потенціал кожної дитини.

Ось чому українська держава та сучасна спеціальна психологія орієнтують суспільство на максимальну індивідуалізацію надання освітньо-виховних послуг, захист прав дитини з особливими потребами та її підготовку до комфортного та продуктивного залучення до соціального життя.

Такі комплексні задачі може розв'язати лише компетентнісний підхід (Л. Барінова [1], М. Гру-

док-Костюшко [4]) до виховання підлітків з порушенням інтелекту. Одним із аспектів застосування компетентнісного підходу в процесі виховання підлітків з порушенням інтелекту є формування у них соціально-психологічної компетентності як основи професійної реалізації в майбутньому, тому він є актуальним та практично і соціально значущим (В. Засенко [5], Г. Савіцька [10], Л. Прохоренко [5] та ін.).

Відомо, що формування та розвиток соціально-психологічної компетентності у підлітків з відхиленнями у розвитку дефіцитарно ослаблене. Процес набуття ними умінь та навичок, які складають соціально-психологічну компетентність, характеризуються своєрідністю, затягуються і строки формування даного утворення, оскільки психічний розвиток дітей з особливими освітніми потребами відбувається нестандартно та часто в нестабільних умовах [10].

Аналіз наукових першоджерел дозволив встановити, що специфіка соціально-психологічної компетентності підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку призводить до труднощів у спілкуванні та можуть проявлятися у слабкій диференційованості емоцій, браку вольового самоконтролю, проблемах сприйняття сигналів, які поступають із соціуму, зокрема, розуміння та ідентифікації емоційних станів іншої людини, які необхідно розуміти в процесі взаємодії, нерозвиненій емпатії, що ускладнює розуміння ситуації в дитячому колективі та в умовах змінюваних умов життєдіяльності (Г. Савіцька [10]).

Особливу стурбованість вчених та практиків викликає схильність підлітків з порушеннями інтелекту до афективних реакцій, зниження когнітивної здатності до обробки інформації та низька рефлексія власних вчинків, що блокує критичне оцінювання складних ситуацій взаємодії з однолітками або дорослими та усвідомлення причин виникнення соціальних труднощів (Ю. Корольова [7]). Крім того, в поведінці підлітків з порушеннями інтелекту також виявляються недостатність та незрілість мотивів і механізмів встановлення соціальних контактів із соціумом [7].

Отже, можна констатувати, що у підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку темпи формування комунікативних компетенцій уповільнені, виражені складнощі їхньої екстраполяції на схожі умови, а оволодіння складнішими навичками спотворене ланцюжками когнітивного опосередкування.

У цьому контексті особливого значення набуває формування різних компонентів соціально-психологічної компетентності підлітків з порушеннями інтелекту, оскільки в цей період віковий епігенез не залежно від форми інтелектуальних порушень сприяє конструюванню дитиною власного світогляду, індивідуальної системи цінностей та особливої Я-концепції, яка у підлітків порушеннями інтелекту є нестабільною та менш позитивною порівняно з однолітками, які розвиваються нормативно. Саме в цей період починається інтеграція та осмислення всієї інформації.

В межах нашого дослідження ми розуміємо соціальну компетентність як системне утворення, яке містить: підсистему когнітивних здібностей особистості та соціальну дійсність і реалізацію себе в ній; окремі соціальні компетенції у сфері взаємодії; індивідуальні сценарії поведінки в типових ситуаціях, що в сукупності дозволяє дитині продуктивно діяти в нових обставинах.

Ось чому в цей період перед психологами, вчителями та батьками постають серйозні виклики щодо психологічної підтримки дитини та наданні їй допомоги у вирішенні базового завдання, яке полягає у розвитку конвенційної поведінки, яка містить в собі не тільки систему актуальних рольових ідентифікацій, але й індивідуальний досвід особливого підлітка, накопичений на попередніх етапах розвитку.

В даній статті представлені результати дослідження соціально-психологічної компетентності підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку щодо спілкування з однолітками та дорослими, вивчення якої проводилося наступним параметрам:

- знання про себе та однолітків;
- ініціативність та вибірковість у спілкуванні з однолітками та дорослими;

- наявність конфліктів у спільній діяльності;
- способи поведінки у конфліктних ситуаціях.

Кожен параметр оцінювався за шестибальною шкалою (від 0 до 6 балів). Для отримання надійної інформації дослідження проводилося із залученням групи порівняння – підлітків, які розвиваються нормотипово.

Наведені у таблиці 1 дані свідчать, що підлітки, які розвиваються нормотипово, часто у будь-яких умовах ініціюють спілкування з однолітками (5-6 балів). Підлітки з порушеннями інтелекту не схильні до прояву ініціативи, проте за необхідності 41 % їх здатні спонукати до спілкування незнайомих (4 бали), а 48% – добре знайомих однолітків (2-3 бали). В групі підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку невелика кількість дітей (5,6 %) виявляє байдужість до оточуючих та не вступає з ними в контакт (0 балів).

Необхідно відмітити, що в обох групах порівняння підлітки виявляють наявність вибірковості у контактах. 75% підлітків з порушеннями інтелекту часто відмовляються від контактів із малознайомими дорослими людьми (3 бали). При цьому стійкі особистісні переваги сформовані лише у невеликій частині (5,5%) підлітків з порушеннями інтелекту (4 бали) і приблизно така сама кількість дітей (5,0%) у будь-якій ситуації не відмовляється від контактів навіть із незнайомою людиною (1 бал). Підлітки, які розвиваються норматипово, частіше (45%) виявляють стриманість у спілкуванні та стійкі особистісні реакції (6 балів).

Як ми бачимо з таблиці 2, переважна більшість підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку готові до спілкування з однолітками без конфліктів або рідко конфліктуючи з приводу розподілу ролей або відстоювання власної думки. Лише 20,5% під-

Таблиця 1

### Розвиток основних властивостей спілкування підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку, %

Параметри СПК	Підлітки з порушеннями інтелектуального розвитку							Нормотивові підлітки						
	Бали													
	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
Ініціативність у спілкуванні з однолітками	5,6	5,4	32	16	41	-	-	-	-	-	-	-	32	68
Вибірковість у спілкуванні з дорослими	-	5	13	75	5,5	-	5,1	-	-	-	-	35	20	45

Примітка: СПК – соціально-психологічна компетентність

Таблиця 2

### Розвиток контактності з однолітками підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку, %

Параметри СПК	Підлітки з порушеннями інтелектуального розвитку							Нормотипові підлітки						
	Бали													
	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
Конфлікти у спілкуванні	-	5,5	15	40	16	23,5	0	-	-	-	7	25	56	20
Особливості поведінки у конфліктній ситуації	-	5,6	17	38,4	39	-	-	-	-	-	3	22	43	32

Примітка: СПК – соціально-психологічна компетентність



літків з порушеннями інтелекту часто конфліктують з однолітками з різних приводів (1-2 бали). В обох групах порівняння більшість підлітків (відповідно 39% і 97%) намагаються не провокувати конфлікти (4-6 балів), а 39% підлітків з порушеннями інтелекту в конфліктних ситуаціях поступаються і, навіть, заспокоюють конфліктуючих (5 балів).

Проведене дослідження дозволяє зробити наступні висновки. Порівнюючи окремі компоненти соціально-психологічної компетентності підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку та їх нормотипових однолітків, можна констатувати, що сформованість соціально-психологічних компетенцій та життєвого досвіду підлітків з порушеннями інтелекту недостатня для здійснення ефективної соціальної взаємодії, оскільки більшість з них має обмежений досвід поведінки у нових або змінюваних ситуаціях.

Але в обох групах порівняння ми можемо констатувати вплив індивідуальних відмінностей на розвиток та реалізацію соціально-психологічної компетентності, що обов'язково необхідно врахувати при конкретизації комунікативних завдань, наданні цим дітям спеціальних освітніх послуг та створенні корекційної програми. Цей вид роботи є дуже корисним, оскільки підлітки з порушен-

нями інтелектуального розвитку з різною мірою успішності засвоюють знання про своє мікросоціальне оточення, засвоюють різні способи взаємодії з людьми.

Для організації виховної роботи та соціально-психологічного супроводження підлітків з особливими освітніми потребами важливо знати, що вони можуть проявляти обережність, вибірковість та стійкі індивідуальні реакції у спілкуванні. Конфліктні ситуації у процесі спільної діяльності підлітків з порушеннями інтелекту виникають рідко. Безумовно, розвиток усіх компонентів соціально-психологічної компетентності підлітків, які розвиваються нормотипово, відбувається швидше та інтенсивніше, аніж у підлітків з порушеннями інтелекту. На наш погляд, розвивальна програма має бути спрямованою на розвиток когнітивної сфери дітей (сприймання, пам'ять, мовлення), особистісної сфери (емпатія, основи рефлексії), формування зацікавленості у розширенні продуктивних контактів з дорослими та однолітками.

Все це сприяє ефективній взаємодії підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку з оточуючими та становить підґрунтя успішного формування у них соціально-психологічної компетентності з залученням до цієї роботи всіх фахівців та батьків.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Барінова Л.Я. Психологічна компетентність особистості. *Вісник ОНУ імені І.І. Мечникова*, 2014. Т.19. Вип 1 (31). С. 29-36.
2. Вержиковська О.М. Корекція порушень структури особистості підлітків з порушеннями інтелекту *Актуальні питання корекційної освіти*. № 17. 2019. С. 45-54.
3. Галецька Ю. Програма формування соціально-побутових навичок у дітей з помірним та тяжким ступенем інтелектуального порушення. *Актуальні питання корекційної освіти*. Випуск № 15. 2020. С. 106-112.
4. Грудок-Костюшко М.О. Компетентнісний підхід в освіті: формування діалогової компетентності в учнів загальноосвітніх шкіл. *Вісник ПУДПУ*. 2014. № 7-8. С. 74-80.
5. Засенко В., Прохоренко Л. «Особливі діти» в умовах особливого навчального року. *Вісник національної академії педагогічних наук України*. Том 2 № 2 (2020). С. 1-6.
6. Коваленко В.Є. Змістовна спрямованість інтересів школярів з інтелектуальними порушеннями як фактор їх залучення до гурткової роботи. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки)*. Випуск № 17. 2021. С. 142-152.
7. Королева Ю. А. Социально-психологическая компетентность детей и подростков с отклонениями в развитии как условие успешности инклюзивного процесса. *Научно-методический электронный журнал «Концепт»*. 2016. Т. 20. С. 81–85. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56331.htm>.
8. Куренкова А. В. Дослідження рівнів сформованості компонентів соціальної компетентності у дітей із порушеннями інтелекту. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2018. № 4 (78). С. 406-417.
9. Рябець Є., Гаврилов О. Тенденції розвитку самооцінки дітей з інтелектуальною недостатністю на різних етапах шкільного навчання. *Актуальні питання корекційної освіти*. Випуск № 5. 2020. С. 176-186.
10. Савіцька Г.І. Врахування особливостей формування морально-етичних норм поведінки в учнів з інтелектуальними порушеннями в освітньому процесі інклюзивного закладу *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки)*. Випуск № 16. Том 2(2020). С. 240-249.
11. Соколова Г. Б. Емоційне вигорання як фактор ризику десоціалізації батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2018. Vol. VI(72), Issue 174. P. 62-66.
12. Синьов В.М., Хохліна О.П. Категорія діяльності: сутність та використання у психолого-педагогічних дослідженнях. *Актуальні питання корекційної освіти*. 2020. Випуск № 16. Том 12. С. 230-244.
13. Ткачук Л. В. Взаємозв'язок емпатійності з мотивами професійного вибору. *Наука і освіта*. 2001. № 1. С. 81-83.
14. Mayer M.J., Furlong M.J. How Safe Are Our Schools? *Educational Researcher*. 2010. Vol. 39. № 1. P. 16–26.
15. Zimmermann G. Risk perception, emotion regulation and impulsivity as predictors of risk behaviours among adolescents in Switzerland. *Journal of Youth Studies*. 2010. Vol. 13. № 1. P. 83–99.

## ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

УДК 159.9.072; 159.9.075

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.27>

**Войтюк О. А.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
професор кафедри іноземних мов  
Національної академії*

*Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького*

### ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ РЕЛІГІЙНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ПРИКОРДОННИКІВ

### THE FEATURES OF RELIGIOSITY INFLUENCE ON THE BORDER GUARDS' PSYCHOLOGICAL STATE

Дослідження питання впливу релігійності на психологічний стан прикордонників зумовлена впровадженням Служби військового капеланства у структуру Державної прикордонної служби України, а також результатами психологічних досліджень, як українських так і закордонних вчених. У статті проаналізовано наукові праці вчених-психологів щодо актуальності застосування потенціалу релігійної віри в контексті збереження психічного здоров'я особистості. Описано результати емпіричного дослідження, що було проведено серед персоналу Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, перевірено вплив релігійності на рівень екзистенційної сповненості прикордонників.

Емпіричний матеріал формувався за допомогою методу анкетування. Як психодіагностичний інструментарій застосовано «Шкалу екзистенції А. Ленгле і К. Орглера». Для математичної обробки статистичних даних використано комп'ютерну програму «IBM SPSS Statistics Subscription®», а також багатофункціональний статистичний критерій кутового перетворення Фішера.

Загалом було охоплено 101 респондент ( мешканці усіх регіонів нашої країни). За віковим цензом переважна більшість опитаних прикордонників – це особи віком від 16 до 18 років. До категорії віруючих себе віднесло 86 респондентів (86 %, релігійна приналежність абсолютної більшості опитаних – Православ'я). Встановлено, що релігійність прикордонників переважно має зовнішні форми і не підкріплена участю у релігійних обрядах, відвідуванням культових споруд, читанням релігійної літератури. Отже, результати пілотного дослідження засвідчують, що зовнішня форма релігійності військовослужбовців не впливає на рівень їх екзистенційної сповненості (психічний стан).

Перспективою подальших наукових розвідок є вивчення впливу професійної діяльності військових капеланів на рівень стресостійкості військовослужбовців.

**Ключові слова:** психічне здоров'я, релігійність, екзистенційна сповненість, психологічний стан, прикордонники, військовий капелан.

The study of the influence of religiosity on the psychological state of the border guards is due to the introduction of the Military Chaplaincy Service in the structure of the State Border Guard Service of Ukraine, as well as the results of psychological studies by both Ukrainian and foreign scientists. The article deals with the analysis of psychological scientific works on the relevance of using the potential of religious faith in the context of maintaining a person's mental health. The results of the empirical study which was conducted among the personnel of Bohdan Khmelnytskyi National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine are presented and the influence of religiosity on the level of existential fulfillment of border guards has been tested.

Empirical material was formed through the method of questionnaires. The "Existence Scale" by A. Längle and Ch. Orgler was used as a psychodiagnostic tool. The computer program "IBM SPSS Statistics Subscription®" and the multifunctional statistical criterion of Fisher's angular transformation were used for mathematical processing of statistical data.

A total of 101 respondents (residents from all regions of our country) were interviewed. According to the age option, most of the interviewed border guards are 16-18 years old. 86 respondents (86%, religious affiliation of the absolute majority of respondents – Orthodoxy) identified themselves as believers. It has been determined that the border guards' religiosity is mostly external and is not supported by participation in religious ceremonies, visits to religious buildings or reading religious literature. Thus, the results of the pilot study show that the external form of military personnel's religiosity does not affect the level of their existential fullness (mental state).

The prospect of further scientific research is to study the impact of the military chaplains' professional activities on the level of servicemen's stress resistance.

**Key words:** mental health, religiosity, existential fulfillment, psychological state, border guards, military chaplain.

**Вступ.** Сьогодні, коли відкрита російська агресія на території України триває вже більше трьох місяців, актуальним залишається питання пошуку нових підходів до проблеми збереження психічного здоров'я громадян держави в цілому та військово-службовців-прикордонників зокрема. Останнім

часом на загально державному рівні активно розглядається можливість залучення військових капеланів до психологічної роботи з комбатантами, а дослідження, як зарубіжних вчених [15; 16; 18] так і вітчизняних дослідників [ 4; 5; 8; 10; 12] засвідчують позитивний вплив душпастирства військових



капеланів на збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Цікаві також результати соціологічного дослідження [9, с. 21] в якому 58% респондентів оцінюючи, які види соціального служіння церков, релігійних об'єднань, на їх думку, найбільш важливі для суспільства, назвали психологічну допомогу. А оцінюючи, які види соціального служіння церков, релігійних об'єднань були б цікавими особисто для них – 34% респондентів назвали психологічну допомог.

Якщо позитивний взаємозв'язок віри та психічного здоров'я є досить однозначним [17], то питання впливу релігійності на психологічний стан є суперечливими [19; 20]. У дослідженні [13] наголошується на важливій ролі релігійності в протидії проблемам розладу психічного здоров'я (зокрема, з депресією, когнітивними спотвореннями та суїцидальними намірами). Науковці дотримуються думки, що релігія зазвичай корисна для психічного здоров'я, але це зумовлено багатьма чинниками. Існують дослідження, які обстоюють думку про релігію як чинник зниження ризику виникнення депресії [6].

**Метою статті** є перевірка на основі пілотного дослідження чи впливає релігійність прикордонників на їх психологічний стан (екзистенційну сповненість).

**Виклад основного матеріалу.** У пілотному дослідженні взяв участь 101 прикордонник з Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Вибірка дослідження включає у себе 100% осіб чоловічої статі. Щодо вікового розподілу респондентів то це особи віком від 16 до 18 років. Під час дослідження проводилось анкетування з метою встановлення їх релігійної приналежності, за результатами якого 15 респондентів віднесло себе до категорії «агностик/атеїст», 86 респондента – «віруючі». На запитання «Чи потрібна релігія сучасному військовослужбовцю» – 64% респондентів відповіли ствердно. При визначенні рівня релігійності кола спілкування 70% охарактеризувало його, як середній, а 27%, як низький. Щодо інформації про частоту відвідування богослужінь – 68% досліджуваних зазначили, що відвідують їх нерегулярно, а 14% взагалі не відвідують. З приводу читання релігійної літератури то 39% зазначили, що читають її інколи, а 62% взагалі не читають.

Як зазначав австрійський психолог та психотерапевт, засновник логотерапії В. Франкл: «Релігія – феномен, що стосується особисто людини, пацієнта, один феномен серед багатьох, і ми приймаємо, як обставину, а не як вихідну точку. Завдання психотерапії душевне здоров'я, а завдання релігії спасіння душі» [11, с. 261].

Одним із базових понять екзистенційної теорії особистості В. Франкла є екзистенційна сповненість. Цей термін описує інтегральне переживання, а саме, наскільки особа відчуває, що її життя наповнене сенсом, чи якість її життя дає змогу сповна реалізувати свій потенціал [11]. Потужний розвиток тема сенсу життя людини отримала в екзистенційному аналізі іншого австрійського психолога і психотерапевта А. Ленгле [21, 22].

Для визначення екзистенційної сповненості респондентів було застосовано «Шкалу екзистенції А. Ленгле і К. Орглер» [2], тест вимірює екзистенційну сповненість, як вона суб'єктивно відчувається досліджуваним. Шкала екзистенції складається з чотирьох субшкал згідно з основними антропологічним здібностями особистості, які необхідні для виявлення сенсу: SD (самодистанціювання), ST (самотрансценденція), F (свобода), V (відповідальність). Тут самотрансценденція і самодистанціювання складають особистісний фактор або персональні передумови сповненості, а свобода і відповідальність – екзистенційний фактор або сповненість завдяки можливостям ситуації. Загальний показник за тестом позначає міру сповненості, що суб'єктивно переживається людиною. Субшкала SD вимірює здатність створення внутрішнього вільного простору. Самодистанційованість вимірює здатність людини відійти на дистанцію по відношенню до себе самої. Людина, що володіє здатністю до SD, може при необхідності відсторонитись від своїх бажань, уявлень, почуттів і намірів та поглянути на себе і на ситуацію з певної дистанції. Субшкала ST вимірює здатність людини переживати цінності (ясність у почуттях). Самотрансценденція (ST) вимірює вільну емоційність, яка проявляється у здатності: відчувати близькість до чогось/когось і співчувати; жити заради чогось/когось (орієнтуватися у діях на сенс, а не тільки на ціль); відчувати цінності, переживати захоплення цінністю, емоційно відгукуватися; сприймати глибокі внутрішні відносини, екзистенціальну значущість того, що відбувається. Субшкала F вимірює здатність приймати рішення. Свобода (F) охоплює здатність знаходити реальні можливості дії, створювати з них ієрархію відповідно до їх цінності і таким чином приходити до персонально обґрунтованих рішень. Субшкала V вимірює спроможність людини «піти на щось». У зв'язку з відповідальністю (V) вимірюється здатність доводити до кінця рішення, прийняті на підставі особистих цінностей. «Прожита» відповідальність є основою для формування стабільної самоцінності. Показники тесту за цією субшкалою вказують також на здатність витримати тиск обставин життя [3].

Проміжні результати тестування висвітлено у таблиці 1.

Для інтерпретації даних було використовували можливості комп'ютерної програми «IBM SPSS Statistics Subscription®» (таблиця 2) з визначенням критерію для незалежних вибірок.

Роз'яснюючи результати можемо засвідчити, що релігійність прикордонників якісно не впливає на їх екзистенційну сповненість, так, як групи досліджуваних військовослужбовців не відрізняються між собою, тому що за всіма субшкалами емпіричного значення більша 0,05.

Після здійснення вище зазначеного порівняння, було застосовано багатофункціональні статистичні критерії – це критерії, які можуть бути використані для розв'язання різноманітних задач. До числа

## Проміжні результати тестування

Шкала екзистенції А. Ленгле, К. Орглер	Релігійний статус	Кількість осіб	Середнє	Середнє квадратичне відхилення	Середньо квадратична похибка середнього
<b>SD</b> (самодістанціювання)	Віруючі	86	27,07	6,696	0,722
	Агностик/атеїст	15	28,60	6,116	1,579
<b>ST</b> (самотрансценденція)	Віруючі	86	60,34	18,160	1,958
	Агностик/атеїст	15	55,73	16,731	4,320
<b>F</b> (свобода)	Віруючі	86	44,77	10,036	1,087
	Агностик/атеїст	15	43,73	10,740	2,773
<b>V</b> (відповідальність)	Віруючі	86	45,87	12,759	1,376
	Агностик/атеїст	15	47,40	10,992	2,838

Таблиця 2

## Інтерпретація результатів тестування

Шкала екзистенції А. Ленгле, К. Орглер		Критерій рівності дисперсій Лівіня	t-критерій рівності середніх			
			знач.	Т	ст. св	Значимість
		(1-стор.)				(2-стор.)
<b>SD</b>	Припускається рівність дисперсій	0,533	- 0,826	99	0,205	0,411
<b>ST</b>	Припускається рівність дисперсій	0,400	0,916	99	0,181	0,362
<b>F</b>	Припускається рівність дисперсій	0,745	0,365	99	0,358	0,716
<b>V</b>	Припускається рівність дисперсій	0,800	- 0,436	99	0,332	0,664

Таблиця 3

## Таблицю емпіричних частот

Група	Низький рівень показника G (немає ефекту)		Середній/високий рівень показника G (є ефект)		Сума
	кількість	% частки	кількість	% частки	
1-ша група «віруючі»	35	40,6	51	59,16	86
2-га група «агностик/атеїст»	8	57,12	6	42,84	14
Сума	43		57		

багатофункціональних критерій належить критерій  $\varphi^*$  – кутове перетворення Фішера. Ми зупинили свій вибір на даному критерії тому що він побудований на співставленні часток, виражених у відсотках. Сутність критерію полягає у визначенні того, яка частка спостережень у даній вибірці характеризується досліджуваним ефектом і яка частка цим ефектом не характеризується. Критерій оцінює достовірність розбіжностей між відсотковими частками двох вибірок, у яких зареєстровано подібний ефект [1, с. 39].

