

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

ISSN 2219-2654

**ТЕОРЕТИЧНІ І ПРИКЛАДНІ
ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ
ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ**

Збірник наукових праць

**№ 3(65) 2024
Том 2**

Київ 2024

**ТЕОРЕТИЧНІ І ПРИКЛАДНІ
ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ТА
СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ**

№ 3(65) 2024 Т.2

Збірник наукових праць

Засновано у 2001 році

Засновник:

**Східноукраїнський національний
університет**

імені Володимира Даля

Збірник зареєстровано

Міністерством юстиції України

Свідоцтво про державну реєстрацію

серія КВ №24831-14771ПР від 05.05.2021

**THEORETICAL AND APPLIED
PROBLEMS OF
PSYCHOLOGY AND SOCIAL
WORK**

№ 3(65) 2024 Т.2

Collection of scientific works

It was founded in 2001

The founder is

**Volodymyr Dahl East-Ukrainian
National University**

Registered by the Ministry of
justice of Ukraine

Registration certificate

КВ №24831-14771ПР

dated 05.05.2021

Збірник наукових праць включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») за спеціальністю 053 Психологія (з 2020 р.). У науковому виданні можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата психологічних наук (доктора філософії, доктора наук з психології). Наказ МОН України від 29.06.2021 № 735 (Додаток 3)

Збірник включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus

Збірник має наступний DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654>.

Голова редакційної колегії збірника: *Завацька Н.Є.*, д.психол.н., проф., Заслужений діяч науки і техніки України.

Редакційна колегія збірника: Близкун О.О., д.психол.н., проф.; Борисюк А.С., д.психол.н., проф.; Бохонкова Ю.О., д.психол.н., проф.; Бочелюк В.И., д.психол.н., проф.; Заслужений діяч науки і техніки України; Вержибок Г.В., к.психол.н., доц.; Генкова П., д.психол.н., проф. (Німеччина); Жигаренко І.Є., д.психол.н., проф.; Завацький В.Ю., д.психол.н., доц.; Завацький Ю.А., д.психол.н., проф.; Ковальчук З.Я., д.психол.н., проф.; Мухамедова Д.Г., д.психол.н., проф.; Окулич-Казарин В.П., д.пед.н., проф. (Польща); Панов М.С., д.психол.н., доц.; Пілецька Л.С., д.психол.н., проф.; Чавдарова В.А., д.психол.н., проф. (Болгарія); Тоба М.В., д.психол.н., проф. (заступник голови); Щербак Т.І., к.психол.н., доц.

Відповідальний секретар: Завацький Ю.А., д.психол.н., проф.

Статті рецензовано членами редакційної колегії.

Рекомендовано до друку Вченою радою Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (протокол № 10 від 31 травня 2024 р.).

Матеріали друкуються мовою оригіналу в авторській редакції. Відповідальність за зміст та орфографію поданих матеріалів несуть автори. Редакція не обов'язково поділяє думку авторів.

© Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, 2024

© Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University, 2024

ЗМІСТ

Федєчкін Є.В., Козуляк Н.М.

ПОРІВНЯННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОБРОБУТУ ОСІБ З ПСИХІЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ В ІНСТИТУЦІЙНИХ ТА АЛЬТЕРНАТИВНИХ УСТАНОВАХ ДОГЛЯДУ.....5

Остополець І.Ю., Борозенцева Т.В., Кучеренко Н.С., Кухар Т.В., Шайда О.Г.

ОСОБЛИВОСТІ ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....21

Остополець І.Ю., Міхліна Т.В.

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ТРИВОЖНОСТІ НА ВИНИКНЕННЯ РОЗЛАДІВ У СЕКСУАЛЬНІЙ СФЕРІ.....32

Разумовська Т.В.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ ТА НАСЛІДКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМИ Й СЕКСУАЛЬНИХ РОЗЛАДІВ У ВІСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ.....44

Ситнік С.В., Резнікова О.А., Свіденська Г.М., Медвідь І.В., Юдіна Г.О.

ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ.....56

Шевченко Р.П., Кеба Д.М.

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ.....69

Щербина О.М.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ВАЖЛИВА ОСНОВА ДЛЯ РОЗВИТКУ АСЕРТИВНОСТІ.....84

Щирук І.А.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРАВМУВАННЯ ВІСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОГО СТРЕСУ Й СПЕЦИФІКА КОРЕКЦІЇ: АКСІО-ОСОБИСТІСНИЙ ПІДХІД.....92

Фалько Н.М.

ПРОБЛЕМИ ГАРМОНІЗАЦІЇ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ МОЛОДІ В УМОВАХ СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....102

<i>Андросович К.О., Завацька Н.Є., Турбан В.В., Волошин В.М., Сафонов А.Ю., Царенок В.О.</i>	
ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК МОЛОДІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ОПОСЕРЕДКУВАННЯ В УМОВАХ ТРАНЗИТИВНОГО СОЦІУМУ.....	113
<i>Сколота Е.В., Завацький Ю.А., Добровольська Н.А., Завацька Н.Є., Шаповалова В.А., Шелест О.В.</i>	
АСЕРТИВНІСТЬ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ФАХІВЦЯ У СОЦІОНОМІЧНІЙ СФЕРІ ДІЯЛЬНОСТІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР.....	124
<i>Данко Д.В., Завацький В.Ю.</i>	
ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПТСР У МОЛОДІ В СТРУКТУРІ ЇЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ.....	134
<i>Завацька Н.Є., Федорова О.В., Завацький Ю.А., Лук'янюк О.В., Кривобогова Н.П., Каськов І.О.</i>	
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ АДАПТИВНОЇ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	146
<i>Журба А.М., Завацька Н.Є., Блискун О.О., Колесніченко Є.С.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ОСОБИСТІСНИХ ДЕСТРУКЦІЙ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ЖИТТЯ.....	158
<i>Лукашов О.О., Бочелюк В.Й., Завацька Н.Є., Колесніченко О.С.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ КОМПОНЕНТІВ СОЦІАЛЬНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ОНТО-, СОЦІО- ТА ПРОФЕСІОГЕНЕЗІ.....	168
<i>Омелянюк С.М.</i>	
СОЦІАЛЬНІ УЯВЛЕННЯ МОЛОДІ ПРО ЖИТТЄВИЙ УСПІХ В УМОВАХ ПРОБЛЕМОГЕННОГО СОЦІУМУ.....	179

ПОРІВНЯННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОБРОБУТУ ОСІБ З ПСИХІЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ В ІНСТИТУЦІЙНИХ ТА АЛЬТЕРНАТИВНИХ УСТАНОВАХ ДОГЛЯДУ

У статті розглядається актуальність проблематики психологічного добробуту осіб із психічними розладами в контексті інституційних і альтернативних форм догляду. Підкреслюється важливість забезпечення якісної психосоціальної допомоги, особливо в умовах соціальних криз, спричинених воєнними діями. Автори зазначають, що інституційні форми догляду, хоча й забезпечують цілодобовий нагляд, часто асоціюються з ізоляцією та стигматизацією. Натомість альтернативні моделі (будинки проживання з підтримкою, кризові центри) сприяють підвищенню автономії, соціальної підтримки й інтеграції в громаду.

У роботі представлено огляд літератури, зокрема досліджень впливу умов догляду на емоційний стан і рівень соціалізації пацієнтів. Зазначено, що в українському науковому просторі бракує масштабних досліджень щодо впливу форми утримання на психологічний добробут, що обумовлює потребу в додатковому аналізі. Емпірична частина базується на порівнянні даних, отриманих у психоневрологічних закладах та альтернативних установах Львова та області.

У дослідженні взяли участь 32 особи, які пройшли опитування за Шкалою задоволеності життям (SWLS), Шкалою суб'єктивного благополуччя (SWBS) та Індексом психологічного благополуччя (WHO-5). Результати показали, що респонденти з альтернативних закладів мали вищий рівень задоволеності життям та доступу до соціального оточення, тоді як пацієнти інституційних установ характеризувалися вищими оцінками за загальною шкалою суб'єктивного добробуту.

Автори акцентують увагу на потребі у створенні умов для підвищення автономії та соціальної підтримки, що сприятиме покращенню психологічного добробуту пацієнтів. У висновках наголошується на необхідності подальшого реформування системи психіатричної допомоги в Україні відповідно до сучасних

європейських стандартів. Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні впливу конкретних факторів, таких як соціальна підтримка, умови проживання та доступ до ресурсів, на рівень суб'єктивного добробуту осіб під різними формами догляду.

Ключові слова: *соціальна підтримка, задоволеність життям, реформування психіатричної допомоги, стигматизація, автономія, психосоціальна допомога.*

Постановка проблеми. Проблематика психічного здоров'я є одним із пріоритетів сучасної охорони здоров'я та соціальної політики. Ріст поширеності психічних порушень, загострення соціальних криз, спричинених війною, та необхідність забезпечення прав і гідності осіб із психічними розладами обумовлюють актуальність дослідження їхнього психологічного добробуту. Якість догляду, доступність допомоги та створення умов для інтеграції цих осіб у суспільство є ключовими завданнями у контексті реформування системи психіатричної допомоги.

Особливе значення має порівняння інституційних та альтернативних форм догляду за пацієнтами із психічними розладами, оскільки саме формат утримання визначає рівень автономії, доступ до соціальної підтримки та можливості особистісного розвитку. У той час, як інституційні заклади часто асоціюються зі стигматизацією та ізоляцією, альтернативні форми догляду сприяють підвищенню рівня автономії та соціальної включеності.

Незважаючи на важливість теми, в українському та міжнародному науковому просторі бракує масштабних досліджень, присвячених впливу форми утримання на психологічний добробут пацієнтів із психічними розладами. Дослідження стигматизації та соціальної підтримки здебільшого не охоплюють комплексного порівняння різних моделей догляду. Так, Р.М. Басій досліджував стигматизацію людей з психічними розладами з позиції їх родичів (Басій Р., 2017), Н. Бондаренко досліджувала проблематику людей з психічними порушеннями в контексті груп самопомоги (Бондаренко Н., 2018), Л. Коробка вивчала соціально-психологічну підтримку стигматизованих меншин (Коробка Л., 2020), Н. Марута та ін. розробили методичні рекомендації щодо антистигматизаційних підходів (Марута Н., 2011). М. Чутора досліджував самостигматизацію осіб з психічними захворюваннями (Чутора М., 2012), П.В. Корріган з колегами досліджували самостигму психічного захворювання (Corrigan P. W., Watson A. C., Barlt L., 2006). М. Л. Хатценбюлер та ін. вивчали вплив інституційної

дискримінації на психічні розлади серед лесбійських, гей- та бісексуальних вибірок (M. L. Hatzenbuehler et al., 2020). Проте, залишається потреба в детальному аналізі впливу типу установи на психологічний стан пацієнтів, що дасть змогу сформувані ефективні стратегії підтримки й реабілітації.

Забезпечення якісної психологічної та психосоціальної допомоги ускладнюється в умовах кризи, що вимагає пошуку нових підходів до їхнього соціального захисту. Окрім того, сучасні підходи у сфері догляду за людьми з психічними розладами відходять від великих інституційних форм і спрямовані на розвиток альтернативних установ, які забезпечують вищий рівень автономії, індивідуалізований підхід і прав людини. Водночас в Україні досі функціонують переважно інституційні форми догляду, які мають обмежені можливості для розвитку психологічного добробуту, що значною мірою залежить від соціального контексту, підтримки та умов проживання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психічні порушення становлять одну з найпоширеніших груп захворювань у світі. За даними ВООЗ, близько 1 із 8 людей стикається з психічними розладами протягом життя. Депресія, тривожні розлади, біполярний афективний розлад та шизофренія є серед найбільш поширених. Ці порушення впливають не лише на особисте благополуччя людини, але й мають соціально-економічні наслідки, включаючи зниження продуктивності праці та значне фінансове навантаження на системи охорони здоров'я (World Health Organization, 2022). В Україні проблема психічного здоров'я стала особливо гострою на тлі воєнних дій, що значно підвищує рівень стресу, тривоги та ПТСР серед населення. Психічні порушення вимагають комплексного підходу, що охоплює медичне лікування, соціальну інтеграцію та підтримку.

У світовій практиці існують два основні підходи до догляду за особами із психічними розладами: інституційні установи (психіатричні лікарні, спеціалізовані інтернати) та альтернативні. Перший тип догляду забезпечує цілодобовий нагляд і медичну допомогу, однак такі установи часто стикаються з проблемами стигматизації, ізоляції та обмеження автономії пацієнтів. Другий тип - альтернативні форми догляду (будинки проживання з підтримкою, кризові центри) забезпечують інтеграцію до громади та сприяють соціалізації. Дослідження свідчать, що мешканці таких установ мають вищий рівень автономії та якості життя порівняно з пацієнтами інституційних закладів (L. Nestmark et al., 2021). У контексті України, інституційний догляд переважає, однак останнім часом здійснюються зусилля для впровадження альтернативних моделей

відповідно до європейських стандартів (Солнцева, 2023). Питання психологічного добробуту осіб, що перебувають у таких типах закладів досі малодосліджене, проте окремі напрацювання свідчать про його актуальність. Психологічний добробут охоплює такі аспекти, як емоційний стан, рівень самореалізації, почуття автономії та соціальної підтримки (Ryff, 2006). Встановлено, що умови догляду значно впливають на рівень добробуту осіб із психічними розладами. Так, пацієнти часто відчують ізоляцію, стигматизацію та обмеження в ухваленні рішень, що негативно впливає на їхній добробут. А умови, що забезпечують автономію та доступ до соціальної підтримки у альтернативних установах догляду, сприяють кращому емоційному стану та самооцінці. Дослідження у цій сфері також підкреслюють роль персоналізованого підходу та активного залучення пацієнтів у планування їхнього лікування як ключових чинників підвищення психологічного добробуту (Corrigan, 2006).