Нами при застосуванні критерію Фішера було сформульовано наступну гіпотезу:

$H_0$ : частка осіб, у групі «агностик/атеїст», яка має низький рівень екзистенційної сповненості не більша, ніж у групі «віруючих»;

$H_1$ : частка осіб, у групі «агностик/атеїст», яка має низький рівень екзистенційної сповненості більша, ніж у групі «віруючих».

Правило прийняття рішення для критерію  $\varphi^*$  – якщо  $\varphi^*_{емп} > \varphi^*_{кр}$ , то  $H_0$  відхиляється.

$$\varphi^*_{кр} = \begin{cases} 1,64 (p \leq 0,05) \\ 2,31 (p \leq 0,01) \end{cases}$$

Для спрощення записів та обрахунків ми використали таблицю емпіричних частот за двома значеннями ознаки: «є ефект» – «немає ефекту» (таблиця 3).

За спеціальною таблицею [1, с. 96-98] визначили величини  $\varphi$ , які відповідають відсотковим часткам у кожній групі:

$$\varphi_1 (57,12\%) = 1,711;$$

$$\varphi_2 (40,6\%) = 1,382.$$

В подальшому було розраховано емпіричне значення  $\varphi^*$  за формулою:

$$\varphi^*_{емп} = (\varphi_1 - \varphi_2) \times \sqrt{\frac{n_1 \times n_2}{n_1 + n_2}}, [1, с. 41]$$

З таблиці [1, с. 99] визначали, якому рівню значущості відповідає  $\varphi^*_{емп} = 1,1$ .

Якщо ж розглядати критичні значення  $\varphi^*$ , які відповідають прийнятим у психології рівням статистичної значущості, то отримане значення  $\varphi^*_{емп} < \varphi^*_{кр}$ , а отже, цей показник критерію є незначущим. Це означає, що необхідно приймати гіпотезу  $H_0$ , і частка осіб, у групі «агностик/атеїст», яка має низь-

кий рівень екзистенційної сповненості не більша, ніж у групі «віруючих».

**Висновки.** Встановлено, що релігійність досліджуваних респондентів переважно має зовнішні форми (номінальну) і не підкріплена участю у релігійних обрядах, відвідуванням культових споруд, читанням релігійної літератури. Отже, результати пілотного дослідження засвідчують, що номінальна релігійності прикордонників не впливає на рівень їх екзистенційної сповненості (психічний стан). Хоча науковці і дотримуються думки, що релігія зазвичай

корисна для психічного здоров'я, але це зумовлено багатьма чинниками. Співвідношення між релігією та психічним здоров'ям залежить від типу релігійності особистості (внутрішній чи зовнішній). К. Бетсон та його колеги стверджують, що такий взаємозв'язок не виявляється в зовнішніх формах релігійності [14], що ми і підтвердили у дослідженні.

Перспективою подальших досліджень може бути вивчення впливу професійної діяльності військових капеланів на рівень стресостійкості військовослужбовців.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Боровик Л. В., Журавльов В. В. Основи математичного моделювання у психолого-педагогічних дослідженнях. Хмельницький, НАДПСУ. 2006. 103 с.
2. Васанов А., Майнина И. Стандартизация методики «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер. *Психологический журнал*. 2010. № 1(31). С. 87-99. URL: <https://cutt.ly/hYzyOrD> (дата звернення 25.05.2022).
3. Власова О. І., Фадєєва К.-М. О., Гуленко А. С. Психологічний конструкт цілісності особистості в контексті методології філософії екзистенціалізму та екзистенційної психології. *Фундаментальные и прикладные исследования в практиках ведущих научных школ*. 2014. № 5. С. 23-44. URL: <http://paper.researchbib.com/view/paper/35440> (дата звернення: 25.05.2022).
4. Волинець В. Н. Рекомендації військовим капеланам прикордонного відомства щодо підвищення рівня та збереження особистісного благополуччя персоналу Державної прикордонної служби України. *Психологія: теорія і практика*. Вип. 1 (3). 2019. С. 44-54. URL: <https://cutt.ly/8YhNjyZ> (дата звернення: 25.05.2022).
5. Калениченко Т. А. Релігійна складова суспільно-політичного конфлікту кінця 2013-2017 рр. в Україні : дис. ... канд. філ. наук : 09.00.11. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2018. 210 с.
6. Коструба Н. С. Психологічні особливості взаємозв'язку релігійності та депресії: теоретичний огляд закордонних досліджень. *Габітус*. 2020. Вип. 19. С. 66-70. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/13.pdf> (дата звернення: 25.05.2022).
7. Лэнгле А., Орглер К., Кривцова С. Existenzskala. Экзистенциальный анализ. 2009. № 1. С. 141-170.
8. Москалець В. П., Синяк І. В. Віра в Бога, марновірство, обереги учасників бойових дій у Донбасі. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія / за заг. ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка. Харків: ФОП Мезіна В. В., 2017. 512 с.
9. Особливості релігійного і церковно-релігійного самовизначення громадян України: тенденції 2000-2021рр. : Інформаційні матеріали. Київ, 2021. 172 с. URL: [https://razumkov.org.ua/uploads/article/2021\\_Religiya.pdf](https://razumkov.org.ua/uploads/article/2021_Religiya.pdf) (дата звернення: 25.05.2022).
10. Потапчук Н. Д. Чутки в умовах надзвичайних ситуацій: теоретичні та практичні аспекти : монографія. Хмельницький: НАДПСУ, 2018. 344 с.
11. Франк В. Доктор и душа : Логотерапия и экзистенциальный анализ. Пер. с нем. – 2-е изд. Москва : АНФ, 2020. 338 с.
12. Шинкарук О. М., Волобуєва О. Ф., Олексієнко Б. М. Морально-психологічне забезпечення професійної діяльності персоналу Державної прикордонної служби України : монографія. Хмельницький: НАДПСУ, 2018. 480 с.
13. Amissah C. M., Nyarko K. Facing the Ills of Unemployment : The Role of Religiosity and Social Support. *Journal of Religion and Health*. 2020. Vol. 59. P. 2577–2594. URL: <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00977-6> (дата звернення: 25.05.2022).
14. Batson C.D., Shoenerde P., Ventis L. Religion and the individual : A Social-Psychological Perspective. New York : Oxford University Press, 1993.
15. Carey L. B., Hodgson T. J., Krikheli L., Soh R. Y., Armour A.-R., Singh T. K., Impiombato C. G. Moral injury, spiritual care and the role of chaplains: An exploratory scoping review of literature and resources. *Journal of Religion and Health*. 2016. Vol. 55(4). P. 1218-1245. URL: <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0231-x> (дата звернення: 25.05.2022).
16. Damen A., Schuhmann C., Lensvelt-Mulders G., Leget C. Research priorities for health care chaplaincy in the Netherlands: a Delphi study among dutch chaplains. *Journal of Health Care Chaplaincy*. 2020. Vol. 26(3). P. 87-102. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/08854726.2018.1473833> (дата звернення: 25.05.2022).
17. Foreman D. The role of faith in mental healthcare : Philosophy, psychology and practice. *BJPsych Advances*. 2017. Vol. 23 (6). P. 419–425. URL: <https://doi.org/10.1192/apt.bp.116.016345> (дата звернення: 25.05.2022).
18. Hodgson T. J., Carey L. B., Koenig H. G. Moral injury, australian veterans and the role of chaplains: an exploratory qualitative study. *Journal of Religion and Health*. 2021. Vol. 60. P. 3061–3089. URL: <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01417-0> (дата звернення: 25.05.2022).
19. Hood R. W. Jr., Hill P. C., Spilka B. The psychology of religion: an empirical approach. *Fourth Edition*. New York : Guilford Press, 2009.
20. Koenig L. B., King D., Laroson V.B. Handbook of religion and health. Second Edition. New York : Oxford University Press, 2012.
21. Langle A. The Existence Scale. A new approach to as-sess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment. *European Psychotherapy*. 2003. № 4(1). P. 13-51.
22. Längle A., Görtz A., Probst. C, Probst M., Lopatka C., Kubin M., Steinert K. Wie wirksam ist existenzanalytische Psychotherapie: ein Projektbericht zur Existenzanalyse. *Psychotherapie Forum*. 2005. Vol. 13(2). P. 54- 60.

**Романовська Д. Д.**  
кандидат психологічних наук,  
старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти  
Українського науково-методичного центру практичної  
психології і соціальної роботи  
Національної академії педагогічних наук України;  
завідувач науково-методичного центру практичної  
психології та соціальної роботи  
Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області

## ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ В ПЕРІОД ВІЙНИ: ЗАПИТИ, МЕТОДИКИ, АЛГОРИТМИ ДІЙ

### PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS DURING THE WAR: NEEDS, METHODS, ALGORITHMS OF ACTION

У статті розглядаються результати дослідження змісту та структури діяльності працівників психологічної служби закладів освіти у період війни в Україні на тлі соціально-психологічних наслідків пандемії covid-19. Дослідження проводилось за допомогою методу фокусованого інтерв'ю та онлайн-опитування практичних психологів та соціальних педагогів (224 респонденти) закладів освіти Чернівецької області, які надавали психологічну допомогу учасникам освітнього процесу та внутрішньо переміщеним особам (ВПО). Представлено рейтинговий список запитів учасників освітнього процесу та ВПО, серед яких: емоційні порушення (напруга, тривога, страх, гнів, агресія); втома і виснаження; відновлення почуття контролю; страх сирени; допомога в адаптації до нових умов життя; як розповідати дітям про війну та інше. Також представлено основні методи психологічної допомоги, кризового втручання та відновлення ресурсів, які застосовувались фахівцями найчастіше для стабілізації психоемоційного стану та запобігання формуванню посттравматичного стресового розладу, серед яких: дихальні практики; та техніки нервово-м'язової релаксації; арт-терапевтичні практики та ігротерапія. Частиною психологів (15%) використовувались Basic-Ph технологія, протоколи стабілізації гострого стресового синдрому Assyst та КПТ технології. За результатами дослідження було сформовано «Алгоритм діяльності працівника психологічної служби у воєнний час»: 1 – надання екстреної (першої) психологічної допомоги (безпека); 2 – нормалізація стану тіла, психоемоційна стабілізація (тілесно-орієнтовані та дихальні практики, когнітивно-поведінкові методи, EFT, EMDR, Assyst); 3 – діагностика (за потреби); 4 – психоедукація методам самопомоги; 5 – робота з емоціями, почуттями (арт-методи, КПТ, програма «Діти і війна» та ін.); 6 – залучення до активностей, рутина (навчання, гуртки, групи підтримки та ін.); 7 – відновлення ресурсної сфери (Basic-Ph, арт-заняття, "Дерево життя", візуалізація, релаксація, медитація, програма «Безпечний простір» та ін.); 8 – впорядкування минуле-теперішнє-майбутнє, за потреби робота з втратами (горем).

**Ключові слова:** психологічна допомога, психологічна служба, емоційні порушення, алгоритм психологічної допомоги, внутрішньо переміщені особи.