Стигматизація є одним із найбільших бар'єрів на шляху до якісного догляду за людьми з психічними розладами. Дослідження показують, що стигма пов'язана зі зниженням самооцінки, підвищенням тривоги та соціальною ізоляцією пацієнтів. Умови інституційного догляду, як правило, посилюють ці проблеми через ізоляцію пацієнтів від суспільства. Натомість альтернативні моделі сприяють більшій інтеграції та зниженню рівня стигматизації (Малина О., 2017). Також, дослідження свідчать, що в умовах воєнних дій, таких як війна в Україні, особи з психічними порушеннями стають однією з найбільш вразливих груп. Важливими аспектами є створення безпечних умов проживання, забезпечення безперервної психіатричної допомоги та підтримка з боку громади (Коробка Л., 2020). Зарубіжний досвід показує, що адаптація моделей альтернативного догляду під час криз сприяє кращій стійкості системи охорони здоров'я (L. Hestmark et al., 2021).

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. З огляду на окреслену проблематику об'єктивне вимірювання психологічного добробуту в інституційних та альтернативних закладах є досить складним у сучасній науці. Вимірювання психологічного добробуту у людей з психічними порушеннями стикається з додатковими методологічними викликами та обмеженнями, як от обмежена здатність до адекватного самозвітування через розлад у свідомості, відсутність усвідомлення свого стану або бажання знизити симптоми; група людей з психічними порушеннями дуже неоднорідна за характером порушення, ступенем важкості, та впливом на психологічний добробут, що ускладнює

узагальнення результатів вимірювань; деякі психічні порушення можуть мати вплив на когнітивні функції, що ускладнює вимірювання за допомогою стандартних метрик або шкал, проте не унеможливує його; респонденти можуть боятися виражати свої справжні почуття або стан психологічного добробуту через стигматизацію або бажання бути прийнятими у соціумі, тощо.

Розуміючи всі обмеження та недоліки наявного інструментарію для вивчення добробуту як психологічного конструкта, нами був здійснений добір методів та методик, відповідно до поставленої мети та задач. У межах нашого дослідження для виміру основних показників добробуту ми застосували Шкалу задоволеності життям (Satisfaction with Life Scale (SWLS)) в адаптації Д. Леонтєва та Є. Осіна, Шкали суб'єктивного благополуччя за авторством А. Перуе-Баду з колегами та Індекс психологічного благополуччя (The WHO-5 Well-being Index). Розглянемо їх переваги, які дозволяють нам припускати, що вони ефективно і достатньо точно фіксують конструкт добробуту у людей з ментальними порушеннями.

Шкала задоволеності життям (Satisfaction with Life Scale (SWLS)) є одновимірним опитувальником, тобто вимірює загальний рівень добробуту як цільний та неподільний феномен. Шкала суб'єктивного благополуччя за авторством А. Перуе-Баду – це скринінговий психодіагностичний інструмент, що спрямований на вимірювання емоційного компонента суб'єктивного добробуту. Індекс психологічного благополуччя (The WHO-5 Well-being Index) – це один із найпоширеніших інструментів для оцінки суб'єктивного психологічного добробуту. Він був розроблений Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) і широко використовується в різних країнах для оцінки загального психологічного стану людини.

Дослідження проводилось в одному із психоневрологічних закладів та будинках підтриманого проживання для осіб з психічними порушеннями міста Львова та Львівської області. Дослідження проводили фахівці закладів і отримані дані (а конкретно відповіді досліджуваних) були передані зі збереженням конфіденційності учасників дослідження. До загальної вибірки увійшли 32 особи, з яких 8 (25,0%) жінок та 24 (75,0%) чоловіків віком від 18 до 39 років ($M = 28,31$; $\sigma = 6,125$). Усі з опитуваних мають психічні розлади різної етимології та складності, проте 16 з них (50,0%) є пацієнтами в закладах з інституційною формою догляду, а інші перебувають в альтернативних установах. Розглянемо окремо кожну з наведених груп.

Серед осіб, що належать до групи з альтернативною формою проживання 4 жінки (25,0%) та 12 чоловіків (75,0%) віком від 18 до 34 років ($M = 27,31$; $\sigma = 5,689$).

У групі з інституційною формою догляду розподіл за статтю зберігається, 4 жінки (25,0%) та 12 чоловіків (75,0%). Вік опитуваних коливається від 19 до 39 років ($M = 29,31$; $\sigma = 6,560$).

За рівнем освіти, серед людей, що перебувають під альтернативною формою догляду переважають ті, хто отримали загальну середню освіту, таких 8 осіб (50,0%). Дещо менше, а саме 6 осіб (37,5%), здобули професійно-технічну освіту, тоді як лише 2 респондентів (12,5%) зазначають, що не мають освіти взагалі. Ті ж люди, що перебувають в інституційних закладах здебільшого не отримали освіти, таких 9 осіб (56,3%). Загальну середню освіту отримали 7 осіб (43,7%). Ті, хто отримали більш високий рівень освіти у даній групі відсутні. Такий розподіл ми можемо пояснити декількома аспектами. По-перше, люди, що утримуються за альтернативною формою догляду можуть походити в середньому із більш заможних та соціально нормативних сімей, що дозволило їм здобути більш якісну освіту. По-друге, дебют хвороби у них міг відбутися пізніше, що не завадило їм здобути освіту. По-третє, їх хвороби можуть перетікати менш гостро, тому вони змогли отримати загальну середню чи професійно-технічну освіту. Тривалі соціальні зв'язки мають важливе значення для психологічного добробуту, особливо для людей із психічними розладами. Тому при первинному зборі даних була врахована й частота зустрічей із рідними та друзями.

Опитування серед осіб, що перебувають під альтернативною формою догляду, свідчать, що 10 осіб (62,5%) контактують з друзями та рідним щодня, також 3 (18,8%) бачать рідних та друзів кілька разів на місяць, 2 (12,5%) – кілька раз на рік, 1 (6,3%) – не контактували більше, ніж рік. Серед осіб, що перебувають під інституційною формою догляду більшість не контактували з рідними та друзями понад рік, таких 10 осіб (62,5%). Кілька разів на місяць бачать друзів та рідних бачать 4 особи (25,0%), кілька разів на рік – 2 (12,5%). Щоденно з рідними та друзями не контактує ніхто.

Для розуміння узагальнених тенденцій та можливих векторів подальшої обробки результатів розглянемо отримані результати за шкалами обраних методик. За результатами опитування за *Шкалою задоволеності життям (SWLS)* були отримані такі результати (табл. 1).

Виявлено, що для осіб, що перебувають під альтернативною формою догляду характерний вищий рівень задоволеності життям ($M = 27,63$;

$\sigma = 3,160$), ніж для тих, що перебувають в інституційних закладах ($M = 22,50$; $\sigma = 3,266$).

Таблиця 1

Результати опитуваних за Шкалою задоволеності життям (SWLS)

Шкала	Альтернативна		Інституційна		Загалом	
	М	σ	М	σ	М	σ
SWLS	27,63	3,160	22,50	3,266	25,06	4,095

Також з'ясовано, що серед людей, що перебувають під альтернативною формою догляду переважають ті, хто повністю задоволений життям, таких *13 осіб* (81,3%). Серед тих, хто перебуває в інституційних закладах більшість має помірний рівень задоволеності життям – *10 осіб* (62,5%). Цікаво й те, що відсутні ті, хто повністю не задоволений життям: взагалі відсутні респонденти, що перебувають в альтернативних установах, а серед тих, хто перебуває в інституційних є така 1 особа (6,5%).

Далі розглянемо результати, які були отримані за Шкалою суб'єктивного добробуту (SWBS) (табл. 2.).

Таблиця 2

Результати опитуваних за Шкалою суб'єктивного добробуту (SWBS)

Шкала	Альтернативна		Інституційна		Загалом	
	М	σ	М	σ	М	σ
SWBS	52,63	9,804	61,75	7,698	57,19	9,832
Напруженість	13,19	3,103	13,13	3,931	13,16	3,484
Психоем. симптоматика	11,88	5,058	13,56	3,444	12,72	4,342
Зміни настрою	4,13	1,784	5,56	1,209	4,84	1,668
Соц. оточення	7,56	2,632	10,06	2,999	8,81	3,053
Самооцінка здоров'я	4,63	2,335	5,81	2,167	5,22	2,296
Задоволеність діяльністю	9,19	3,637	10,44	2,190	9,81	3,021

Отже, особи, що перебувають у інституційних закладах ($M = 61,75$; $\sigma = 7,698$) мають вищі оцінки за шкалою суб'єктивного добробуту, аніж ті, що перебувають на альтернативній формі проживання ($M = 52,63$; $\sigma = 9,804$). За

рівнем вираженості серед тих, хто проживає в інституційних закладах ($N = 13$; $81,3\%$) або перебуває під альтернативною формою догляду ($N = 10$; $62,5\%$) переважає помірний рівень суб'єктивного добробуту. Проте лише за рівнем значущості соціального оточення різниця між тими хто проживає в інституційних закладах ($M = 7,56$; $\sigma = 2,632$) та перебуває під альтернативною формою догляду ($M = 10,06$; $\sigma = 2,999$) досягає $2,5$ бали. Показники за даною шкалою відповідають критерію нормальності розподілу ($SW = 0,951$; $p = 0,156$).

Далі розглянемо результати, які були отримані за *Індексом психологічного добробуту (WHO-5)*. За рівнями показника цієї шкали маємо наступний розподіл (рис. 1).

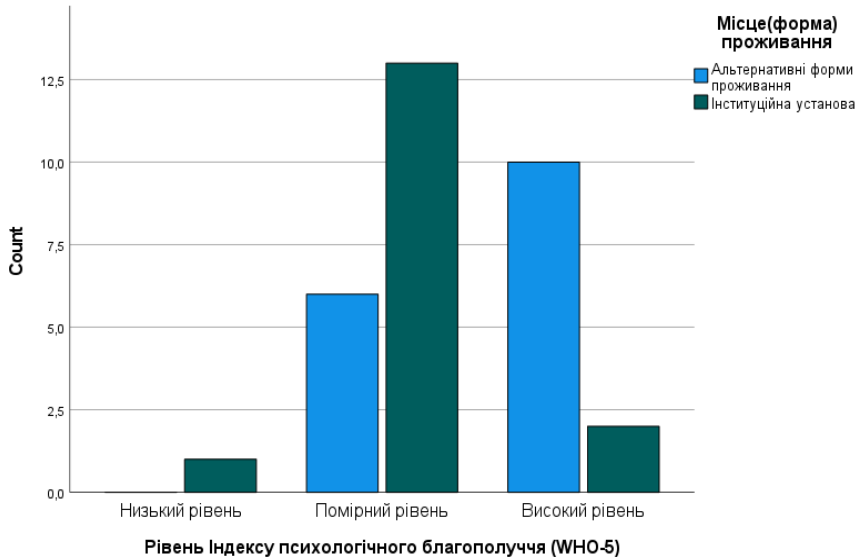


Рис. 1. Частотний розподіл опитаних за *Індексом психологічного добробуту (WHO-5)*

Отже, серед тих, хто перебуває у інституційних закладах, переважають особи зі значеннями індексу, що відповідають помірному рівню вираженості – 13 ($81,3\%$). Серед тих, хто перебуває під альтернативною формою догляду більшість становлять ті, хто має високий рівень психологічного добробуту – 10 ($62,5\%$). Водночас, нормально розподіленими є шкали ($p \geq 0,05$ для показника Шапіро-

Уїлка) задоволеності життям, суб'єктивного добробуту, психоемоційної соматика, змін настрою, соціального оточення, задоволеності діяльністю, а також індекс психологічного добробуту. Розподіл, що відхиляється від нормального ми фіксуємо за шкалами ($p \leq 0,05$ для показника Шапіро-Уїлка) напруженості та самооцінки здоров'я. Проаналізувавши результати обчислення дескриптивної статистики ми можемо припустити, що за шкалами обраних методик наявні статистично значущі відмінності між тими, хто проживає в інституційних закладах та перебуває під альтернативною формою догляду. Для перевірки таких припущень використаємо параметричний t-критерій Стьюдента, а також непараметричний U-критерій Мана-Уїтні.

Спершу розглянемо результати порівняння для шкал, чий розподіл відрізняється від нормального (табл. 3).

Таблиця 3

Результати порівняльного аналізу за непараметричним U-критерієм Мана-Уїтні

Шкала	Mann-Whitney Test	
	U	Sig.
Напруженість	114,500	0,616
Самооцінка здоров'я	75,500	0,047

$p \leq 0,05$ – приймаємо альтернативну гіпотезу про наявність статистично значущих відмінностей між групами

За даними аналізу, що подані у таблиці видно, що за шкалою самооцінки здоров'я наявні статистично значущі відмінності ($U = 75,500$; $p = 0,047$) між тими, хто проживає в інституційних закладах та перебуває під альтернативною формою догляду.