The article reveals the results of the study of the content and structure of the psychological service of educational institutions during the war in Ukraine against the socio-psychological consequences of the COVID-19 pandemic. The research was conducted using the method of focused interviews and online surveys of practical psychologists educators (224 respondents) of educational institutions of Chernivtsi region, who provided psychological assistance to participants in the educational process and internally displaced persons (IDP). The rating list of inquiries of participants of educational process and IDPs is presented, among which: emotional disorders (tension, anxiety, fear, anger, aggression), fatigue and exhaustion; restoration of a sense of control; fear sirens; assistance in adapting to new living conditions; how to tell children about the war and more. The main methods of psychological assistance, crisis intervention and recovery of resources, which were most often used by specialists to stabilize the psycho-emotional state and prevent the formation of post-traumatic stress disorder, are also presented, including: breathing practices; techniques and neuromuscular relaxation; art-therapeutic practices and game therapy. Some psychologists (15%) used Basic-Ph technology, Assyst acute stress stabilization protocols and CBT technology. According to the results of the study, the "Algorithm of activity of a psychological service worker in wartime" was formed in the first months of the war: 1 – providing emergency (first) psychological assistance (safety); 2 – normalization of the body, psycho-emotional stabilization (body-oriented and breathing practices, cognitive-behavioral methods, EFT, EMDR, Assyst etc.); 3 – diagnostics (if needed); 4 – psychoeducation of self-help methods; 5 – work with emotions, feelings (art methods, Assyst, EFT, CBT, program « Children and war» etc.); 6 – involvement in activities, routine (training, clubs, support groups etc.); 7 – restoration of the resource sphere (Basic-Ph, art-therapy, art classes "Tree of Life", visualization, relaxation, meditation, program « Safe space » etc.); 8 – ordering past-present-future, if needed work with losses (grief).

**Key words:** psychosocial assistance, psychological service, emotional disorders, algorithm of psychological assistance, internally displaced persons.

**Вступ.** Повномасштабна війна, яку росія веде проти України, змушує суспільство перебувати у сильному напруженні. Учасники освітнього процесу відчувають та переживають стресові реакції внаслідок бомбардувань, інформаційних впливів, пережитих травматичних подій та втрат. За таких умов істотно зростає роль психологічної служби системи освіти, фахівці якої надають підтримку і допо-

могу педагогічним працівникам, здобувачам освіти, батькам та внутрішньо переміщеним особам, які проживають на території закладів освіти.

Нові умови організації та здійснення освітнього процесу в період війни, потреба у першій та кризовій психологічній допомозі учасникам освітнього процесу та усім громадянам країни стали випробуваннями для шкільних практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти України.

Актуальність теми визначається відсутністю досліджень із зазначеної теми, викликами війни, необхідністю забезпечення фахівців системи освіти науково-методично обґрунтованими алгоритмами професійної діяльності щодо психоемоційної стабілізації, нормалізації стану, збереження (за потреби відновлення) психічного здоров'я учасників освітнього процесу та дітей з сімей вимушених переселенців.

Проблему збереження психічного здоров'я персоналу організацій взагалі, в тому числі і освітніх організацій, досліджували такі вітчизняні вчені як Гура Т.В., Карамушка Л.М., Креденцер О.В., Максименко С.Д., Шевченко А.М. та інші. Проблему надання психологічної допомоги особистості, яка перебуває в кризовому стані, розвитку стресостійкості розглядали такі вітчизняні вчені: Богданов С.О., Василюк Ф.Е., Вознесенська О.Л., Вольнова Л.М., Стельмачук Х.Р., Титаренко Т.М., Циганчук Т.В., Шевченко О.Т. та інші.

**Метою статті** є представлення результатів дослідження щодо визначення змісту та основних складових психологічної допомоги учасникам освітнього процесу, презентація структури науково-методичного супроводу, який потребують працівники психологічної служби системи освіти, та визначення алгоритму професійної діяльності практичного психолога в умовах воєнного часу на прикладі Чернівецької області.

**Виклад основного матеріалу.** Сьогодні поняття «війна» стало частиною звичайного життя кожного українця, кожної української дитини. Свідомість, ставлення до життя і цінності у частини громадян знаходяться у процесі трансформації, у іншій частині вже безповоротно змінились. Разом з тим, у значній частині українців, в тому числі і в учасників освітнього процесу, актуалізувались відчуття тривоги, страху, пригнічення, провини, ворожості, і стали предметом психологічної допомоги. І все це на тлі соціально-психологічних наслідків, психоемоційного виснаження від пандемії covid-19.

Війна та її наслідки позначаються на життєдіяльності всього населення країни, на здатності дітей вчитися, педагогів працювати. Постійної уваги та підтримки потребують діти; сім'ї, члени яких загинули, поранені чи зникли безвісти; перебувають на окупованих територіях; внутрішньо переміщені особи; сім'ї військовослужбовців; сім'ї, в яких зруйновані родинні зв'язки; безробітні; особи та члени їх сімей, що зазнають насильства за свої переконання; сім'ї, які перебували в зоні бойових дій та зараз проживають на територіях підконтрольних уряду України;

сім'ї в зоні ризику проведення бойових дій [1, с. 4]. Тому, зараз гостро зростає потреба в отриманні якісної психологічної допомоги та соціальної підтримки з боку фахівців психологічної служби освітніх установ. Психологічна служба в цілому і кожен професіонал мають показати суспільству все, на що вони здатні, виявити високий рівень професіоналізму, відповідальність перед людьми, чуйність і повагу до кожної особистості [2, с. 5].

Пандемія і карантин вплинули на роботу фахівців психологічної служби в закладах освіти, зробивши пріоритетними онлайн-форми та онлайн-методи соціально-психологічної допомоги, яка була сфокусована до 24 лютого 2022 на зниження стану постійної напруги в умовах пандемії covid-19 (хвилювання, роздратованість, тривожність, виснаження); подолання депривації живого спілкування та страху інфікування в учасників освітнього процесу [3, с. 197].

Практичні психологи і соціальні педагоги закладів освіти Чернівецької області з моменту відновлення освітнього процесу (14.03.2022) надавали психологічну допомогу не тільки здобувачам освіти, батькам і педагогам, але й вимушеним переселенцям з інших областей. Станом на 24 травня 2022 року Чернівецька область прихистила 103 тисячі внутрішніх переселенців, з них 33 тисячі дітей, з яких близько 3,5 тисяч долучились до навчання у закладах загальної середньої освіти Буковини, а 4 тисячі у заклади дошкільної освіти [4].

З метою налагодження ефективної роботи практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти в умовах війни та визначення актуальних потреб практичних психологів, соціальних педагогів щодо науково-методичного супроводу Українським науково-методичним центром практичної психології і соціальної роботи Національної академії педагогічних наук України спільно з науково-методичним центром практичної психології та соціальної роботи Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області у квітні 2022 року було проведено дослідження з визначення особливостей діяльності практичних психологів, соціальних педагогів закладів освіти в умовах війни з 24.02.2022. Дослідження проводилось за допомогою методу фокусованого інтерв'ю та опитування фахівців в онлайн-режимі за допомогою спеціально-розроблених гайдів.

Учасниками онлайн-фокус-груп стали 48 фахівців закладів освіти, з них 38 практичних психологів та 10 соціальних педагогів закладів дошкільної, загальної середньої, професійно-технічної та фахової передвищої освіти Чернівецької області. В емпіричному дослідженні, яке базувалось на анонімному онлайн-опитуванні в google-формі прийняли участь 224 фахівця психологічної служби закладів освіти, з них 178 практичних психологів та 46 соціальних педагогів усіх типів закладів освіти. Вибірка респондентів репрезентативна із усіх 52 територіальних громад області.

Фахівці, що приймали участь в опитуванні зазначили, що, крім організації психологічного супроводу освітнього процесу у період війни, вони здійснювали

психологічну допомогу постраждалим українцям з інших областей, які знаходилися під опікою закладів освіти у територіальних громадах. У 200 закладах освіти, які вони репрезентували, проживало протягом березня-квітня 8713 внутрішньо переміщених осіб, з них – 3420 дітей. Більшість з них перебували у закладі освіти тимчасово від 2 до 10 діб, а потім переїжджали за межі України. У період війни фахівці охопили психологічною допомогою та підтримкою 4003 (46%) ВПО, з них – 1818 (53%) дітей.

Респонденти зазначили, що частині ВПО (25%) вони надавали і надають системну соціально-психологічну допомогу; ще 27% ВПО потребували періодичної допомоги від психолога; 35% ВПО мали одноразові контакти, зустрічі з фахівцями шкільної психологічної служби; і менша частина (13 %) ВПО відмовлялася від такої допомоги, зазначивши, що в ній немає потреби.

Найчастіше до фахівців психологічної служби внутрішньо переміщені особи зверталися із наступними запитамі:

- проблеми емоційних порушень – страх, напруга, тривога (59,2%), страх за близьких (44,5%), втома та виснаження (35,6%);
- потреба у відновленні почуття безпеки (30,4%);
- страх сирен (29,8%);
- труднощі адаптації до нових умов (27,2%);
- як розповідати дітям про війну, втрату (21,5%);
- відсутність мотивації до навчання, роботи (19,4%);
- почуття агресії, гніву, ненависті (14,1%);
- соматичні проблеми – болі в тілі, поганий сон (13,6%);
- поведінкові порушення (13,6%), панічні атаки (12,6%);
- почуття провини, провини вцілілого (9,4%);
- втрата, горе, горювання (8,9%);
- гострі стресові реакції (ступор, тремор, уникання, гіперчутливість, гіперактивність) (6,3%).

Більшість опитаних фахівців психологічної служби (58,6%) у березні-квітні 2022 року надавали психоло-

гічну підтримку та допомогу внутрішньо переміщеним особам в індивідуальній формі та виключно за їх добровільним бажанням, зверненням. Крім цього, 55,3% фахівців проводили різноманітні групові психологічно-стабілізаційні заходи для дітей та підлітків за проханням адміністрації школи, педагогів, батьків. Психоедукаційну роботу з дорослими щодо методів психоемоційної стабілізації дітей та самопомоги в місцях тимчасового проживання здійснювали 26,6%. Незначна частина шкільних психологів (7%) надавали психологічну допомогу і підтримку як волонтери на гарячих телефонних лініях, у телеграм каналах та у складі психотерапевтичних фахових спільнот для населення України. Разом з тим, частина фахівців (38,7%) фахівців (більшість з них – це соціальні педагоги) були не готові надавати професійну психологічну допомогу на початку війни, і займалися більше волонтерською діяльністю щодо забезпечення безпеки та основних фізіологічних потреб.

Під час роботи у фокус-групах практичні психологи визначили тематику роботи з внутрішньо переміщеними дітьми та підлітками, які зареєструвались для тимчасового проживання та навчання в закладі освіти, і отримали системну (6-12 годин роботи) психологічну допомогу (рис 1).

Дієвими і найчастіше використовуваними практиками роботи з дітьми та підлітками серед практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти у період війни визначено: дихальні вправи (про це зазначили 82,2% респондентів), релаксаційні методики (66,6%), арт-терапевтичні практики (64,4%), ігротерапію (36,6%), тілесно зорієнтовані практики (34%). Також фахівці зазначили ефективність створення груп емоційної підтримки, емоційного відреагування (26,7%) для підлітків, дорослих та застосування технології Basic-Ph.

В рамках дослідження опитаним респондентам пропонувалось оцінити рівень власної фахової компетентності щодо надання психологічної допомоги і підтримки постраждалим від війни учасникам освітнього процесу та ВПО за 10-бальною шкалою.



Рис. 1. Тематика роботи та кількість дітей, підлітків, що були охоплені системною психологічною допомогою в закладах освіти області

Більшість фахівців (77,3%) оцінили свій рівень фаховості на 5-10 балів, з них незначна частина (8,5%) визначили у собі високий або найвищий рівень фаховості у 9-10 балів. Звертає на себе увагу той факт, що 22,7% опитаних фахівців, що вже стикалися у своїй роботі із потребою надання психологічної допомоги і підтримки, і, можливо, відчули значні труднощі, невпевненість і страх у роботі, оцінили свою професійну компетентність як низьку (рис. 2).

За результатами опитування було визначено тематичні запити фахівців психологічної служби Чернівецької області щодо підвищення професійної компетентності, навчально-методичного забезпечення (табл. 2).

З метою підвищення професійної компетентності фахівців психологічної служби закладів освіти та подолання проблем щодо соціально-психологічної допомоги в умовах війни, фахівцям обласних центрів/кабінетів практичної психології та соціальної роботи Інститутів післядипломної педагогічної освіти України рекомендується здійснювати системний науково-методичний супровід діяльності практичних психологів, соціальних педагогів, в який включити:

- проведення навчально-методичних вебінарів, коворкінгів щодо надання екстреної психологічної допомоги, зниження рівня тривожності та невпевненості в собі, оволодіння техніками психоемоційної стабілізації та самопомоги;
- створили методичний кейс базових методів психологічної допомоги для зняття стресу, тривоги,

паніки, запобігання формуванню посттравматичного стресового розладу та опрацювати їх з фахівцями;

- вивчити досвід роботи фахівців області в цьому питанні, і створити електронний каталог кращих практик психологічного супроводу освітнього процесу в умовах воєнного часу, які зможуть використовувати інші фахівці;

- створити електронний психоедукаційний ресурс/вкладку на офіційному сайті, або в соціальних мережах, де розмішувати інформаційні матеріали, що допоможуть вчителям, вихователям, батькам, здобувачам освіти навчитися стабілізувати емоційний стан, відновити почуття безпеки, моделювати спокійну та контрольовану поведінку;

- організувати роботу супервізійних та інтерв'їзійних груп з метою професійної підтримки та професійного зростання фахівців, для розгляду та вирішення труднощів, що виникають у процесі надання психологічної допомоги.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Ситуація війни в Україні переорієнтувала діяльність працівників психологічної служби на здійснення екстреної та кризової психологічної допомоги, соціальної підтримки не тільки учасників освітнього процесу, а й внутрішньо переміщених осіб із зон бойових дій та окупованих територій. Враховуючи вже існуючий досвід роботи практичних психологів закладів освіти Чернівецької області було укладено орієнтовний алгоритм надання поетапної психологічної допомоги дітям, батькам, педагогам, які постраждали від війни.

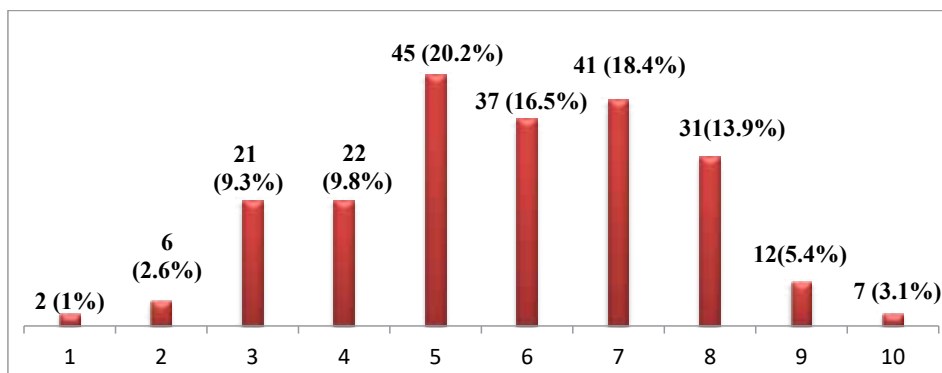


Рис. 2. Самооцінка рівня фахової майстерності у питаннях надання психологічної підтримки та допомоги постраждалим від війни особам

Таблиця 1

**Тематика запитів фахівців психологічної служби закладів освіти щодо потреби у навчанні та методичному супроводу**

№	Тематика запитів	К-сть запитів
1.	Робота з втрапою, горем	52, 9%
2.	Робота з гострими стресовими реакціями	45%
3.	Психологічна підтримка дітей військовослужбовців	45%
4.	Технології емоційної стабілізації EMDR, Assyst, EFT	33,5%
5.	Навички кризового консультивання	32%
6.	Методи когнітивно-поведінкової терапії, наприклад АВС	28%
7.	Перша психологічна допомога	23%
8.	Арт-терапевтичні техніки роботи	18%

Алгоритм надання психологічної допомоги в умовах воєнного часу складається з 8 етапів:

1. Надання екстреної (першої) психологічної допомоги (допомога у створенні безпечного місця та відчуття безпеки).

2. Нормалізація стану тіла, психоемоційна стабілізація (тілесно-орієнтовані та дихальні практики; техніки емоційної свободи (ТЕС, постукування); методи EMDR, протокол Assyst; методи когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) та ін.).

3. Діагностика психоемоційного стану (за потреби).

4. Психоедукація методам самопомоги (див. п. 2).

5. Робота з емоціями, почуттями (арт-техніки, ТЕС, КПТ, протокол Assyst, програма «Діти і війна» та ін.).

6. Залучення до активностей, рутина (навчання, гуртки, групи підтримки та емоційного відреагування, проведення з дітьми арт-занять та ін.).

7. Відновлення ресурсної сфери (Basic-Ph, арт-терапія, арт-заняття "Дерево життя", візуалізація, релаксація, медитація, програма «Безпечний простір» та ін.).

8. Впорядкування минуле-теперішнє-майбутнє, робота з втратами (горем).

Перспективою у подальших дослідженнях є впровадження запропонованого алгоритму діяльності в роботу фахівців психологічної служби закладів освіти, аналіз проблем і труднощів впровадження, узагальнення результатів апробації у фокус-групах фахівців та формування стандартизованого протоколу надання психологічної допомоги в умовах війни.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Правила безпеки та можливості отримання допомоги у період конфлікту в Україні: метод.рек. К.: Агентство «Україна». 2014. 48 с.
2. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод.рек. / Бочкор Н. П. та ін.; за ред В. Г. Панка, К.Б. Левченко. Київ: МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. 84 с.
3. Романовська Д.Д., Швачій Р.А. Соціально-психологічні аспекти пандемії COVID-19: стратегії психологічної допомоги у закладах освіти. Габітус. *Науковий журнал з соціології та психології*. № 21, 2021. С. 195-200. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.21.34>.
4. Завершення навчального року у Чернівецькій області в умовах воєнного стану. *Чернівецька обласна державна адміністрація*: фейсбук-сторінка. URL: <https://fb.watch/deXITVgmfK/> (дата звернення: 25.05.2022).



## ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ; ЕКОНОМІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9:81.23

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.29>

**Власенко О. О.**

*кандидат економічних наук, доцент,  
докторант зі спеціальності 053 «Психологія»  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

### РОЛЬ МОВЛЕННЯ ТА ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У КОМУНІКАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ УПРАВЛІННЯ ОРГАНІЗАЦІЄЮ

### THE ROLE OF SPEECH AND PROFESSIONAL-SPEECH COMPETENCE IN THE ORGANIZATIONAL MANAGEMENT COMMUNICATION PROCESS

У статті проаналізовано роль комунікаційного процесу в управлінні організацією. Визначено, що одним із основних завдань управління є узгодженість діяльності персоналу. Процес взаємодії з яким відбувається шляхом використання мовлення. Мовлення, з позиції психології, розглядається як найвища психічна функція людини. Воно виконує дві основні функції: комунікативну та сигніфікативну. В управлінні, для налагодження комунікаційних зв'язків використовує два види мовлення: письмове та усне. Суттєвим аспектом формування усного мовлення є невербальна комунікація, яка є дуже впливовою при діловому спілкуванні. Письмове та усне мовлення є двома компонентами єдиної комунікаційної системи, що будується в процесі управління організацією. В діловому спілкуванні предмета співбесіди та співрозмовника. Виокремлено, що існують ряд принципів, дотримання яких веде до підвищення продуктивності ділового спілкування. Кожен етап комунікаційного процесу ґрунтується на професійних знаннях та особистісних компетенціях і якостях співрозмовників. Структура діалогу при діловому спілкуванні складається з певних етапів, і на кожному з них важливим фактором впливу є професійно-мовленнєва компетенція.

**Ключові слова:** мовлення, ділове спілкування, професійно-мовленнєва компетентність, комунікаційний процес, управління підприємством.

The article analyzes the role of the communication process in the management of the organization. It is determined that one of the main tasks of management is the coherence of staff activities. The process of interaction that occurs through the use of speech. Speech, from the standpoint of psychology, is considered the highest mental function of man. It performs two main functions: communicative and significant. In management, he uses two types of speech to establish communication: written and oral. An essential aspect of the formation of oral speech is non-verbal communication, which is very influential in business communication. Written and oral speech are two components of a single communication system, which is built in the process of managing the organization. In business communication, when creating a message, professional language tools are used, which are inherent in the specialization to which the specialist belongs. Speech tools are used to construct the appeal, which are directed at arguing the main idea of the message. The use of argumentation requires considerable knowledge and concentration. Two main groups of methods are used for argumentation: rhetorical, speculative. Mastering professional speech competence allows the correct and most effective use of these speech tools. The peculiarity of business communication, compared to the usual, is an important psychological principle – the distinction between the subject of the interview and the interlocutor. It is pointed out that there are a number of principles, a compliance of which leads to increased productivity of business communication. Each stage of the communication process is based on the professional knowledge and personal competencies and qualities of the interlocutors. The structure of dialogue in business communication consists of certain stages, and at each of them an important factor of influence is professional speech competence.

**Key words:** speech, business communication, professional speech competence, communication process, enterprise management

**Вступ.** Суспільна потреба будь якої соціальної системи – це потреба в управлінні, що забезпечує організацію, підпорядкованість та узгодженість взаємодії людей для досягнення певних цілей. Управління з кожним роком стає більш складним, з'являються нові сфери суспільної праці, кількість людей задіяних в управлінні збільшується і виникають нові компетентності, які необхідно опа-

новувати. Це спонукає постійну зміну психологічних аспектів системи управління, як специфічного виду діяльності. Основний об'єкт будь якого управління – це працівник. Саме аналіз процесу комунікації з особистістю обумовлює зростання ступеня важливості дослідження психологічного аспекту мовлення та професійно-мовленнєвої компетентності в процесі управління організацією.

Вивченням комунікаційного процесу займалися чимало вчених. З позиції менеджменту розглядали: В. Бебик, М. Васильченко, В. Гришко, В. Жигалов, А. Зверинцева, Т. Орлова та ін. Психолінгвістичний аспект комунікації висвітлено у працях Л. Виготського, М. Жинкіна, І. Зимньої, Л. Калмикової, Г. Костюка, О. Леонтьєва, С. Рубінштейна, Л. Щерби, Л. Якубінського та ін. Комунікацію, як процес впливу на поведінку особистостей, розглядали: Л. Дуб, У. Ламмерс, Д. Карнегі, Г. Лассвелл, У. Ліппман, М. Маклюен, А. Моль та ін.

Ціллю даного дослідження є аналіз ролі, взаємозв'язку мовлення і професійно-мовленнєвої компетентності та визначення їх впливу на комунікаційний процес управління організацією.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Значення управління в системі визначається тими завданнями, що воно вирішує в процесі досягнення визначених цілей. Деякі працівники самостійно планують та організують свій трудовий процес, у інших, праця не можлива без чіткого управління зовнішнього спостерігача. Однак, в усіх випадках, використовуються основні принципи, функції та інструменти менеджменту. Основна ціль управління індивідом – це максимально ефективно використати його фізичний, інтелектуальний та соціальний потенціал. Сукупність особистісних потенціалів індивідів складає трудовий ресурс організації.

Існують різноманітні підходи до визначення менеджменту. На нашу думку, найбільш вдале визначення дає І. Іванова, яка робить акцент впливу на особистість окремого працівника, за підходом якої "менеджмент – це професійна управлінська діяльність в ринкових умовах з формування організацій і управління ними через постановку цілей і раціональне використання всіх видів ресурсів шляхом впливу на діяльність окремого працівника, групи і організації в цілому для досягнення оптимальних результатів". [2, с. 71]

Основним завданням управління – є узгодженість діяльності людей, що працюють в організації. Виходячи з цього, виникає проблема взаємодії в процесі управління із працівниками за для узгодженості своїх дій. В більшості випадках, процес взаємодії відбувається шляхом використання мовлення.

Як зазначала Л. Калмикова: «В мовленні, як у дзеркалі, відбивається спрямованість особистості, її настанови й тенденції, потреби, інтереси, схильності та ідеали». [3, с. 9]

Розрізняють два види мовлення: монологічне та діалогічне. [6, с. 305]

Монологічному мовленні характерна ситуація, коли тільки один з учасників комунікаційного процесу активно формулює мовленнєве повідомлення, транслює його зміст, передає власне ставлення до проблеми, а інші лише сприймають, не продукуючи зустрічних повідомлень. До монологічного мовлення в управлінні організацією відносять: доповідь, виступ, лекція, наказ, розпорядження.