Шкали, що розподілені нормально, проаналізуємо за допомогою параметричного t-критерію Стьюдента з врахуванням результатів тесту Левене (табл. 4).

Таблиця 4

Порівняльний аналіз за допомогою t-тесту Стьюдента

Шкала	t-test for Equality of Means		
	t	df	Sig.
SWLS	4,511	30	0,000
SWBS	-2,928	30	0,006

Психоем. симптоматика	-1,103	30	0,279
Зміни настрою	-2,668	30	0,012
Соціальне оточення	-2,506	30	0,018
Задоволеність діяльністю	-1,178	24,61	0,250
WHO-5	3,204	30	0,003

$p \leq 0,05$ – приймаємо альтернативну гіпотезу про гетерогенність дисперсій

З даних таблиці робимо висновок про статистично значущі відмінності ($p \leq 0,005$) наявні за шкалами SWLS ($t = 4,511$; $p \leq 0,001$), SWBS ($t = -2,928$; $p = 0,006$), WHO-5 ($t = 3,204$; $p = 0,003$), а також за субшкалами зміни настрою ($t = -2,668$; $p = 0,018$) та значення соціального оточення ($t = -2,506$; $p = 0,018$). Примітно, що респонденти, які перебувають під альтернативними формами догляду ($M = 4,13$; $\sigma = 1,784$) схильні до більш песимістичних настроїв, ніж ті, хто знаходиться в інституційних закладах ($M = 5,56$; $\sigma = 1,209$) (Рис.2.10.). Ймовірно, що такі висновки пов'язані із вищим рівнем самоусвідомлення, але це питання залишається дискусійним.

За шкалою значущості соціального оточення ми також бачимо, що ті, хто перебувають під альтернативною формою догляду ($M = 7,56$; $\sigma = 2,632$) менш зацікавлені в комунікації з оточуючими, аніж ті, що перебувають в інституційних закладах ($M = 10,06$; $\sigma = 2,999$) (рис.2). Ми можемо припустити, що перші менш ізольовані від суспільства, мають більше можливостей для спілкування з друзями та родиною. Тоді як пацієнти інституційних закладів обмежені у контактах, оточені переважно медичним персоналом та іншими пацієнтами. Це сфера для них є більш дефіцитарною, а тому набуває підвищеної значущості.

Загалом, за результатами порівняльного аналізу ми можемо стверджувати, що альтернативні форми догляду є більш сприятливими для формування достатнього рівня психологічного добробуту респондентів, аніж інституційні заклади.

Висновки. Дослідження психологічного добробуту осіб із психічними розладами стикається зі значними методологічними викликами. Враховуючи обмеження, спричинені специфікою когнітивного функціонування респондентів, нами було застосовано шкали SWLS, SWBS та WHO-5, які демонструють високу

адаптованість до оцінки добробуту у зазначеній категорії респондентів. Вибір цих інструментів дозволив отримати валідні й надійні результати.

Особи, що перебувають під альтернативною формою догляду, демонструють вищі показники за шкалами загального задоволення життям (SWLS) та індексу психологічного добробуту (WHO-5), порівняно з тими, хто перебуває в інституційних закладах. Це свідчить про те, що альтернативні форми проживання сприяють більш високому рівню психологічного добробуту, забезпечуючи більш сприятливе соціальне середовище та підтримку.

За шкалою суб'єктивного добробуту (SWBS), респонденти, які перебувають в інституційних закладах, демонструють вищі середні оцінки. Водночас вони частіше зазначають значущість соціального оточення, що може бути пояснено дефіцитом комунікації в інституціях. Проживання в альтернативних умовах супроводжується меншою залежністю від соціальних контактів, але й більшою песимістичністю в оцінках свого настрою.

Результати засвідчили, що соціальна ізоляція є важливим фактором, який впливає на психологічний стан респондентів. Особи під альтернативною формою догляду частіше підтримують контакт із друзями та родиною, що позитивно позначається на їхньому загальному добробуті. Водночас у більшості осіб з інституційних закладів спостерігається ізолюваність, що може бути причиною зниження їхнього рівня задоволеності життям.

Значні відмінності у рівнях освіти між групами також впливають на показники психологічного добробуту. Особи з альтернативною формою догляду частіше мають середню або професійно-технічну освіту, що може корелювати з вищими рівнями задоволення життям і суб'єктивного добробуту. Статистичний аналіз підтвердив наявність значущих відмінностей між групами за шкалами SWLS, WHO-5, SWBS (зокрема, за субшкалами змін настрою та соціального оточення). Ці відмінності вказують на важливість форми проживання для психологічного добробуту респондентів.

Для покращення психологічного добробуту осіб із психічними розладами рекомендується розширення практик підтриманого проживання, які дозволяють створювати сприятливі умови для інтеграції в соціум. Також важливо впроваджувати програми, спрямовані на зміцнення соціальних зв'язків, особливо для осіб, які перебувають у закладах інституційного догляду. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення додаткових предикторів добробуту, зокрема рівня сімейної підтримки, участі в соціальних заходах та підтримки особистісних ресурсів.

Література

1. Антистигматизаційні підходи до надання психіатричної допомоги: Методичні рекомендації / Н. Марута та ін. – Д., 2011. – 31 с.
2. Басій Р. Стигматизація психічно хворих з погляду їхніх родичів на прикладі фокус-групового дослідження // Наукові записки НаУКМА. Соціологічні науки. – 2017. – Т. 78. – С. 73–78.
3. Бондаренко Н. Соціальна підтримка в контексті груп взаємодопомоги людей з проблемами психічного здоров'я // Проблеми сучасної психології: Зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2018. – № 40. – С. 24–33. – URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-40.24-33>
4. Голота А. Вплив «стигми ввічливості» на взаємини в родині представників стигматизованих спільнот // Соціально-психологічні технології розвитку особистості: Зб. матеріалів V Міжнар. наук.-практ. конф. молодих вчен., аспірантів та студентів, м. Херсон. – 2020. – С. 89–92.
5. Коробка Л. Соціально-психологічна підтримка стигматизованих меншин: технологічний підхід // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2020. – № 45(48). – С. 100–109.
6. Малина О. Соціально-психологічні механізми стигматизації хворих на психічні розлади // Науковий вісник ХДУ. Серія: Психологічні науки. – 2017. – Т. 2, № 2. – С. 176–180. – URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/602>
7. Маруда О. Сучасний стан прав осіб з інтелектуальними порушеннями в Україні // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та психологія. – 2019. – Вип. 37. – С. 86–94. – URL: <https://sj.udu.edu.ua/index.php/kpsp/article/view/796>
8. Чутора М. Самостигматизація осіб з психічними захворюваннями як реакція на стигматизацію суспільством // Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. – 2012. – № 25. – С. 229–231.
9. Byrne P. Stigma of mental illness and ways of diminishing it // *Advances in Psychiatric Treatment*. – 2000. – Vol. 6, no. 1. – P. 65–72. – URL: <https://doi.org/10.1192/apt.6.1.65> (дата звернення: 12.06.2024).
10. Corrigan P. W., Watson A. C., Barr L. The Self–Stigma of Mental Illness: Implications for Self–Esteem and Self–Efficacy // *Journal of Social and Clinical Psychology*. – 2006. – Vol. 25, no. 8. – P. 875–884. – URL: <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.8.875>

11. Jacoby A., Snape D., Baker G. Epilepsy and social identity: the stigma of a chronic neurological disorder // *The Lancet Neurology*. – 2005. – Vol. 4, no. 3. – P. 171–178. – URL: [https://doi.org/10.1016/s1474-4422\(05\)70020-x](https://doi.org/10.1016/s1474-4422(05)70020-x)
12. Mental health. World Health Organization. – URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
13. The Impact of Institutional Discrimination on Psychiatric Disorders in Lesbian, Gay, and Bisexual Populations: A Prospective Study / M. L. Hatzenbuehler et al. // *American Journal of Public Health*. – 2010. – Vol. 100, no. 3. – P. 452–459. – URL: <https://doi.org/10.2105/ajph.2009.168815>
14. Family involvement practices for persons with psychotic disorders in community mental health centres – a cross-sectional fidelity-based study / L. Hestmark et al. // *BMC Psychiatry*. – 2021. – Vol. 21, no. 1. – URL: <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03300-4>
15. Ryff C. D., Singer B. H. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being // *Journal of Happiness Studies*. – 2006. – Vol. 9, no. 1. – P. 13–39. – URL: <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
16. Когутяк Н. М., Федорів А. Я. Group schema therapy for peaceful residents regarding the distress of the war in Ukraine. *Проблеми сучасної психології*, 3(8). – 2022. С. 64-70 <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-8>

References

1. Maruta, N., & et. (2011). Antystygmatyzytsiyni pidhody do nadannya psykhiyatrychnoyi dopomohy: Metodychni rekomendatsiyyi [Anti-stigmatization approaches to psychiatric care: Methodical recommendations]. D., Ukraine: [Publisher].
2. Basiї, R. (2017). Stygmatyzytsiya psychichno khvorykh z pohlyadu yikhnykh rodychiv na prykladi fokus-hrupovoho doslidzhenya. *Naukovi zapysky NaUKMA. Sotsiologichni nauky*, 78, 73–78.
3. Bondarenko, N. (2018). Sotsial'na pidtrymka v konteksti hrup vzayemodopomohy lyudey z problemy psychichnoho zdorov'ya. *Problemy suchasnoї psykholohii: Zb. nauk. prats K-PNU imeni Ivana Ohiiienka, Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukraїny*, 40, 24–33. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-40.24-33>
4. Holota, A. (2020). Vplyv "styhmy vyvchlyvosti" na vzaїmeny v rodynakh predstavnykiv stygmatyzyzovuvanykh spilnot. In *Sotsial'no-psykholohichni tekhnolohii*

rozvytku osobystosti: Zb. materialiv V Mizhnarodnoi naukovopraktychnoi konferentsii molodykh vchenykh, aspirantiv ta studentiv, m. Kherson (pp. 89–92).

5. Korobka, L. (2020). Sotsial'no-psykholohichna pidtrymka stygmatyzovanykh menshyn: Tekhnolohichni pidkhdid. *Naukovi studii iz sotsial'noi ta politychnoi psykholohii*, 45(48), 100–109.

6. Malyna, O. (2017). Sotsial'no-psykholohichni mekhanizmy stygmatyzatsiyi khvorykh na psykhični rozlady. *Naukovyi visnyk KhDU. Seriya: Psykholohichni nauky*, 2(2), 176–180. <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/602>

7. Maruda, O. (2019). Suchasnyi stan prav osib z intelektual'nymy porushennyamy v Ukraïni. *Naukovyi chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 19: Korektsiyna pedahohika ta psykholohiya*, 37, 86–94. <https://sj.udu.edu.ua/index.php/kpsp/article/view/796>

8. Chutora, M. (2012). Samostygmatyziya osib z psykhičnymy zakhvoryuvannyamy yak reaktsiya na stygmatyzatsiyu suspil'stvom. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskogo universytetu. Seriya: Pedahohika. Sotsial'na robota*, 25, 229–231.

9. Byrne, P. (2000). Stigma of mental illness and ways of diminishing it. *Advances in Psychiatric Treatment*, 6(1), 65–72. <https://doi.org/10.1192/apt.6.1.65>

10. Corrigan, P. W., Watson, A. C., & Barr, L. (2006). The self-stigma of mental illness: Implications for self-esteem and self-efficacy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(8), 875–884. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.8.875>

11. Jacoby, A., Snape, D., & Baker, G. (2005). Epilepsy and social identity: The stigma of a chronic neurological disorder. *The Lancet Neurology*, 4(3), 171–178. [https://doi.org/10.1016/s1474-4422\(05\)70020-x](https://doi.org/10.1016/s1474-4422(05)70020-x)

12. World Health Organization. (n.d.). *Mental health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

13. Hatzenbuehler, M. L., & others. (2010). The impact of institutional discrimination on psychiatric disorders in lesbian, gay, and bisexual populations: A prospective study. *American Journal of Public Health*, 100(3), 452–459. <https://doi.org/10.2105/ajph.2009.168815>

14. Hestmark, L., & others. (2021). Family involvement practices for persons with psychotic disorders in community mental health centres – A cross-sectional fidelity-based study. *BMC Psychiatry*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03300-4>

15. Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
16. Kogutiak, N. M., & Fedoriv, A. Y. (2022). Group schema therapy for peaceful residents regarding the distress of the war in Ukraine. *Problems of Modern Psychology*, 3(8), 64–70. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-3-8>

Fiediechkin Ye.V., Kogutiak N.M.

COMPARISON OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INDIVIDUALS WITH MENTAL DISORDERS IN INSTITUTIONAL AND ALTERNATIVE CARE SETTINGS

The article addresses the relevance of the psychological well-being of individuals with mental disorders in the context of institutional and alternative forms of care. It highlights the importance of providing high-quality psychosocial support, especially during social crises caused by military actions. The authors emphasize that institutional care, while offering round-the-clock supervision, is often associated with isolation and stigmatization. In contrast, alternative models (such as group homes and crisis centers) promote greater autonomy, social support, and community integration.