У діалогічному мовленні беруть участь декілька учасників спілкування, які по черзі формують свої

повідомлення, при цьому, у кожного з них є інтерес як і до інформації так і до позиції того, хто говорить. До діалогічного мовлення в управлінні організацією відносять: ділову бесіду, переговори, наради, дискусії, дебати.

Мовлення, з позиції психології, розглядається як найвища психічна функція людини. Воно виконує дві основні функції: комунікативну та сигніфікативну.

В організації, комунікативну функцію забезпечує комунікативний процес, що відбувається між співробітниками і співробітниками та іншими людьми, поза межами організації. Мета будь якого комунікаційного процесу – забезпечити передачу інформації, яка буде зрозумілою для всіх учасників цього процесу. Забезпечення продуктивного комунікаційного процесу є особливо важливим для управління організацією, тому, що основою для ефективного управління є комунікація.

Як писав Д. Карнегі: «Виявилось, що навіть у таких галузях економіки, як машинобудування, фінансовий успіх лише на п'ятнадцять відсотків визначатиметься рівнем технічних знань фахівців, а на вісімдесят п'ять відсотків – їх навичками людського спілкування, тобто особистими якостями та вмінням керувати людьми». [4, с. 11]

Для налагодження комунікаційних зв'язків, менеджер в процесі своєї діяльності використовує два види мовлення: письмове та усне.

Письмове мовлення виражається в усіх видах документів, що може сприйматися зором. Особливістю такого мовлення є можливість найоптимальніше, найкращим чином для сприйняття, побудувати інформаційне повідомлення. Необхідно зазначити, що для такого формулювання є часові можливості та відповідні професіональні, трудові ресурси. При цьому, певна частина таких повідомлень є заздалегідь формалізованими, тому, що вони відповідають стандартним ситуаціям, що виникають при управлінні організацією. Однак ті фактори, що сприяють її перевагам спричиняють і її недоліки. Суттєвий проміжок часу між ситуацією, що склалася, сформованим письмовим повідомленням та процесом її сприйняття персоналом, робить це повідомлення застарілим або в ньому відсутній загальний ситуативний контекст. Цей недолік відсутній в усному мовленні, де існування загальної ситуації об'єднує співрозмовників та надає можливість швидкого зворотного зв'язку у реагуванні на співрозмовника. Однак, усному мовленню притаманні помилки за змістом повідомлення, за рахунок нестачі часу для найкращого формулювання думки.

При управлінні внутрішнім середовищем організації комунікаційний процес має циклічний та замкнутий характер (рис. 1).

Необхідно відмітити, що письмове та усне мовлення є двома компонентами єдиної комунікаційної системи, що будується в процесі управління організацією.

До письмового мовлення в системі управління організацією відносять: накази, розпорядження, інструкції, договори, протоколи, заяви та інші види

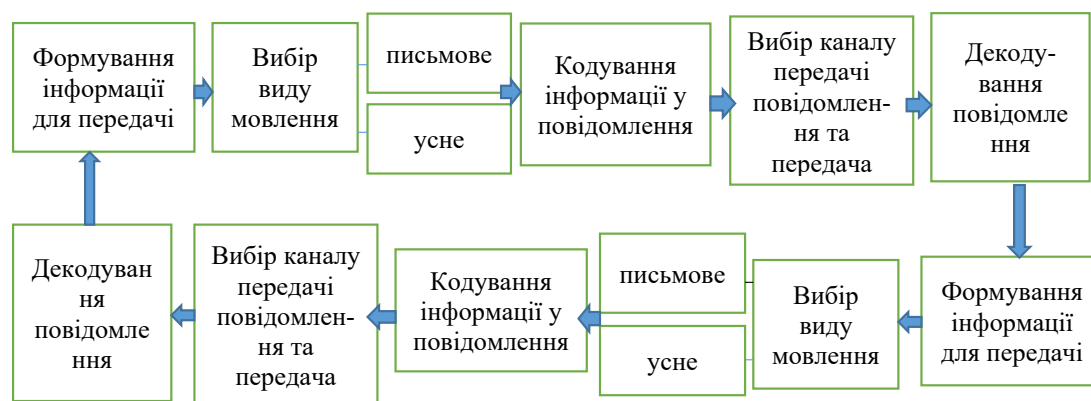


Рис. 1. Комунікаційний процес управління організацією

документально оформленої ділової інформації.

До усного мовлення в системі управління організацією відноситься: ділова бесіда, перемови, дискурс, інтерв'ю, прес-конференція, інформаційне мовлення, доповідь та інші прояви усного мовлення в процесі ділового спілкування.

До суттєвих аспектів формування усного мовлення відноситься невербальна комунікація, яка в деяких випадках, є дуже впливовою при діловому спілкуванні.

Існує ряд характеристик ділового мовлення. Ділове спілкування проходить з певною метою, є особистісно-орієнтованим та відбувається як між співробітниками так із представниками інших організацій. Ціллю ділового спілкування є бажання учасників комунікаційного процесу донести свою думку до інших співрозмовників та вплинути на організацію діяльності з досягнення поставленої мети.

Ділове спілкування передбачає обмін професійною інформацією. Структура діалогу при діловому спілкуванні складається з декілька етапів:

- початок діалогу;
- надання необхідної професійної інформації, щодо ситуації яка склалася;
- наведення аргументів своєї позиції;
- опрацювання аргументів співрозмовника;
- визначення остаточної позиції за цим питанням.

Кожен етап ґрунтується на професійних знаннях та особистісних компетенціях і якостях співрозмовників. Основним на кожному етапі є професійно-мовленнєва компетенція, яка забезпечує володіння вербалізацією відповідними професійними мовними і мовленнєвими засобами створення та передачі повідомлення, а також процесу сприйняття ментального змісту думки, для побудови діалогу при діловому спілкуванні.

Відсутність професійно-мовленнєвої компетенції у менеджера призводить до помилок на етапах:

- вибору виду мовлення (помилки при виборі засобів створення повідомлення);
- вибору каналів передачі повідомлення (не відповідність мовних засобів каналам передачі повідомлення);
- передачі повідомлення (неможливість або неправильне використання мовленнєвих засо-

бів донесення або посилення важливості окремих аспектів повідомлення);

- декодування повідомлення (неправильне сприйняття ментального змісту повідомлення).

При створенні повідомлення в діловому спілкуванні використовуються професійні мовні засоби, що притаманні тієї спеціалізації, до якої відноситься фахівець. При побудові звернення використовуються мовленнєві засоби, які спрямовані для аргументування основної думки повідомлення. Використання аргументації потребує значних знань, концентрації та самовладнання. В більшості випадках, аргументацію найефективніше використовують саме в усному мовленні. Виокремлюють дві основні групи методів побудови аргументації [3]:

- риторичні;
- спекулятивні.

Риторичні методи ґрунтуються на побудові повідомлення, що підпорядковується певним правилам логіки, де є логічна основа аргументу та обґрунтування, що є сукупність доказів і формулювань думок, за допомогою яких хочуть визначити їх коректність. До риторичних методів відносяться [5]:

- фундаментальний метод, який полягає у прямій апеляції до партнера;
- метод суперечності, заснований на знаходженні розбіжностей у аргументах;
- метод виокремлення висновків, що призводить до потрібних результатів твердження через проміжні висновки;
- порівняльний, що ґрунтується на порівнянні та виокремлення відповідних висновків;
- метод розмежування, що базується на виокремленні окремих частин та проміжних висновків, які потім з'єднуються в єдиний результат;
- спосіб «бумерангу», який дає можливість використати аргументи співрозмовника проти нього;
- метод ігнорування, за якою аргументи співрозмовника визнаються не важливими;
- переміщення акцентів, яка передбачає зміщення акцентів та висування на перший план своїх інтересів;
- метод виведення, що заснований на суб'єктивній зміні сутності проблеми;
- опитувальний метод, що ґрунтується на заздалегідь визначених питаннях;

- метод явного сприяння, який демонструє повну згоду із співрозмовником, однак приймається інше рішення.

Основою спекулятивних методів аргументації є використання демагогічних інструментів мовлення. Тобто це звичайні хитрощі мовленнєвого спілкування, які є не прийнятними в серйозній дискусії. До спекулятивних методів відносять [7]:

- техніку перебільшення, яка передбачає збільшення важливості окремих фактів або складання передчасних висновків;
- анекдотичну, яка ґрунтується на зменшенні важливості фактів через висміювання;
- техніку використання авторитету, яка полягає у використанні висловлювань відомих особистостей на свою користь;
- техніку дискредитації співрозмовника, що передбачає у висловленні сумніву щодо особистості співрозмовника;
- техніку ізоляції, що полягає у виокремленні частин із висловлювання і подання їх у зміненому значенні виразу;
- перетворення напряму, засноване на переході до іншого питання, що не має відношення до діалогу;
- витіснення, що полягає у перебільшенні другорядних проблем та ігноруванні питань, що обговорювались;
- техніку помилки, коли повідомляються заплутані відомості;
- техніку відстрочки, яка полягає у затягуванні розмови;
- апеляція, яка ґрунтується на зверненні до співчуття;
- спотворююча техніка, що забезпечує спотворення змісту та переміщення акцентів того, що було сказано співрозмовником;
- питання-капкани, які направлені на плутання співрозмовника та отриманні хибної відповіді.

Правильне, доцільне використання зазначених мовленнєвих засобів дає опанування професійно-мовленнєвої компетенції, яка забезпечує володіння вербалізацією відповідними професійними мовними і мовленнєвими засобами створення та передачі повідомлення, а також процесу сприйняття ментального змісту думки, для побудови діалогу при діловому спілкуванні.

Окрім наявності у особистості високого рівня професійно-мовленнєвої компетентності ефективність ділового спілкування залежить від дотримання співрозмовників етичних норм та принципів. Серед яких можна відокремити: чесність, відповідальність, коректність, тактовність, точність, повагу до співрозмовника.

Особливістю ділового спілкування, у порівнянні із звичайним, є важливий психологічний принцип – розмежування предмета співбесіди та співрозмовника. Суб'єктивне відношення до співрозмовника не повинне впливати на об'єктивність оцінки предмета спілкування.

При діловому спілкуванні звичайно спостерігається «правило подвійного інтересу». Сутність цього правила у тому, що кожний із співрозмовників має

подвійну зацікавленість: результат бесіди, як певне рішення, що приймається всіма сторонами діалогу так і підтримання подальшої співпраці із партнерами.

Важливим елементом ділової розмови є вміння чути співрозмовника. Дж. Честара писав: "Спілкування – це вулиця з двостороннім рухом. Щоб спілкуватися, ми повинні висловлювати наші ідеї, наші думки та наші почуття тим, з ким ми вступаємо у спілкування, але ми повинні дозволити нашим співрозмовникам також висловити свої ідеї, думки та почуття." [5, с. 194]

Необхідно зазначити, що існують ряд принципів, дотримання яких веде до підвищення продуктивності ділового спілкування:

- не квапитись із висновками, щодо цілей та переконань співрозмовника;
- надати можливість співрозмовнику повністю висловити свою думку;
- користуватися відповідними професійними термінами, для формулювання своєї думки;
- ретельне обговорювати умови та схеми прийняття рішень для забезпечення поставлених цілей.

**Висновки.** Одним із основних завдань управління є забезпечення узгодженості діяльності людей, що працюють в організації. Запорукою забезпечення ефективного управління є налагодження відповідної комунікаційної діяльності як всередині організації так і за її межами. Це виходить з того, що метою комунікаційного процесу є забезпечення ефективною передачею інформації, яка буде зрозумілою для всіх учасників цього процесу.