The paper presents a literature review, including studies on the impact of care conditions on patients' emotional states and levels of socialization. It notes a lack of large-scale research in the Ukrainian academic space on the influence of care forms on psychological well-being, which necessitates further analysis. The empirical part is based on a comparison of data collected in psychiatric institutions and alternative facilities in Lviv and the region.

The study involved 32 participants who were surveyed using the Satisfaction with Life Scale (SWLS), the Subjective Well-Being Scale (SWBS), and the Psychological Well-Being Index (WHO-5). The results showed that respondents from alternative care facilities demonstrated higher levels of life satisfaction and access to social environments, while patients in institutional settings scored higher on the overall subjective well-being scale.

The authors emphasize the need to create conditions that enhance autonomy and social support, thereby improving patients' psychological well-being. The conclusions underscore the necessity of further reforming Ukraine's mental health care system in line with modern European standards. Future research prospects include exploring the impact of specific factors, such as social support, living conditions, and

access to resources, on the subjective well-being of individuals under different forms of care.

Key words: social support, life satisfaction, psychiatric care reform, stigmatization, autonomy, psychosocial support.

Федечкін Євген Віталійович – магістрант ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія» Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника;

Когутяк Надія Михайлівна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.

DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2024-65-3-2-21-31>
Остополец І.Ю. (ORCID 0000-0001-7315-2062),
Борозенцева Т.В. (ORCID 0000-0002-7251-0590),
Кучеренко Н.С. (0000-0002-6644-3117),
Кухар Т.В. (ORCID 0000-0002-7021-7091),
Шайда О.Г. (ORCID: 0000-0003-4750-6802)

ОСОБЛИВОСТІ ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження особливостей вольової регуляції працівників організації на етапі їхньої адаптації до професійної діяльності.

***Метою** є дослідження особливостей вольової регуляції працівників організації в процесі професійної адаптації.*

***Наукова новизна.** Виявлено, що працівники зі стажем роботи понад три роки демонструють вищий рівень вольової саморегуляції та самовладання у порівнянні із працівниками першого року роботи. Тобто, рівень вольової саморегуляції працівників зростає з досвідом. Доведено, що вольова організація особистості працівників розвивається з набуттям професійного досвіду. У працівників зі стажем понад три роки значно вищі показники ціннісно-смыслової орієнтації, рішучості, самовладання та самостійності, що вказує на здатність швидко приймати рішення, контролювати емоції та діяти незалежно. Дослідження процесу професійної адаптації працівників організації першого року роботи показало, що цей процес триває, має суттєві деформації, спостерігається високий рівень дезадаптації. Доведено, що успішна професійна адаптація тісно пов'язана з розвитком певних вольових якостей, які допомагають працівникам ефективно долати труднощі, зберігати мотивацію та впевненість у собі.*

***Висновки.** Результати дослідження вказують на те, що для успішної професійної адаптації працівників організації важливим є розвиток таких вольових якостей, як вольова регуляція, самовладання, організованість, наполегливість та самостійність. Ці риси не лише допомагають працівникам адаптуватися до нових умов, але й забезпечують високу ефективність і стресостійкість у професійній діяльності.*

***Ключові слова:** адаптація, професійна діяльність, організація, вольові якості, вольова регуляція.*

Постановка проблеми. Професійний розвиток особистості відбувається задовго до початку трудової діяльності і є одним із аспектів самоактуалізації особистості. Як зауважують Н. Фалько, О. Крижановський, І. Остополець, О. Прокоф'єва, П. Крижановський «Самоактуалізовані люди прагнуть до самопізнання, прийняття себе та інших, автономії, а також досягнення гармонійних відносин із навколишнім середовищем» [8, с.160].

Кожний з етапів цього процесу має свою специфіку та критичні періоди [1, с.185]. Вольова регуляція є важливим компонентом ефективної професійної діяльності, особливо на етапі адаптації до нових робочих умов. Саме воля стає ключовим психологічним механізмом, що допомагає успішно подолати початкові труднощі, витримати емоційне напруження, адаптуватися до вимог нової професійної ролі та реалізовувати прагнення до самоактуалізації.

Актуальність дослідження особливостей вольової регуляції працівників на етапі адаптації зумовлена необхідністю підвищення ефективності професійної діяльності та зниження рівня професійних деформацій особливо сьогодні, в той час, коли різко погіршилися демографічні показники, які визначають трудовий потенціал нашої країни [2, 9]. Розуміння механізмів розвитку вольових якостей під час адаптації сприятиме розробці ефективних програм підтримки нових працівників, що, у свою чергу, підвищить їхню продуктивність та задоволеність роботою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Адаптація працівників до професійної діяльності є багатоступінним процесом, що вимагає активної участі особистості в подоланні різноманітних труднощів. Однак питання про те, які саме вольові якості є найбільш важливими для успішної адаптації працівників, залишається мало вивченим. Проблема полягає у необхідності визначення психологічних механізмів, які допомагають новим працівникам ефективно використовувати власні вольові ресурси для подолання стресових ситуацій, розвитку професійної мотивації та досягнення успішної адаптації. Актуальним є питання, які чинники сприяють або, навпаки, гальмують формування вольової регуляції, яка відіграє ключову роль у забезпеченні ефективної роботи, а також у формуванні стресостійкості та внутрішньої стійкості працівника в період адаптації.

Процес професійної адаптації супроводжується низкою викликів, таких як підвищене емоційне навантаження, необхідність інтеграції в новий колектив та швидке засвоєння нових знань і навичок. Успіх адаптації значною мірою залежить від здатності працівника здійснювати саморегуляцію, зокрема використовувати вольові зусилля для подолання стресу і підтримання внутрішньої мотивації. Наукові дослідження Т. Кирпенко, свідчать про те, що вольова регуляція забезпечує стійкість до стресу та сприяє успішній адаптації в умовах, що вимагають швидкої адаптації [5]. Вольові процеси допомагають не лише долати зовнішні перешкоди, але й справлятися з внутрішніми труднощами, такими як тривожність та невпевненість, які часто виникають на етапі входження в професійну діяльність.

Адаптація працівників до професійної діяльності є складним процесом, що включає не лише засвоєння нових знань та опанування навичок, але й розвиток вольової регуляції, яка забезпечує ефективне виконання професійних обов'язків. Вольова регуляція включає такі якості, як цілеспрямованість, наполегливість, самоконтроль та рішучість, які є важливими для успішної адаптації на новому робочому місці.

У дослідженні І. Віденєєва, А. Большакової та ін. виявлено, що детермінантами соціально-психологічної адаптації працівників є психоемоційна стійкість, моральна нормативність, комунікативність, екстравертованість, здатність до пристосування у взаємодії, емпатійність, домінантність в організації міжособистісної взаємодії, низька агресивність [3].

Вітчизняні дослідники приділяють значну увагу вивченню вольових якостей особистості та їхньої ролі в професійній діяльності. Зокрема, Г. Дьоміна досліджувала психологічні особливості розвитку вольових якостей особистості, підкреслюючи важливість саморегуляції та самоконтролю в професійній сфері [4]. І. Полілуєва аналізувала закономірності емоційно-вольової регуляції діяльності людини, розкриваючи взаємозв'язок між емоційними та вольовими аспектами регуляції [7].

Отже, дослідження вольової регуляції в контексті професійної адаптації є важливим напрямом сучасної психології, що потребує подальшого вивчення та практичного впровадження результатів.

Мета статті – розкрити особливості вольової регуляції працівників в процесі професійної адаптації.

Вклад основного матеріалу і результатів дослідження. Для дослідження вольової регуляції використано тест-опитувальник А. Зверькова і

Є. Ейдмана «Дослідження вольової саморегуляції», «Методику дослідження вольової організації особистості» (М. Гуткін, Г. Михальченко, А. Прудило); для дослідження успішності/неуспішності професійної адаптації: опитувальник «Оцінка професійної дезадаптації» (О. Родіна, М. Дмитрієва). Методи математичної статистики: t-критерій Стьюдента, r-критерій Пірсона.

У дослідженні брали участь працівники «Philip Morris Ukraine» – міжнародної тютюнової компанії з представництвом в різних містах України, кількістю 78 осіб, віком від 22 до 35 років, з яких 38 осіб мають стаж роботи до 1 року (1-ша група), 40 осіб мають стаж роботи більше 3 років (2-га група). Для дослідження особливостей вольової саморегуляції досліджуваних на різних етапах професіоналізації нами використовувався тест-опитувальник А. Зверькова і Є. Ейдмана «Дослідження вольової саморегуляції». Отримані результати представлені у табл. 1.

Таблиця 1

Показники рівня розвитку вольової саморегуляції працівників на різних етапах професійного розвитку (бали)

Шкали	1 група n=38	2 група n=40	t	p-рівень
Загальна шкала (В)	11,3±2,2	15,4±3,5	2,4	≤0,05
Наполегливість (Н)	8,8±1,6	9,4±2,1	0,3	>0,05
Самовладання (С)	5,9±1,3	10,2±2,7	2,5	≤0,05

Результати дослідження показують, що загальний показник вольової саморегуляції статистично значущо вище у досліджуваних 2-ї групи ($p \leq 0,05$ за критерієм Стьюдента), тобто працівники із стажем роботи більше 3-х років емоційно зрілі, активні, незалежні, самостійні. Їх відрізняє впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинена відповідальність. Зазвичай, такі фахівці добре усвідомлюють особисті мотиви, реалізують наміри, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, мають виражену соціально-позитивну спрямованість.

Показники наполегливості істотно не розрізняються у досліджуваних груп і знаходяться у середньому діапазоні. Це свідчить про наявність у працівників прагнення до завершення розпочатої справи. Їх мобілізують перепони на шляху до мети, але відволікають альтернативи і спокуси, головна їхня цінність – розпочата справа. Таким людям властива повага до соціальних норм, прагнення підпорядковувати їм свою поведінку.

Показники за шкалою «самовладання» статистично значущо вищі у досліджуваних 2-ї групи ($p \leq 0,05$). Це вказує на те, що у них більш розвинений рівень довольного контролю емоційних реакцій і станів. Вони добре контролюють себе у різних ситуаціях. Їм властиві внутрішній спокій, впевненість у собі, готовність до сприйняття нового. Разом з тим прагнення до постійного самоконтролю, надмірне свідоме обмеження спонтанності може призводити до підвищення внутрішньої напруженості, переважанню постійної заклопотаності та стомлюваності.

Таким чином, ми можемо констатувати, що рівень розвитку вольової саморегуляції працівників організації залежить від етапу професіоналізації, із збільшенням стажу роботи підвищується рівень вольової саморегуляції.

Дослідження особливостей вольової організації особистості працівників з різним стажем роботи здійснювалося за допомогою «Методики дослідження вольової організації особистості» (М. Гуткін, Г. Михальченко, А. Прудило). Отримані результати відображені у табл. 2.

Таблиця 2

Показники вольової організації особистості працівників з різним стажем роботи (бали)

Шкали	1 група n=38	2 група n=40	t	p-рівень
Ціннісно-смилова	9,5±2,4	14,3±3,8	2,5	≤0,05
Організація діяльності	13,2±3,7	15,4±4,0	1,2	>0,05
Рішучість	8,3±2,1	12,6±2,9	2,3	≤0,05
Наполегливість	11,6±3,3	13,5±3,4	1,0	>0,05
Самовладання	7,1±2,2	12,6±3,1	2,9	≤0,01
Самостійність	5,4±1,7	11,6±2,5	3,3	≤0,01
Загальний показник	55,1±15,4	80,0±19,7	2,2	≤0,05

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що вольова організація особистості розвивається і змінюється по мірі набуття професійного досвіду. Статистично значущі відмінності між досліджуваними з різним стажем роботи виявлені за кількома шкалами, що вказує на зміцнення вольових якостей особистості з досвідом. За шкалою «Ціннісно-смилова організація особистості» відмінності статистично значущі на рівні $p \leq 0,05$. Вищі показники у 2-ї групи свідчать про те, що працівники зі стажем понад 3 роки більше усвідомлюють сенс та цінність своєї діяльності. Це може бути пов'язане з тим, що з часом фахівці

краще розуміють мету своєї роботи, її значущість, і можуть формувати чіткіші професійні цінності. За шкалою «Рішучість» ($p \leq 0,05$) вищі показники у більш досвідчених працівників вказують на розвиток здатності до швидкого прийняття рішень. Це може бути результатом набуття впевненості у власних силах і здатності діяти чітко навіть в умовах професійного стресу, що приходить із досвідом. За шкалою «Самовладання» ($p \leq 0,01$) показник значно вищий у працівників з більшим стажем, що свідчить про кращий контроль над емоціями та стресом. Працівники, які мають більше трьох років досвіду, можуть краще контролювати свої реакції та підтримувати рівновагу в складних професійних ситуаціях, що є важливим аспектом ефективної професійної діяльності. За шкалою «Самостійність» ($p \leq 0,01$) показники вищі у досвідчених працівників, що вказує на розвиток здатності самостійно приймати рішення та не залежати від зовнішнього контролю. Це свідчить про те, що з роками працівники стають більш впевненими в собі, покладаючись на власний досвід і знання. Загальний показник вольової організації особистості ($p \leq 0,05$) вищий у досвідчених працівників, це підтверджує, що всі ключові вольові якості значно зміцнюються з набуттям професійного досвіду. Це свідчить про те, що особистісна воля формується в процесі практичної діяльності, і чим більше досвіду має фахівець, тим краще розвинені його вольові якості.

Отже, загальні результати показують, що вольова організація особистості, яка включає ціннісно-сміслові орієнтири, рішучість, самовладання та самостійність, зміцнюється з досвідом роботи. Працівники з більш тривалим стажем демонструють вищі рівні цих показників, що свідчить про адаптацію до професійних викликів та зростання здатності до саморегуляції в професійному середовищі.

Для дослідження успішності/неуспішності професійної адаптації використовувався опитувальник «Оцінка професійної дезадаптації» (О. Родіна, М. Дмитрієва). Отримані результати представлені в табл. 3.

Таблиця 3

**Показники професійної дезадаптації працівників першого року роботи
(бали)**

№	Ознака	Σ балів
І	Погіршення самопочуття	
	Емоційні зрушення	8,9
	Особливості окремих психічних процесів	4,1
	Зниження загальної активності	4,9

	Відчуття втоми	6,3
II	Сомато-вегетативні порушення	28,8
III	Порушення циклу «сон-неспанья»	7,5
IV	Особливості соціальної взаємодії	11,3
V	Зниження мотивації до діяльності	4,2
Σ		76,0

Отримані показники вказують на виражений рівень дезадаптації досліджуваних цієї групи, що вимагає обов'язкового втручання фахівців, зміни професії або проведення програми з реадaptaції. Таким чином, дослідження процесу професійної адаптації працівників організації першого року роботи дозволяє констатувати, що цей процес триває, має суттєві деформації, спостерігається досить високий рівень дезадаптації.

На наступному етапі дослідження був проаналізований зв'язок між успішністю професійної адаптації та рівнем вольової регуляції. Результати представлені у табл. 4.

Таблиця 4

Показники взаємозв'язку адаптації і вольових особливостей у працівників першого року роботи (r)

Шкали	Успішна адаптація
Вольова регуляція	0,41**
Наполегливість	0,17
Самовладання	0,39**
Ціннісно-сміслова	0,08
Організація діяльності	0,51***
Рішучість	0,31
Наполегливість	0,42**
Самостійність	0,53***

Примітка: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$

Отримані результати свідчать про те, що успішна професійна адаптація тісно пов'язана з розвитком певних вольових якостей, які допомагають працівникам ефективно долати труднощі, зберігати мотивацію та впевненість у собі. Ось інтерпретація ключових взаємозв'язків: вольова регуляція ($p \leq 0,01$) має стійкий позитивний взаємозв'язок із успішною адаптацією, це свідчить про те, що

здатність працівників до самоконтролю та організованого подолання складних ситуацій сприяє їхній професійній адаптації. Чим краще працівники здатні регулювати свою поведінку, тим швидше і легше вони адаптуються до нових умов. Самовладання ($p \leq 0,01$) – здатність контролювати емоції та залишатися спокійним у стресових ситуаціях є важливим фактором, що сприяє професійній адаптації. Працівники, які добре володіють своїми емоціями, ефективніше адаптуються до змін і успішніше витримують професійне навантаження. Організація діяльності ($p \leq 0,001$) – високий рівень значущості взаємозв'язку між організованістю в діяльності та адаптацією вказує на те, що вміння структурувати свою роботу, планувати завдання та раціонально використовувати час суттєво полегшує процес адаптації, сприяючи ефективній роботі в нових умовах. Наполегливість ($p \leq 0,01$) – стійкий взаємозв'язок наполегливості з успішною адаптацією означає, що здатність не здаватися перед труднощами та продовжувати рухатися до мети допомагає працівникам ефективно пристосовуватися до нових вимог та долати перешкоди на шляху до успіху. Самостійність ($p \leq 0,001$) – високий рівень самостійності також має значний позитивний взаємозв'язок із адаптацією, що свідчить про важливість здатності самостійно приймати рішення та діяти без зовнішнього контролю. Самостійність допомагає працівникам упевнено виконувати свої обов'язки, що сприяє успішному пристосуванню до професійного середовища.

Висновки. Результати дослідження вказують на те, що для успішної професійної адаптації працівників організації важливим є розвиток таких вольових якостей, як вольова регуляція, самовладання, організованість, наполегливість та самостійність. Ці риси не лише допомагають працівникам адаптуватися до нових умов, але й забезпечують високу ефективність і стресостійкість у професійній діяльності.

Перспективами подальшого дослідження є розробка і впровадження програм психологічної підтримки для працівників на етапі адаптації, спрямованих на розвиток самовладання, самостійності та наполегливості.

Література

1. Афанасьєва Н., Світлична Н., Остополець І., Табачник І. Особливості професійної мотивації на різних етапах професіогенезу. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 5. Т. 2. С.181-187.

2. Васильчук Н. О. Демографічні чинники впливу на трудовий потенціал. *Вісник Одеського національного університету*. Економіка. 2013. Т. 18. Вип. 1(1). С 51-53.
3. Віденєєв І. О., Большакова А. М., Перевозна Т. О., Харцій О. М. Особливості формування професійної адаптації співробітників правоохоронних органів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 2. С. 98-102.
4. Дьоміна Г. Психологічні особливості розвитку вольових якостей майбутніх фахівців соціальної сфери. *Вісник Інституту розвитку дитини. Сер.: Філософія, педагогіка, психологія*. 2014. Вип. 31. С. 113–124.
5. Кирпенко Т. М. Вплив вольових процесів на регуляцію поведінки в екстремальних умовах життєдіяльності. *Актуальні проблеми психології*. 2016. Т. 7, вип. 41. С. 151–158.
6. Ковалькова Т. О. Розвиток емоційної та вольової регуляції студентів. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2021. № 1(61). С. 242–250.
7. Полілуєва І. В. Основні підходи до аналізу закономірностей емоційно-вольової регуляції діяльності людини. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. Психологія. 2016. Вип. 53. С. 186–194.
8. Фалько Н. М., Крижановський О. М., Остополец І. Ю., Прокоф'єва О. О., Крижановський П. О. Гендерні особливості самореалізації особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. №1. 2024. С. 159-169
9. Martynovych N., Britchenko I., Kolinets L., Popova Y. On Sustainable Development under the Conditions of Human Capital Migration: A New Agenda for External and Internal Population Displacement, *Problemy Ekorozwoju. Problems Of Sustainable Development*, 2024. № 19(2). P. 23-34. DOI:<https://doi.org/10.35784/preko.6230>

References

1. Afanasyeva, N., Svitlichna, N., Ostopolets, I., &Tabachnyk I. (2019). Peculiarities of professional motivation at different stages of professional development. *Theory and Practice of Modern Psychology*, 5, pp. 181-187.
2. Vasylychuk, N. O. (2013). Demographic factors affecting labor potential. *Bulletin of Odessa National University*. Economy, 18, 1(1), pp. 51-53.

3. Videnieiev, I. O., Bolshakova, A. M., Perevozna, T. O., & Khartsii, O. M. (2018). The Peculiarities of Professional Adaptation Formation among Law Enforcement Officers. *Theory and Practice of Modern Psychology*, 2, pp. 98–102.
4. Dyomina, H. (2014). Psychological Features of the Development of Volitional Qualities in Future Social Workers. *Bulletin of the Institute for Child Development. Series: Philosophy, Pedagogy, Psychology*, 31, pp. 113–124.
5. Kirpenko, T. M. (2016). The Influence of Volitional Processes on Behavior Regulation under Extreme Conditions. *Current Issues in Psychology*, 7(41), pp. 151-158.
6. Kovalkova, T. O. (2021). The Development of Emotional and Volitional Regulation among Students. *Scientific Notes of the KROK University*, 1(61), pp. 242-250.
7. Poliluieva, I. V. (2016). Main Approaches to the Analysis of Patterns in Emotional-Volitional Regulation of Human Activity. *Bulletin of H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University. Psychology*, 53, pp. 186–194.
8. Falko, N. M., Kryzhanovskiy, O. M., Ostopolets, I. Yu., Prokofieva, O. O., & Kryzhanovskiy P. O. (2024) Gender Features of Self-realization of the Individual. *Theoretical and Applied Problems of Psychology and Social Work*, 1, pp. 159-169

Ostopolets I.Yu., Borozentseva T.V., Kucherenko N.S., Kukhar T.V., Shayda O.G.

FEATURES OF VOLITIONAL REGULATION IN EMPLOYEES DURING THE ADAPTATION TO PROFESSIONAL ACTIVITY

The article presents the results of theoretical analysis and empirical research on the characteristics of volitional regulation in organizational employees during their adaptation to professional activity.

Objective. *To explore the specific features of volitional regulation among employees during professional adaptation.*

Scientific novelty. *It was found that employees with more than three years of experience demonstrate a higher level of volitional self-regulation and self-control compared to those in their first year of work. This suggests that the level of volitional self-regulation increases with experience. It was proven that the volitional organization of employees' personalities develops as they gain professional experience. Employees with over three years of experience exhibit significantly higher indicators of value-semantic orientation, decisiveness, self-control, and independence, indicating an ability to make quick decisions, control emotions, and act autonomously. Research on the*

adaptation process in first-year employees revealed that this process is ongoing, with notable distortions and high levels of disadaptation. It has been proven that successful professional adaptation is closely associated with the development of specific volitional qualities that enable employees to overcome difficulties effectively, maintain motivation, and stay confident.

Conclusions. *The results indicate that the development of volitional qualities such as volitional regulation, self-control, organization, perseverance, and independence is essential for successful professional adaptation in organizational employees. These traits not only help employees adapt to new conditions but also ensure high effectiveness and stress resilience in their professional activities.*

Key words: *adaptation, professional activity, organization, volitional qualities, volitional regulation.*

Остополець Ірина Юріївна – кандидат психологічних наук, доцент, Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Б. Хмельницького, Запоріжжя;

Борозенцева Тетяна Валеріївна – кандидат психологічних наук, Горлівський інститут іноземних мов ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»;

Кучеренко Наталія Сергіївна – кандидат психологічних наук, доцент, Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна;

Кухар Тетяна Володимирівна – кандидат психологічних наук, доцент, Пенітенціарна академія України;

Шайда Олександр Геннадійович – кандидат психологічних наук, доцент, ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет».

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ТРИВОЖНОСТІ НА ВИНИКНЕННЯ РОЗЛАДІВ У СЕКСУАЛЬНІЙ СФЕРІ

Стаття присвячена дослідженню впливу тривожності на виникнення сексуальних розладів в умовах воєнного часу. Підвищення уваги до питань сексуальності та сексуальної поведінки є важливим у сучасному світі, оскільки відбувається поступове зростання усвідомлення значення сексуального здоров'я та його впливу на загальний стан психічного і фізичного благополуччя. Сучасна соціальна ситуація, зокрема в Україні, де триває війна, є додатковим фактором, який поглиблює вплив тривожності на сексуальну сферу.

Метою дослідження стало вивчення рівня тривожності сучасних українців репродуктивного віку та визначення особливостей зв'язку тривожних проявів з виникненням розладів у сексуальній сфері.

Наукова новизна. У статті конкретизовано наукове уявлення про зміст понять «тривожність», «розлади сексуальної сфери», виявлений зв'язок між рівнем тривожності та станом функціонування сексуальної сфери сучасного українського населення.

Висновки. Проведене дослідження дозволило констатувати, що у досліджуваних домінує високий і середній рівень тривожності, що свідчить про значний вплив зовнішніх чинників, таких як стресові ситуації, пов'язані з війною в Україні. Високий рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності є показником того, що учасники експерименту стикаються з постійним внутрішнім напруженням, яке відображається на їхньому емоційному стані та поведінці, в тому числі і сексуальній.

Дослідження сексуальної задоволеності виявило неоднозначні результати, які свідчать про наявність певних проблем у сексуальній сфері. Респонденти в середньому продемонстрували високі рівні сексуальності та сексуальної активності, проте частина з них визнала наявність труднощів з отриманням задоволення від сексуальних контактів. Це може бути наслідком психоемоційного напруження, яке респонденти відчувають через вплив зовнішніх

факторів, таких як соціальний і економічний контекст, а також психологічні труднощі.

***Ключові слова:** тривожність, сексуальна сфера, розлади сексуальної сфери.*

Постановка проблеми. Наразі вивчення питання впливу тривожності на сексуальну сферу особи є досить актуальним. Сьогодні населення України переживає хронічний стрес у зв'язку із воєнним конфліктом, що відбувається на всіх сферах життя та здоров'ї [6; 9; 10]. Війна призводить до загострення психологічних проблем, включаючи тривожність, та може сприяти розвитку різних розладів, в тому числі у сексуальній сфері. Важливо з'ясувати, як саме тривожність впливає на сексуальне функціонування людини, адже це може мати важливі наслідки для її загального фізичного та психічного здоров'я і благополуччя, а також відобразитися на повноцінності та яскравості життя.

Отже, вивчення впливу тривожності на сексуальну сферу стає актуальним завданням на сьогодні, що може започаткувати розробку методів психологічної підтримки та реабілітації людей з цього важливого питання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Емоційний стан, який супроводжує людину протягом життя – це тривога. Тому проблема тривожності як особистісної властивості завжди була актуальною для психології і посідає важливе місце в сучасній науковій думці [6; 9].