Кожний етап комунікаційного процесу ґрунтується на професійних знаннях та особистісних компетенціях і якостях співрозмовників. На кожному етапі важливим фактором впливу є професійно-мовленнєва компетенція, яка забезпечує володіння вербалізацією відповідними професійними мовними і мовленнєвими засобами створення та передачі повідомлення, а також процесу сприйняття ментального змісту думки, для побудови діалогу при діловому спілкуванні.

В більшості випадках, комунікаційний процес відбувається шляхом використання мовлення, яке, з позиції психології, є найвищою психічною функцією людини і виконує дві основні функції: комунікативну та сигніфікативну.

Перспективність подальших досліджень вище означеного напрямку, не викликає сумнівів та обумовлена постійним підвищенням значення комунікацій для управління діяльністю організації і регулярними змінами факторів, що впливають на цей процес. Дослідження впровадження професійно-мовленнєвої компетентності в освіту менеджерів є запорукою ефективного опанування вміння вербалізувати відповідними професійними мовними засобами повідомлення, що забезпечить його продуктивну передачу співрозмовнику, а також сприяє вивченню процесу сприйняття ментального змісту думки. Ці навички є першочерговим для кожного менеджера, з огляду необхідності побудови ефективного діалогу при діловому спілкуванні.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Андреев В. И. Деловая риторика. (Практический курс делового общения и ораторского мастерства). Москва: Народное образование, 1995. 208 с.
2. Іванова І.В. Професіоналізація менеджменту: Монографія. Київ: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2006. 695 с.
3. Калмикова Л.О., Калмиков Г.В., Лапшина І.М., Харченко Н.В. Психологія мовлення і психолінгвістика / За заг. ред. Л.О. Калмикової. Київ: ПереяславХмельницький педагогічний інститут, в-во "Фенікс", 2008. 245 с.
4. Карнеги Д. Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей [пер. с англ. Ф. П. Красавина]. Киев: Наук. думка, 1989. 219 с.
5. Мицич П. Как проводить деловые беседы /Общ. ред. предисл. и послелов. В.М. Шепеля; Пер. М.Б. Беляковский. Москва: Экономика, 1987. 208 с.
6. Павелків Р.В. Загальна психологія. Підручник. Київ: Кондор, 2009. 576 с.
7. Честара Дж. Деловой этикет. Москва: Фаир-Пресс, 1999. 296с.

**Гейко Є. В.**

*доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології  
Центральноукраїнського державного педагогічного університету  
імені Володимира Винниченка*

**Горська Г. О.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології  
Центральноукраїнського державного педагогічного університету  
імені Володимира Винниченка*

**Радул І. Г.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології  
Центральноукраїнського державного педагогічного університету  
імені Володимира Винниченка*

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ ПІДПРИЄМСТВА

## PSYCHOLOGICAL PRINCIPLES OF ENTERPRISE PERSONNEL MANAGEMENT

У статті розглянуто психологічні засади управління персоналом підприємства. На сучасному етапі розвитку суспільства конкурентоспроможність підприємства досягається шляхом вибору ефективних психологічних методів управління персоналом.

Психологія управління включає психологічні закономірності управлінської діяльності: роль людського і психологічного фактору в управлінні, оптимальний розподіл професійних та соціальних ролей у групі (колективі), лідерство і керівництво, процесі інтеграції та зміцнення відносин між його членами, психологічні механізми прийняття управлінських рішень, соціально-психологічні якості керівника та підлеглих.

Важливу роль в роботі з персоналом відіграють психологічні методи, так як вони направлені на конкретну особистість працівника або службовця і, як правило, суворо персоналізовані і індивідуальні. Головною їх особливістю є звернення до внутрішнього світу людини, його особистості, інтелекту, почуттів, образів і поведінки з тим, щоб направити внутрішній потенціал людини на вирішення конкретних задач підприємства.

Зазначимо, що за допомогою методів управління персоналом реалізується головне завдання всієї галузі управління персоналом – пошук найбільш ефективних інструментів впливу на робітників для того аби розкрити потенціал співробітників і, відповідно, для здійснення підвищення показників підприємства, створення найбільш підходящого морально-психологічного клімату, який сприяє зростанню людського фактору та всебічного розвитку особистості.

Встановлено, що управління персоналом розпочинається з планування, яке передбачає оцінку наявних ресурсів підприємства, визначення можливих потреб у трудових ресурсах, вивчення ринку праці і розробку програми залучення персоналу для задоволення потреб підприємства.

Таким чином використання психологічних методів управління персоналом дають можливість підтримувати на оптимальному рівні кількісне співвідношення між працівниками з урахуванням їхньої психологічної сумісності для регулювання групових стосунків усередині колективу, покращувати творчий і інтелектуальний потенціал персоналу, а також зростанням культурного та професійного рівня персоналу та збільшувати ефективність підприємства.

**Ключові слова:** механізми впливу, підприємство, психологія впливу, психологічні методи управління, управління персоналом.

The psychological principles of enterprise personnel management are considered in the article. The competitiveness of the enterprise is achieved by choosing effective psychological methods of personnel management.

Psychology of management includes psychological regularities of managerial activity: the role of human and psychological factors in management, optimal distribution of professional and social roles in the group (team), leadership, the process of integration and strengthening interconnections between its members, psychological mechanisms of managerial decision-making, socio-psychological qualities of the leader and subordinates.

Psychological methods play an important role in working with staff. They are aimed at the specific personality of the employee and are strictly personalized and individual. Their main feature is the appeal to the inner world of man / woman, his / her personality, intellect, feelings, images and behavior in order to direct the inner potential of man / woman to solve specific problems of the enterprise.

It should be noted that the main task of the whole industry is realized with the help of personnel management methods. This is the search for the most effective techniques to influence employees in order to unleash the potential of employees and, accordingly, to improve the performance of the enterprise, create the most appropriate moral and psychological climate that promotes human growth and comprehensive personal development.

It is established that personnel management begins with planning, which involves assessing the available resources of the enterprise, identifying possible needs for labor resources, studying the labor market and developing a program to attract staff to meet the needs of the enterprise.

Thus, the use of psychological principles of personnel management makes it possible to maintain the optimal level of quantitative ratio between employees, taking into account their psychological compatibility to regulate group relations within the team. It also improves the creative and intellectual potential of staff and enhances the cultural and professional level of enterprise personnel.

**Key words:** mechanisms of influence, enterprise, psychology of influence, psychological principles of management, personnel management.

**Постановка проблеми.** Управління персоналом набуває дедалі більшого значення як чинник підвищення конкурентоспроможності підприємства, досягнення успіху в реалізації його стратегії розвитку. Управління персоналом можна визначити як діяльність, що спрямована на досягнення найбільш ефективного використання працівників для досягнення цілей підприємства та особистісних цілей. Перші, традиційно, пов'язуються з забезпеченням ефективності підприємства. Причому ефективність іноді розуміється у вузькому значенні – як отримання максимального прибутку. Однак дедалі частіше ефективність розглядається не тільки в економічному плані – як економічність, якість, продуктивність, нововведення, прибуток, а і в більш широкому контексті й пов'язується з такими поняттями особистісного, психологічного плану, як задоволеність співробітників своєю працею, участю у трудовому колективі підприємства, високий рівень самооцінки колективу, мотивація персоналу до ефективної праці.

Теоретичні та методологічні засади управління персоналом були розглянуті: Є. Ільїним, Д. Маєрсом, Дж. Тернером, Р. Чалдіні, Б. Ананьєвим, С. Дзюбою, П. Журавель, Д. Іванцевичем, В. Колпаковим, А. Лобановим, В. Адамчуком, Е. Уткіним, Ф. Поклонським, М. Рак, Г. Скударем, А. Томпсоном, Т. Титаренко та ін.

**Мета дослідження** полягає у визначенні та розкритті теоретико-практичних засад управління персоналом та виділення психологічних аспектів управління персоналом на підприємстві.

**Виклад основного матеріалу.** Психологія управління – це галузь психологічної науки, яка вивчає психологічні закономірності управлінської діяльності: роль людського і психологічного фактору в управлінні, оптимальний розподіл професійних та соціальних ролей у групі (колективі), лідерство і керівництво, процесі інтеграції та зміцнення відносин між його членами, психологічні механізми прийняття управлінських рішень, соціально-психологічні якості керівника та підлеглих [1, с. 20–21].

Тривалий час у ставленні до людини як ресурсу виробництва переважало спрощене уявлення. Працівник розглядався як інертний інструмент, який очікує наказів і потребує жорсткого контролю. Увага керівника зосереджувалася насамперед на організації виробництва і самого процесу праці, пошуках найефективніших шляхів виконання тих чи інших робіт. Повністю ігнорувалися індивідуальні відмінності між людьми.

Але у зв'язку з розвитком психології, великої популярності набула психологічна спрямованість, що мала на меті створення у працівників власних інтересів і цілей. І тільки в процесі подальшого розвитку менеджменту керівники почали враховувати

реальні інтереси, цілі та потреби працівника і через них впливати на його поведінку, використовуючи психологічні методи.

Психологічні методи відіграють дуже важливу роль в роботі з персоналом, так як вони направлені на конкретну особистість робітника або службовця і, як правило, суворо персоніфіковані і індивідуальні. Головною їх особливістю являється звернення до внутрішнього світу людини, його особистості, інтелекту, почуттів, образів і поведінки з тим, щоб направити внутрішній потенціал людини на вирішення конкретних задач підприємства.

Кожна сфера людської діяльності має свої специфічні правила та методи. Під методом управління персоналом розуміють способи впливу на колектив та співробітників з метою координації їх діяльності в процесі роботи підприємства. Отже, за допомогою методів управління персоналом реалізується головне завдання всієї галузі управління персоналом – пошук найбільш ефективних інструментів впливу на робітників для того аби розкрити потенціал співробітників і, відповідно, для здійснення підвищення показників підприємства.

Традиційно розрізняють наступні методи управління працівниками за змістом і спрямованістю [11, с. 114]: адміністративні (організаційно-розпорядчі); економічні; соціально-психологічні методи. Існує також класифікація методів управління персоналом за належністю до: оцінки персоналу; функцій управління, наприклад, методи забезпечення організації персоналом; управління кар'єрою; організації оплати праці; професійного навчання; управління дисциплінарними відносинами.

Система адміністративних впливів (прямих методів впливу) заснована на використанні психологічних законів В. Скінера. Основним прийомом є використання підкріплення чи покарання. Позитивне підкріплення – це таке заохочення (матеріальне або нематеріальне), яке стимулює людину до повторення дії. Негативне підкріплення також сприяє виробленню потрібного поведінки, але не шляхом отримання благ, за допомогою уникнення неприємних відчуттів (у практиці управління такий метод використовується рідко; наприклад, робочий прагне надіти в шумному цеху навушники, щоб позбутися неприємного відчуття у вухах, і ця дія відповідає правилам техніки безпеки).

Покарання також може бути матеріальним (позбавлення благ) або нематеріальним (догана), воно спрямоване на запобігання повторення небажаного дії. Таким чином, підкріплення (позитивне або негативне) використовується для закріплення потрібних дій, а покарання – для запобігання повторення непотрібних.

Особливим видом підкріплення або покарання є зворотний зв'язок – повідомлення підлеглому про

те, як сприймаються і оцінюються його дії. Зворотній зв'язок буває позитивним (похвала, комплімент) або негативним (критика).

Підкріплення являє собою форму зворотного зв'язку і буде ефективно при виконанні наступних умов: позитивне підкріплення необхідно застосовувати систематично; більш ефективним вважається позитивне підкріплення потрібних дій, ніж негативне; перш ніж використовувати негативний зворотний зв'язок, корисно дати позитивний, тоді негативна інформація буде легше сприйнята і не буде прийнята з негативом; вербальний зворотний зв'язок необхідно давати у вигляді безоціночних суджень: або не оцінювати і не використовувати «ярлики», а описувати конкретну поведінку людини і свої почуття у зв'язку з цією поведінкою.