Український словник-довідник з психологічної термінології пропонує таке визначення поняття «тривожність» – це індивідуальна властивість особистості, риса характеру, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги у ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями, невдачами тощо [9]. Отже, тривожність є нормальною реакцією на небезпеку. Але, зауважимо, що вчені розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість [6]. Цю відмінність зафіксовано відповідно в поняттях «тривога» і «тривожність». Якщо тривога – це епізодичні прояви неспокою, хвилювання людини, то тривожність є стійким станом, який може закріпитися як властивість людини, яка проявляється як постійний стан підвищеного занепокоєння, негативних переживань, при яких індивід відчуває страх і напруженість [3].

Отже, тривожність – це схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення тривожної реакції. Вона є одним із ключових параметрів індивідуальних відмінностей. Тривожність зазвичай

підвищується при нервово-психічних і серйозних соматичних захворюваннях, а також у здорових людей, які переживають наслідки психотравми або відчувають суб'єктивне неблагополуччя особистості [1; 2].

У межах даного дослідження нами розглядається тривожність як форма переживання емоційної напруги в кризових ситуаціях, яка може як сприяти адаптації до реальності, так і дезорганізувати психічну діяльність. Останніми роками такими кризовими явищами для громадян нашої країни стали, по-перше, пандемія та наступна ситуація з вакцинацією проти COVID-19, а по-друге, військові дії на території України [4].

Коли стан тривожності триває більше 4 тижнів, то говорять про патологічну тривожність. Вона виникає, коли її інтенсивність надмірна для ситуації або вона не обумовлена зовнішніми факторами (викликана внутрішніми причинами). Вона відрізняється від фізіологічної тим, що є більш тривалою і вираженою, призводить до виснаження, а не до посилення адаптаційних можливостей організму [2]. Такий стан може перерости в тривожний розлад, симптоми й ознаки якого можна поділити на фізіологічні та психічні:

– фізіологічні симптоми: підвищене серцебиття, пітливість, тремтіння, відчуття скутості, напруження м'язів, біль у грудях, головний біль, проблеми зі шлунково-кишковим трактом, утруднене дихання, порушення сну, безсоння, підвищена стомлюваність і постійна втома, зниження працездатності.

– психічні симптоми: постійно або періодично виникає відчуття тривоги, нав'язливі думки, ірраціональні страхи, відчуття безнадійності, плаксивість, проблеми зі сном, підвищена дратівливість, зниження концентрації, погіршення пам'яті тощо.

Переживання тривожних станів людиною може негативно відобразитися на різних аспектах її життя, в тому числі й на векторі сексуального здоров'я.

За визначенням ВООЗ, сексуальне здоров'я – це комплекс соматичних, емоційних, інтелектуальних і соціальних аспектів життя людини, що позитивно збагачують особистість, підвищують комунікабельність людини та її здатність до любові. Це, насамперед, стан фізичного, психічного і соціального благополуччя, пов'язаного із сексуальністю людини, що включає позитивний підхід до сексуальних стосунків, можливість отримувати самому та приносити задоволення партнеру. Також сексуальне здоров'я - це про безпечний секс, вільний від примусу, насильства й дискримінації.

Під час визначення поняття сексуального здоров'я людини вважають, що воно містить у собі такі ряд елементів, на рівні яких може відбуватися відповідно й порушення сексуального здоров'я:

1) здатність отримувати задоволення і контролювати сексуальну та репродуктивну поведінку відповідно до норм суспільної та особистої етики;

2) свобода від страху, сорому, провини, нерозуміння та інших психологічних чинників, що пригнічують сексуальні реакції і порушують сексуальні стосунки;

3) відсутність органічних розладів або захворювань, що перешкоджають сексуальній і дітородній функції [3, с. 113].

Мета статті – розкриття рівня тривожності сучасного українського населення та встановлення зв'язку тривожних ознак з розладами у сексуальній сфері.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Дослідження проводилось на базі Громадської організації «Центр спільного розвитку «Дієва громада», м. Свалява, Закарпатської області. В ньому взяло участь 55 осіб віком 19–63 роки, 88,9% жінок та 11,1% чоловіків.

Для визначення рівня тривожності осіб у період воєнного стану ми використали Шкалу тривожності Ч. Спілбергера [7, с. 90–93].

За попередніми результатами нашого дослідження [5] встановлено, що 67,3% досліджуваних мають високий рівень ситуативної тривожності, 32,7% – середній рівень. Респондентів з низьким рівнем не було виявлено. Результати дослідження за шкалою особистісної тривожності показали схожі результати: 62,5% досліджуваних мають високий рівень особистісної тривожності, 37,5% – середній рівень. Респондентів з низьким рівнем не було виявлено (табл. 1).

Таблиця 1

Співвідношення рівнів ситуативної та особистісної тривожності за шкалою Ч. Спілбергера-Ю. Ханіна

Види тривожності	Рівні вираженості, %		
	Низький	Середній	Високий
1. Ситуативна тривожність	0,0%	32,7%	67,3%
2. Особистісна тривожність	0,0%	37,5%	62,5%

За результатами дослідження за Шкалою Ч. Спілбергера-Ю. Ханіна домінуючим є високий рівень прояву, як ситуативної (67,3%) так і особистісної

тривожності (62,5%), що свідчить безпосередньо про наявність стресогенів при реагуванні респондентів на більшість ситуацій у житті.

Для вивчення сексуальної сфери респондентів було використано:

– методику «Сексуальний профіль» О. Потьомкіної (визначення особливостей розладів у сексуальній сфері);

– опитувальник настанов до сексу Г. Айзенка (оцінка рівня сексуального задоволення).

За результатами Методики «Сексуальний профіль» О. Потьомкіної був сформований розподіл групи залежно від отриманих показників за визначеними шкалами (табл. 2):

Таблиця 2

Розподіл груп за Методикою «Сексуальний профіль» О. Потьомкіної

Шкали	Показники	
	Високі	Низькі
Експресивність	25,4%	74,6%
Сміливість, рішучість	27,3%	72,7%
Корисливість	74,6%	25,4%
Вибірковість	12,7%	87,3%
Гіперсексуальність	56,4%	43,6%
Щепетильність	12,7%	87,3%
Ніжність	18,2%	81,8%
Жертовність	47,3%	52,7%
Відповідальність	27,3%	72,7%
Любов як найвища цінність	12,7%	87,3%
Ревнощі	61,8%	38,2%
Різноманітність	56,4%	43,6%
Фемінність	47,3%	52,7%
Небажаність сексуальних контактів на службі	40,0%	60,0%

Для діагностики рівня сексуальної задоволеності досліджуваних було використано методику Г. Айзенка «Опитувальник настанов до сексу». Результати дослідження представлено у табл. 3.

Домінуючими високими результатами є показники за такими шкалами: сексуальна невротичність, інтерес до порнографії, цнотливість, огида до сексу, фізичний секс. Натомість за шкалами дозволеність, знеособлений секс,

сексуальна сором'язливість, сексуальна збудливість, агресивний секс, сексуальне лібідо, маскулінність-фемінність маємо домінуючі низькі показники.

Таблиця 3

Аналіз результатів дослідження сексуальних настанов за методикою Г. Айзенка «Опитувальник настанов до сексу»

Шкали	Показники	
	Високі	Низькі
Дозволеність	20,1%	79,9%
Реалізованість	55,5%	44,5%
Сексуальна невротичність	61,8%	38,2%
Знеособлений секс	23,6%	76,4%
Інтерес до порнографії	96,4%	3,6%
Сексуальна сором'язливість	27,3%	72,7%
Цнотливість	65,5%	34,5%
Огида до сексу	83,6%	16,4%
Сексуальна збудливість	30,9%	69,1%
Фізичний секс	92,7%	7,3%
Агресивний секс	23,6%	76,4%
Сексуальне лібідо	41,8%	58,2%
Сексуальна задоволеність	53,7%	46,3%
Маскулінність-фемінність	29,1%	70,9%

За методикою О. Потьомкіної «Сексуальний профіль» ми виявили, що дана група осіб проявляє у 56,4% випадків гіперсексуальність, тобто високий ступінь сексуальної активності. Натомість аналіз власне показників сексуальної поведінки згідно з даною методикою представлений в табл. 4.

Ми бачимо, що 90,9% респондентів здатні отримувати задоволення від сексу, 78,2% готові бути вірними, 69,1% мали тривалі перерви у сексуальних відносинах та лише 60,0% з них цілком задоволені власним сексуальним життям, аж 61,8% опитаних здатні швидко та без жалю розлучатися з партнером, 41,8% демонструвати почуття, яких немає, 47,3% лише хочуть бути коханими.

Отримані результати за опитувальником настанов до сексу Г. Айзенка дозволили виявити, що 53,7% респондентів задоволені своїм сексуальним життям (даний показник за попередньою методикою складає 60,0%. Але ми пояснюємо це різними підходами науковців щодо діагностики та тлумачення даного

поняття), однак в той самий момент бачимо, що сексуальна невротичність притаманна 61,8% респондентів.

Таблиця 4

Показники особливостей сексуальної поведінки за методикою «Сексуальний профіль» О. Потьомкіної

Шкали	Показники	
	так	ні
Здатність зазнавати сильних страждань від нерозділеного кохання чи втрати коханого	27,3%	72,7%
Здатність швидко звільнитися від любовної недуги, розлучитися з людиною без жалю та переживань	61,8%	38,2%
Здатність отримувати задоволення від сексу	90,9%	9,1%
Визнання гетеросексуальних контактів як норми	78,2%	21,8%
Потреба бути коханим, а не любити самому	47,3%	52,7%
Вірність як найбільша цінність	78,2%	21,8%
Задоволення сексуальним життям	60,0%	40,0%
Тривалі перерви у сексуальних відносинах	69,1%	30,9%
Вдавання, висловлювання почуттів, яких немає	41,8%	58,2%
Бажання змінити стать	0,0%	100,0%

Більшість опитаних (76,4%) за даною методикою демонструють важливість розгляду сексуального партнера як особистості. Проте 96,4% вибірки схвально та толерантно ставиться до використання порнографії у сексуальному житті.

Цілих 83,6% осіб мають огиду до того чи іншого виду сексу, певних сексуальних пестоців, а іноді навіть змушують себе займатися сексом. Проте 92,7% осіб вважають, що секс є одним з найважливіших, якщо навіть не першим в переліку важливості, компонентів стосунків з партнером. Хоча сам Г. Айзенк визначав, що задоволеність сексуальним життям та щастя людини можуть як залежати один від одного, так і не залежати взагалі.

Отже, як ми бачимо з результатів дослідження, показники тривожності у даної вибірки переважають високі (як ситуативної, так і особистісної), а ось щодо отриманих результатів діагностики сексуальної поведінки ми виявили, що група респондентів в основному задоволена власним сексуальним життям. На цей факт вказали 56,9% від загальної сукупної вибірки.

Проте ми помітили, що майже всі особи схильні переглядати чи толерантно ставитися до порнографії, яка може навіювати не реалістичні для повсякденного життя патерни сексуальної поведінки та бути швидким методом отримання задоволення (що може для деяких бути більш прийнятним, ніж повноцінний секс та не викликати зайві тривожні переживання).

61,8% опитаних здатні швидко та без жалю розлучатися з партнером, 41,8% демонструвати почуття, яких немає та 27,3% не здатні зазнавати сильних страждань від нерозділеного кохання чи втрати коханого.

Також нас цікавив такий показник, як тривалі перерви у сексуальних відносинах. У нашому дослідженні було визначено 69,1% таких опитуваних. На нашу думку, причиною цього, крім інших, може бути і переживання тривожних станів. Респонденти вказали, що почасти, хвилюючись про можливі обстріли міста їм приходиться відмовлятися від сексу, бо вони бояться в цей час бути безпорадним, вразливим і т.д., що гіпотетично підтверджується показниками огиди до того чи іншого виду сексу, сексуальних пестоців.

Для більш чіткого розуміння стану сексуальної задоволеності респондентів пропонувалось пройти анонімне опитування. Що було вкрай важливо для розуміння впливу тривожності на сексуальну сферу.

Отримані нами результати діагностики мали доволі неоднозначні показники. Наприклад, 56,4% випадків - гіперсексуальність, 56,9% випадків - задоволення власним сексуальним життям, але 83,6% осіб мають огиду до того чи іншого виду сексу, певних сексуальних пестоців, а іноді навіть змушують себе займатися сексом.

Питання, які були запропоновані респондентами мали такий зміст:

1. Чи влаштовує Вас кількість та якість сексу, яка наразі є у Вашому житті?
2. Як війна вплинула на кількість сексу у Вашому житті?
(збільшилась/зменшилась кількість)
3. З якими факторами Ви пов'яжете зміни в регулярності сексу?
4. Чи отримували Ви задоволення від сексу до війни?
5. Чи отримуєте Ви задоволення від сексу зараз?
6. Чи наявний у Вас дискомфорт при думках про секс?
7. Чи відчуваєте Ви болісні відчуття в момент сексу?
8. Чи вважаєте Ви, що наразі, в часи війни, краще обрати певний вид самозадоволення, ніж зайнятися сексом?

Аналізуючи отримані результати ми виявили, що переважна більшість осіб хоч і задоволена кількістю сексу в їх житті, але визнає, що його стало менше з початком повномасштабної війни.

Серед факторів, які вплинули на регулярність сексу вони зазначають велику зайнятість на роботі (через недостатність коштів та потребу більше працювати), негативні думки (особливо у вечірній час), які пов'язані з досвідом переживання обстрілів у нічний час, постійну втому (переважно моральну). Отже, саме ці особливості ще раз підтверджують нашу гіпотезу про негативний вплив тривожності на сексуальну сферу.

Виявили також й проблему зниження відсотку отриманого задоволення від сексу з приходом війни. А деякі особи відверто зазначили, що навіть думаючи про секс, відчувають дискомфорт та починають його асоціювати з чимось негативним.

Переважно жінки підтвердили, що вони іноді відчувають фізичний дискомфорт та біль під час сексу. Вони пояснюють цей факт неможливістю відволіктись від негативних переживань та потоку думок. У зв'язку з цим, почасти, обирають інші способи самозадоволення, а не секс, щоб більше самостійно контролювати ситуацію.

Висновки. Результати експерименту виявили декілька важливих висновків щодо впливу тривожності та сексуальне життя респондентів. Перш за все, показники тривожності завищені фактично у всієї досліджуваної вибірки, що свідчить про значний вплив зовнішніх чинників, таких як стресові ситуації, пов'язані з війною в Україні. Високий рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності є показником того, що учасники експерименту стикаються з постійним внутрішнім напруженням, яке відображається на їхньому емоційному стані та поведінці.

Дослідження сексуальної задоволеності виявило неоднозначні результати, які свідчать про наявність певних проблем у сексуальній сфері. Респонденти в середньому продемонстрували показники гіперсексуальності та високої сексуальної активності, проте частина з них визнала наявність труднощів з отриманням задоволення від сексуальних контактів. Це може бути наслідком психоемоційного напруження, яке опитувані відчувають через вплив зовнішніх факторів, таких як соціальний і економічний контекст, а також психологічні труднощі.

Перспективами подальшого дослідження є розробка та апробація психокорекційної програми для людей із порушеннями в сексуальній сфері. Така

програма має бути спрямована на зниження тривожності та покращення емоційного стану респондентів, що, у свою чергу, може позитивно вплинути на їхню сексуальну задоволеність. Важливо також звернути увагу на індивідуальні відмінності в сприйнятті сексуальних стосунків та адаптувати психокорекційні заходи відповідно до конкретних потреб кожної особи.

Література

1. Бочелюк В., Панов М., Спицька Л. Психосоматичні розлади: сучасний стан проблеми. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 7 (12). С. 542–552.
2. Кушнір А.Т., Кушнір Ю.В. Тривожність як детермінанта низького рівня сексуальної задоволеності. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2020. № 12. С. 142–148.
3. Коренева Ю. Фрустрація і деякі аспекти психічного здоров'я сім'ї. Психогенеза особистості: норма і девіація. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. С. 111–115.
4. Левченко В. В., Нежинська О. О. Дослідження тривожності державних службовців в умовах криз. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 160–165.
5. Міхліна Т. В. Діагностика тривожності українців у період воєнного стану. *Сучасна вища освіта: досягнення, виклики та перспективи розвитку в умовах невизначеності: матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції*. Запоріжжя : Видавництво МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2024. С. 48–49.
6. Остополець І.Ю., Педченко О.В., Резнікова О.А., Свіденська Г.М. Взаємозв'язок соціальних страхів та тривожності у юнацькому віці. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. № 3 (62), Том 2. 2023. С. 148-156
7. Робочий зошит для самостійної роботи студентів медичного факультету з курсу «Основи сексології та сексопатології» / упоряд. Г. М. Кожина, Н. В. Георгієвська, І. В. Лещина, В. Є. Кришталь. Харків : ХНМУ, 2018. 85 с.
8. Українська психологічна термінологія: словник-довідник. За ред. М.-Л. А. Чепи. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. 302 с.
9. Фалько Н.М., Остополець І.Ю., Шарапова Ю.В. Толерантність до невизначеності в контексті життєстійкості особистості. *Габітус*. № 59, 2024. С. 57-61
10. Фалько Н. М., Крижановський О. М., Остополець І. Ю., Прокоф'єва О. О., Крижановський П. О. Гендерні особливості самореалізації

References

1. Bochelyuk V., Panov M., & Spitska L. (2022) Psychosomatic Disorders: the Current State of the Problem. *Perspectives and innovations of science*. No. 7 (12). Pp. 542–552.
2. Kushnir A.T., Kushnir Yu.V. (2020) Anxiety as a Determinant of Low Level of Sexual Satisfaction. *Bulletin of the Student Scientific Society of DonNU named after Vasyl Stus*. No. 12. Pp. 142–148.
3. Koreneva Yu. (2018) Frustration and some Aspects of Family Mental Health. *Psychogenesis of Personality: Norm and Deviation*. Lutsk: Vezha-Druk, Pp. 111–115.
4. Levchenko V.V., & Nezhynska O.O. (2022) Research on the Anxiety of Civil Servants in Crisis Conditions. *Habitus*. Issue 39. Pp. 160–165.
5. Mikhlina T. V. (2024) Diagnostics of the Anxiety of Ukrainians during the Period of Martial Law. *Modern Higher Education: Achievements, Challenges and Prospects for Development in Conditions of Uncertainty: Materials of the II International Scientific and Practical Conference*. Zaporizhzhia: Publishing House of the MDPU named after B. Khmelnytskyi, Pp. 48–49.
6. Ostopolets I. Yu., Pedchenko O. V., Reznikova O. A., & Svidenska H. M. (2023) Relationship between Social Fears and Anxiety in Adolescence. *Theoretical and Applied Problems of Psychology and Social Work*. No. 3 (62), Volume 2. P. 148-156
7. Workbook for Independent Work of Medical Faculty Students from the course «Fundamentals of Sexology and Sexopathology» / edited by H. M. Kozhina, N. V. Georgievskaya, I. V. Leshchyna, V. E. Kryshtal. Kharkiv: KhNMU, 2018. 85 p.
8. Ukrainian Psychological Terminology: a Reference Dictionary. Under the editorship M.-L. A. Chepy. K.: SE «Information and Analytical Agency», 2010. 302 p.
9. Falko N.M., Ostopolets I.Yu., & Sharapova Yu.V. (2024) Tolerance for Uncertainty in the Context of the Vitality of the Individual. *Habitus*. No. 59, Pp.57-61
10. Falko N.M., Kryzhanovskyi O.M., Ostopolets I.Yu., Prokofieva O.O., & Kryzhanovskyi P.O. (2024) Gender Features of Self-realization of the Individual. *Theoretical and Applied Problems of Psychology and Social Work*. No. 1. P. 159-169

FEATURES OF THE INFLUENCE OF ANXIETY ON THE EMERGENCE OF DISORDERS IN THE SEXUAL SPHERE

The article is devoted to the study of the influence of anxiety on the occurrence of sexual disorders in wartime conditions. Increasing attention to issues of sexuality

and sexual behavior is important in today's world, as there is a gradual increase in awareness of the importance of sexual health and its impact on the overall state of mental and physical well-being. The current social situation, in particular in Ukraine, where the war continues, is an additional factor that deepens the impact of anxiety on the sexual sphere.

The purpose of the study was to study the level of anxiety of modern Ukrainians of reproductive age and to determine the specifics of the connection between anxiety manifestations and the occurrence of disorders in the sexual sphere.

Scientific novelty. The article specifies the scientific concept of the meaning of the concept's «anxiety», «disorders of the sexual sphere», reveals the connection between the level of anxiety and the state of functioning of the sexual sphere of the modern Ukrainian population.

Conclusions. The conducted research made it possible to state that high and medium levels of anxiety prevail among the subjects, which indicates a significant influence of external factors, such as stressful situations related to the war in Ukraine. A high level of both situational and personal anxiety is an indicator that the participants of the experiment face constant internal tension, which is reflected in their emotional state and behavior, including sexual.

The study of sexual satisfaction revealed mixed results that indicate the presence of certain problems in the sexual sphere. Respondents on average demonstrated high levels of sexuality and sexual activity, but some of them admitted to having difficulties in obtaining pleasure from sexual contacts. This may be the result of psycho-emotional stress that the respondents feel due to the influence of external factors, such as the social and economic context, as well as psychological difficulties.

Key words: anxiety, sexual sphere, sexual disorders.

Остопалець Ірина Юрїївна - кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя;

Міхліна Тетяна Вілїївна – здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня 053 Психологія, Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ ТА НАСЛІДКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМИ Й СЕКСУАЛЬНИХ РОЗЛАДІВ У ВІСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ

У статті представлено особливості проявів та наслідків психологічної травми, сексуальних розладів у військовослужбовців, котрі перебувають в умовах воєнного стресу. Мета цієї статті полягає у висвітленні негативних наслідків та можливостей корекції психологічної травми у військовослужбовців в умовах бойових дій.

Методи: Опитувальник Плутчика Келлермана Конте, методика «Індекс життєвого стилю» для діагностики наявності механізмів психологічного захисту, «Опитувальник травматичного стресу» І.О. Коменева для виявлення специфіки проявів ПТСР й статистичний пакет IBM SPSS Statistics 10.0., рангова кореляція Спірмена; й критерій для двох залежних вибірок Т-Вілкоксона.

Результати: Виявлено достовірно значущі кореляційні зв'язки між показниками ПТСР і механізмами психологічних захистів у військовослужбовців, учасників військових дій. Так, чим менше військовослужбовець стежить за всім, що відбувається навколо, тим більше він використовує захисний механізм «Проекція». Механізм психологічного захисту «Проекція» взаємопов'язаний із «надпильністю».

Висновки: Результати дослідження показників ПТСР і механізмів психологічних захистів у військовослужбовців, учасників бойових дій, дозволяють попередньо зробити такі висновки: у військовослужбовців, учасників військових дій, відсутнє усвідомлення проблеми. Виявлено провідний механізм психологічного захисту - заперечення, вони заперечують обставини, що викликають тривогу, очевидне для оточуючих ними не сприймається. Отримані результати свідчать про необхідність проведення для військовослужбовців, учасників військових дій, програми психологічного супроводу.

Ключові слова: військовослужбовці, механізми психологічного захисту, психологічна травма, ПТСР.

Постановка проблеми. Уявлення щодо психологічної травми утворювалися ще в умовах психодинамічної парадигмальної позиції. Перші теоретичні концепції про механізми психологічної травми пов'язані з працями Ж. Шарко [2] й П. Жане [5]. Вчені довели, що розмаїті психопатологічні симптоми пацієнтів спричинюються витисненими згадуваннями про травматичні події. П. Жане, увівши поняття дисоціації, що виникає через перевантаження свідомості упродовж опрацювання травматичних подій.

Теорія травми З. Фрейда [4], котра засновувалася на поглядах Ж. Шарко, П. Жане, трансформувалася разом із розвитком психоаналітичної теорії. Передусім, З. Фрейд, вивчаючи дитячі травми на клінічному матеріалі істерії, після Першої світової війни, звернувся до психічних травм, котрі були набути у дорослому віці. Психічна травма виникає у тому випадку, коли надсильний стимул руйнує «стимульний бар'єр», що викликає глобальні порушення у енергетиці організму [4]. Зцілення від травми пов'язано із переопрацюванням гіперзбудження, що висходить від травматичної події.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В науковій літературі, передусім, в працях А. Кардинера [6], розкриваються симптоми травми, що мають прояв власне у військовослужбовців. Фокусування уваги науковця здійснюється на чинник гіперспостережливості ветеранів, котрі найчутливіші до подразників зовнішнього середовища. Головне положення й висновок вченого такий: особистість, яка пережила посттравматичний стан, функціонує в такий спосіб, мов би вона продовжує переживати травматичну ситуацію.

Після Другої світової війни й усіх подій, що відбулися після 2014 року потреба у вивченні посттравматичних станів набула великого значення. Збільшилась сфера досліджень: вивчаються наслідки травми не тільки у військових та комбатантів, але й у осіб, котрі проживають на території військових дій, а також дослідження побутового й сексуального насилля.

Одно зі спрямувань досліджень психічної травматизації вивчає травматичний досвід за допомогою аналізу наративів. У наративній теорії й методології мається на увазі історія, котру розказує особистість є не лише текст, але засіб формування ідентичності особистості, інтеграції її досвіду.

Безумовно, психічно здорова особистість здатна створити усвідомлений й динамічний наратив про себе. Навпаки, фрагментарні не доступні для розуміння наративи властиві особам з емоційними порушеннями.

Одна з особливостей посттравматичного стану є зниження здатності вербалізувати власний досвід. Травма руйнує поступовий та послідовний стиль

життя. Такі руйнації відображаються у розповіді особистості про себе, своє життя. В результаті відбувається дисоціація: розщеплення частки досвіду від свідомості. Особистість, яка пережила травму, відчуває труднощі у підборі слів й значень, задля того, щоб передати свої переживання, мовби позбавляється здатності до символізації досвіду й комунікації в цілому. Проте, водночас для особистості, яка пережила травму належить потреба у створенні тенденції нарративу, в особистості виборюються дві різноспрямовані тенденції: намагання розказати й захисна потреба у неприйнятті, запобіганні, пригніченні.