Керівник підприємства може використовувати для впливу на підлеглих та інші прийоми: закріплення шляхом повторення, асоціювання зі значимими стимулами та емоціями, прив'язка до типових форм поведінки; метод запобігання реакцій – створення ситуації, коли об'єкт не має можливості відповісти «звичною» поведінкою на умовний подразник; ефект вікарного навчання – вплив на одного з підлеглих створює модель поведінки для інших; необхідно стимулювати у підлеглих прагнення наслідувати потрібний зразок, а також самому створювати модель для наслідування, демонструючи потрібну поведінку; перенесення і латентне навчання – вплив раніше сформованих дій на оволодіння новими.

В процесі управління персоналом використовуються вербальні висловлювання, що виражають прямі вимоги, а саме: імперативні вимоги, які містять елемент примусу, висловлюються в більш-менш категоричній формі у вигляді наказу, розпорядження, вказівки та оптативні вимоги менш категоричні, не містять тиску на підлеглого, м'яко спонукають до дії: рекомендація; пропозиція; рада; прохання.

До структури вербального впливу повинні бути включені такі частини: мотиваційна – вказівка на мотиви, які викликали необхідність такого розпорядження; змістовна частина – включає опис завдання; зобов'язуюча частина, в якій називаються відповідальні за виконання завдання і ця частина повинна бути максимальною конкретною і чіткою.

Вибір виду вимог залежить від ситуації і від індивідуальних особливостей підлеглого. Якщо форми адміністративного впливу використовуються керівником свідомо, то багато видів соціально-психологічного впливу здійснюються несвідомо. До таких видів впливу відносяться:

- ідентифікація, або ототожнення підлеглого з керівником. Ця психологічна реакція дає людині почуття причетності і безпеки. Сам того не помічаючи, людина починає переймати не тільки стандарти поведінки керівника, але і його спосіб мислення, ідеї та цінності, внутрішні стани;

- наслідування також може бути неусвідомленим (позалогічним). Люди схильні наслідувати тим, хто володіє авторитетом, хто викликає у них почуття симпатії, хто є особливо значущим об'єктом (рефе-

рентним). На відміну від ідентифікації наслідування дозволяє переймати не тільки внутрішні установки, а й набути навички інших людей; навіювання – некритичне сприйняття ідей комунікатора. Ефективність навіювання підвищується при високому статусі комунікатора, виникненні у реципієнта атракції, встановленні комунікатором рапорту з реципієнтом, у випадку якщо реципієнт знаходиться в стані, сприятливому навіюванню (розслаблений, відчуває себе в безпеці, відчуває позитивні емоції, не налаштований на логічне мислення);

- зараження – процес передачі емоційного стану крім смислового впливу або додатково до нього. При зараженні важливу роль грає ступінь спільності установок людини з комунікатором або ступінь ідентифікації з ним;

- емпатія – розуміння емоційного стану іншої людини через співпереживання, співчуття. При емпатії спостерігається зниження рефлексії, критичності мислення, і таким чином підвищується схильність до ідентифікації, зараження і навіювання.

Механізми соціально-психологічного впливу також продовжують працювати тоді, коли керівник використовує логічні методи переконання в процесі управління персоналом. Переконання як метод впливу більш ефективний: в рамках однієї потреби (при виборі з декількох варіантів шляху її задоволення); в рамках кількох потреб однакової сили; при малій інтенсивності емоцій; при спілкуванні з інтелектуально розвиненим партнером. Засоби переконання: аргументація, доказ, обґрунтування, спростування, дискусія, формування когнітивного дисонансу у партнера. [13, с. 76]

Мета психологічних методів управління – це управління психологічною діяльністю індивіда, регулювання її поведінки в трудовому оточенні та створення найбільш підходящого морально-психологічного клімату, який сприяє зростанню людського фактору та всебічного розвитку особистості. Взаємозв'язок психологічних впливів на колектив наведено на схемі (рис. 1).

Варторозглянути психологічні методи управління. Вони поділяються на наступні групи: методи психологічного спонування (мотивації до самореалізації); методи гуманізації стосунків у трудовому колективі; методи формування і розвитку трудового колективу; методи професійного відбору і навчання. Нажаль, у наш час невелика кількість керівників намагаються використовувати сучасні методи, зокрема методи психологічного впливу. Серед основних методів психологічного впливу виділяють: метод переконання; метод навіювання; метод зараження [8]. До методів активного психологічного впливу потрібно додати такі групи: методи регулювання; методи формування і спрямування поведінки та діяльності; методи психологічного забезпечення (психологічної підготовки, психічного здоров'я тощо). За допомогою психологічних методів управління регулюються міжособові стосунки як між працівниками і керівникам, так і між учасниками трудового колективу підприємства [1, с. 25].



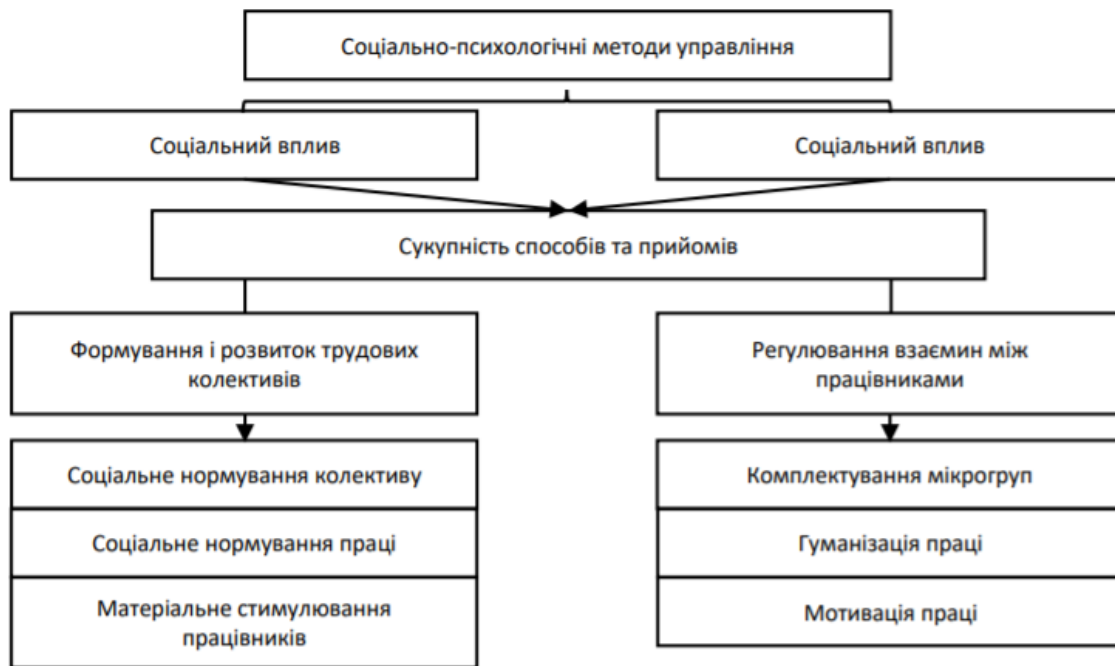


Рис. 1. Система соціально-психологічних методів управління

Дані методи дають можливість підтримувати на оптимальному рівні кількісне співвідношення між працівниками з урахуванням їхньої психологічної сумісності для регулювання групових стосунків усередині колективу. Головною метою вищеперахованих методів є створення найбільш оптимальних взаємозв'язків між керівниками та співробітниками, які відповідають принципам наукової організації праці і соціальної справедливості. До них належать: культура управління, стиль керівництва трудовим колективом, етика управлінської діяльності.

Стиль керівництва – норма реалізації адміністративних, економічних, соціальних та психологічних взаємозв'язків у процесі управління колективом. Стиль керівництва – це звичні патерни поведінки керівника з підлеглими, з метою отримання на них впливу та спонукання їх до самореалізації та як наслідок підвищення цільових показників підприємства. Міра, до якої керівник делегує свої повноваження, і типи влади, які використовуються ним, і його турбота про людські стосунки, або про виконання завдання – все це відображує стиль керівництва, що характеризує керівника (лідера) [3, с. 150]. Існує класифікація, відповідно до якої стилі керівництва можуть бути авторитарним, демократичним, ліберальним, зосередженим на роботі чи зосередженим на людині.

В процесі управління персоналом важливо застосовувати методи психологічного спонукання, які полягають у формуванні у працівників мотивів до високопродуктивної праці завдяки розвитку самого співробітника та підвищенні ініціативи від підприємця. Досягненню необхідного рівня активності працівників сприяє використання основ теорії мотивації.

Управління персоналом розпочинається з планування, яке передбачає оцінку наявних ресурсів підприємства, визначення можливих потреб у трудових ресурсах, вивчення ринку праці і розробку програми залучення персоналу для задоволення потреб підприємства. Оцінюючи потреби у кадрах, необхідно враховувати характер і вид діяльності підприємства, ефективне навантаження працівників з метою оптимального використання коштів, пов'язаних з оплатою праці, можливість залучення спеціалістів, що мають високу кваліфікацію і відповідний досвід роботи на зовнішньому ринку.

Слід також зауважити, що суттєвими передумовами управління персоналом є врахування психологічних властивостей кожного працівника. Самоактуалізованої особистості властиві такі властивості, а саме: підтримка інших, наявність ціннісних орієнтацій вагомих для самоактуалізованої особистості, сенситивність, спонтанність, уявлення про природу людини, синергія, контактність, пізнавальні потреби, креативність. Дані властивості сприяють розвитку смисложиттєвих орієнтацій персоналу. Проте, синергія, пізнавальні потреби й самоактуалізаційний компонент в цілому є найважливішими показниками та чинниками розвитку смисложиттєвих орієнтацій спеціалістів підприємств [6].

Ефективне планування персоналу передбачає попереднє вивчення певної інформації а саме: скільки працівників, якої кваліфікації, коли і де будуть потрібними; яким чином можна залучити потрібний і скоротити чи оптимізувати надлишковий персонал; як краще використовувати персонал відповідно до його здібностей, досвіду і внутрішньої мотивації; яким чином забезпечити умови для розвитку персоналу; яких витрат потребують кадрові ресурси.

**Висновок.** Таким чином використання психологічних методів управління персоналом дають можливість підтримувати на оптимальному рівні кількісне співвідношення між працівниками з урахуванням їхньої психологічної сумісності для регулювання групових стосунків усередині колективу. Зростання ролі психологічних факторів

на сучасному етапі розвитку економіки пояснюється змінами змісту суспільної праці: покращанням його творчого і інтелектуального потенціалу, а також зростанням культурного та професійного рівня працівників, збільшення ефективності підприємства та, безпосередньо, якості самої продукції [9].

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Савельєва В. Психологія управління. Київ: Професіонал, 2005. 440с.
2. Єсінова Н. Економіка праці та соціально-трудові відносини. К.: Кондор, 2004. 432 с.
3. Агеєв В. Механізми соціального восприяття. *Соціальна психологія в трудах отечественных ученых: хрестоматія* / сост. А. Л. Свенцицький. Питер, 2000. С. 276-289.
4. Костюк О. Інноваційні інструменти управління персоналом. *Наукові праці Полтавської державної аграрної академії. Економічні науки*. 2013. Вип. 1 (6). С. 143–147.
5. Пучкова С. Інновації у практиці управління персоналом на сучасних підприємствах. *Вісник соціально-економічних досліджень*. 2008. Вип. 34. С. 140–147.
6. Гейко Є.В., Горська Г.О., Радул І.Г., Родченкова І.В. Психологічні особливості смисложиттєвих орієнтацій працівників сфери управління. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2021, № 3(56) Т.3. С. 57-73.

## **НОТАТКИ**

Наукове видання

**НАУКОВИЙ ВІСНИК  
УЖГОРОДСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

**Серія ПСИХОЛОГІЯ**

**Випуск 1**

Коректура • *Наталія Пирог*

Комп'ютерна верстка • *Наталія Кузнецова*

Формат 60x84/8. Гарнітура Times New Roman.  
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 19,07. Замов. № 0622/237. Наклад 300 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»  
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1  
Телефон +38 (048) 709 38 69,  
+38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08  
E-mail: mailbox@helvetica.ua  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.