Дисоціація спричинює сплутаність, дезорганізацію нарративу, що може виявлятися у повторенні окремих слів й, навіть, цілих речень у незавершених фразах, частому застосуванні вставних слів. Окрім цього, нарративи у травмованих осіб довгіше, ніж у не травмованих, за рахунок специфічних для них повторів.

Здатність індивіду написати послідовне й цілісне оповідання про травматичну подію корелює з успішним опануванням травмою.

Мета статті – висвітлення негативних наслідків та можливостей корекції психологічної травми у військовослужбовців в умовах бойових дій.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. У дослідженні брали участь 107 військовослужбовців, учасників військових дій, віком від 25 до 35 років. Під час діагностувального етапу [1] дослідження було застосовано «Шкалу оцінки впливу травматичної події». Це опитування ґрунтується на самозвіті та виявляє наявність таких переважань, як тенденції уникнення або вторгнення (нав'язливого відтворення) травматичної події. Досліджувані показники: вторгнення, уникнення, фізіологічна збудливість. Окрім цього, Опитувальник Плутчика Келлермана Конте, методика «Індекс життєвого стилю». Методика для діагностики наявності механізмів психологічного захисту. Досліджувані показники: витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проєкція, компенсація, гіперкомпенсація. Методи математичного опрацювання даних. Для отримання достовірних даних, матеріали були оброблені за допомогою статистично - математичних методів. Як статистичні методи було використано статистичний пакет IBM SPSS Statistics 10.0., а також рангова кореляція Спірмена й критерій для двох залежних вибірок Т-Вілкоксона.

За показником «вторгнення» спостерігається тенденція до низького рівню впливу травми. Встановлено, що низький рівень впливу травми мають усі учасники бойових дій (92,6 %).

За показником «уникнення» спостерігається тенденція до низького рівню

впливу травми. Встановлено, що низький ступінь впливу травми мають майже всі учасники бойових дій (92,6%).

Таблиця 1

Психологічні особливості впливу травматичної події на особистість військовослужбовців, які переживають стан воєнного стресу (у відсотках)

Показники впливу травматичної події	Низький рівень впливу травми	Середній рівень	Високий рівень
Вторгнення	92,6	7,4	-
Уникнення	92,6	7,4	-
Фізіологічна збудливість	88,9	7,4	3,7

За показником «фізіологічна збудливість» так само спостерігається тенденція до низького рівню впливу травми. Встановлено, що низький рівень впливу травми мають майже всі учасники бойових дій (88,9 %).

Аналіз таблиці 1 показує, що у військовослужбовців відзначається низький рівень впливу травми. На даний момент, в умовах дії воєнного стресу, для військовослужбовців їхня травма має несуттєвий вплив.

Специфіка проявів механізмів психологічного захисту у військових в умовах воєнного стресу за результатами дослідження за методикою Опитувальника Плутчика Келлермана Конте представлено в таблиці 2.

Таблиця 2

Специфіка проявів механізмів психологічного захисту у військових, що перебувають в умовах воєнного стресу за методикою Опитувальник Плутчика Келлермана Конте (у відсотках)

Показники механізмів психологічного захисту (МПЗ)	Низький рівень прояву МПЗ	Середній рівень прояву МПЗ	Високий рівень прояву МПЗ
Витіснення	-	66,6	33,3
Регресія	25,9	66,6	7,4
Заміщення	51,8	44,4	3,7
Заперечення	-	40,7	59,2
Проекція	7,4	37,0	55,5

Компенсація	18,5	62,9	18,5
Гіперкомпенсація	33,3	59,2	7,4

За показником «Витіснення» спостерігається рідкісне або активне використання МПЗ. Встановлено, що військовослужбовці, що переживають військовий стрес рідко використовують механізм «Витіснення» (66,6%). Активно використовують цей механізм (33,3%) осіб.

За показником «Регресія» спостерігається рідкісне або не використання цього МПЗ певною часткою військовослужбовців. Встановлено, що рідко використовують механізм «Регресія» (66,6%) осіб. Не використовують цей механізм (25,9%), активно використовують (7,4%) військовослужбовців, які перебувають в умовах воєнного стресу.

За показником «Заміщення» спостерігається тенденція до невикористання або до рідкісного використання МПЗ військовослужбовцями, які переживають військовий стрес. Встановлено, що не використовують цей механізм (51,8%) осіб. Рідко використовують механізм «Заміщення» (44,4%) військовослужбовців.

За показником «Заперечення» спостерігається активне або рідкісне використання цього МПЗ військовослужбовцями. Встановлено, що активно використовують механізм «Заперечення» (59,2%) осіб. Рідко використовують цей механізм (40,7%) військовослужбовців.

За показником «Проекція» спостерігається активне або рідкісне використання цього МПЗ. Встановлено, що активно використовують механізм «Проекція» (55,5%) військовослужбовців в умовах воєнного стресу. Рідко використовують цей механізм (37,0%) осіб. Не використовують (7,4%) військовослужбовців.

За показником «Компенсація» спостерігається тенденція до рідкісного використання МПЗ. Встановлено, що рідко використовують цей механізм (62,9%) військовослужбовців. Не використовують механізм «Компенсація» (18,5%) осіб. Активно використовують (18,5%) військовослужбовців.

За показником «Гіперкомпенсація» спостерігається тенденція до рідкісного використання цього МПЗ військовослужбовцями, які перебувають в умовах воєнного стресу. Встановлено, що рідко використовують (33,3%) осіб.

Аналіз табл. 2 показує, що за результатами діагностики у відсотковому співвідношенні виявилось, що понад 59% військовослужбовців використовують

у своїй поведінці такий механізм психологічного захисту, як «Заперечення». Ці військовослужбовці заперечують обставини, що викликають тривогу, очевидне для оточуючих ними не сприймається.

Близько 55 % військовослужбовців воліють використовувати «Проекцію». Ці військовослужбовці підсвідомо приписують власні якості, почуття і бажання іншій особистості.

Як ми бачимо, ці два захисти належать до незрілих. Використання незрілих психологічних захистів свідчить про недостатній контакт (спотворення) з реальністю та недостатнім відчуттям стійких особистих кордонів, у тому числі зокрема, відчуття ненадійності та непостійності світу.

В цілому, захисні механізми – це несвідомі автоматичні дії, спрямовані на усунення або зменшення будь-яких змін стійкості особистості, її цілісності та ідентичності.

Захисти виділяють як примітивні, так і вторинні (зрілі). Примітивні мають вроджений характер і є у всіх, зрілі – набутий, якими вони будуть залежить від виховання та розвитку життєвого шляху особистості.

Примітивні захисти мають адаптивний характер, за їх допомогою особистість намагається справлятися зі стресами. За особливостями переважання захистів, примітивних чи зрілих, можна судити про рівень порушеності. Що більше архаїчних захисних механізмів, то більш психологічно «нездорово» особистість.

До більш зрілих, за О.Ф. Кернбергом, відносяться «Інтелектуалізація», «Витіснення», «Регресія», «Аннулювання», «Зміщення», «Ідентифікація», «Відреагування», «Сексуалізація», «Сублімація».

Для доведення або спростування гіпотези дослідження було обрано непараметричні методи обробки даних, коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Цей вибір був зумовлений тим, що емпіричні дані у військовослужбовців із ПТСР не підкоряються нормальному закону розподілу, що є однією з головних умов відкидання параметричних методів і прийняття непараметричних. Результати проведеного дослідження взаємозв'язку показників ПТСР з механізмами психологічних захистів у військовослужбовців, які брали участь у бойових діях з ПТСР, представлені в таблиці 3.

Як видно з таблиці, у військовослужбовців із ПТСР окремі параметри МПЗ мають позитивний зв'язок із показниками ПТСР, а також окремі параметри МПЗ мають негативний зв'язок із показниками ПТСР. Показник «Витіснення» має зворотний від'ємний зв'язок із показником «Надмірна пильність» (-0,27). Ця

кореляція свідчить про те, що чим менше військовослужбовець відстежує все, що відбувається навколо нього, немов йому постійно загрожує небезпека, тим більше він використовує захисний механізм «витіснення». Він переводить зі свідомості в несвідоме неприйнятну інформацію, або пригнічує негативні переживання (почуття чи емоції).

Страх блокується за допомогою «Забування» реального стимулу і всіх об'єктів, фактів, обставин, пов'язаних із ним, бажань, думок, почуттів, (вони стають несвідомими).

Таблиця 3

Співвідношення показників ПТСР й МПЗ у військовослужбовців, що перебувають в умовах воєнного стресу

Показники ПТСР, МПЗ	Надмірна пильність	Перебільшене реагування	Притупленість емоцій	Вторгнення	Уникнення	Фізіологічна збудливість
Витіснення	-0,274	0,146	0,214	0,097	-0,186	-0,002
Регресія	0,245	0,381	0,319	0,429	0,302	0,282
Заміщення	-0,109	0,285	0,144	0,244	0,281	0,225
Заперечення	-0,109	0,285	0,144	0,244	0,281	0,225
Проекція	-0,354	0,153	0,203	0,317	0,190	0,242
Компенсація	-0,047	0,286	0,246	0,236	0,305	0,176
Гіперкомпенсація	0,008	0,301	0,092	0,080	0,170	-0,210

Примітки:

1. *g крит* = 0,270 при $p \leq 0,05$

2. *Жирним курсивом виділено коефіцієнти кореляції за $p \leq 0,05$*

Показник «Регресія» має прямий позитивний зв'язок із показником «Перебільшене реагування» (0,38). Ця кореляція свідчить про те, що за найменшої несподіванки військовослужбовець роблять стрімкі рухи, різко обертаються, приймають бойову позу, коли хтось наближається до них з-за спини, раптово здригаються, кидаються бігти, голосно кричать. Використовуючи при цьому механізм психологічного захисту «Регресія». Під час її реалізації відбувається відкат до найпримітивніших форм поведінки та мислення, які були властиві для більш ранньої стадії онтогенетичного розвитку. Показник «Регресія» має прямий позитивний зв'язок із показником «Притупленість емоцій»

(0,32). Ця кореляція свідчить про те, що військовослужбовці повністю або частково втрачають здатність до емоційних проявів. Їм важко встановлювати близькі та дружні зв'язки з оточуючими, недоступні радість, кохання, творче піднесення, дух гри та спонтанність. Показник «Регресія» має прямий позитивний зв'язок із показником «Вторгнення» (0,43). Ця кореляція свідчить про те, що, чим більше військовослужбовець схильний заново переживати й усвідомлювати все те, що трапилося з ним, за будь-якого нагадування про травматичну подію (ситуацію), тим більше він схильний до механізму психологічного захисту «Регресія».

Показник «Регресія» має прямий позитивний зв'язок із показником «Уникнення» (0,3). Цей зв'язок свідчить про те, що, чим більше військовослужбовець уникає всього, що могло б нагадати про те, що трапилося, ні з ким не розмовляючи на цю тему, витісняє травматичні події та переживання з пам'яті, тим більше використовує захисний механізм «Регресія». Цей захисний механізм є психологічним пристосуванням у ситуації конфлікту або тривоги. Особистість несвідомо вдається до більш ранніх, менш зрілих і менш адекватних зразків поведінки, оскільки їй здається, що вони гарантують захист і безпеку.

Показник «Регресія» має прямий позитивний зв'язок із показником «Фізіологічна збудливість» (0,28). Цей зв'язок свідчить про те, що чим більше військовослужбовець відчуває неприємні відчуття на рівні фізіології (пітливість, порушення дихання, нудоту, частіші пульсу тощо) у ситуаціях, які хоч чимось нагадують про події, що трапилися, тим більше він використовує механізм психологічного захисту «Регресія». Цей механізм є формою психологічного пристосування в ситуації конфлікту або тривоги. Показник «Заміщення» має прямий позитивний зв'язок із показником «Перебільшеність реагування» (0,28). Цей зв'язок говорить нам про те, що за найменшої несподіванки військовослужбовці роблять стрімкі рухи, різко обертаються і приймають бойову позу, коли хтось наближається до них з-за спини, раптово здригаються, кидаються бігти, голосно кричать. Використовуючи при цьому механізм психологічного захисту «Заміщення». Це захист від тривожної або нестерпної ситуації за допомогою перенесення реакції з «недоступного» об'єкта на об'єкт «доступний», або заміни неприйнятної дії на прийнятну. За рахунок такого перенесення відбувається розрядка напруги, створеної незадоволеною потребою.

Показник «Проекція» має зворотний негативний зв'язок із показником «Надмірна пильність» (-0,35). Ця кореляція свідчить про те, що чим менше військовослужбовець стежить за всім, що відбувається навколо, немов йому

постійно загрожує небезпека, тим більше він використовує захисний механізм «Проекція». В основі «Проекції» лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані і неприйнятні для військовослужбовця почуття і думки формуються зовні, приписуються іншим людям і таким чином фактом свідомості стають ніби вторинними.

Показник «Проекція» має прямий позитивний зв'язок із показником «Вторгнення» (0,32). Ця кореляція свідчить про те, що чим більше військовослужбовець схильний заново переживати все те, що трапилося, за будь-якого нагадування про отруйну подію (ситуацію) з високим ступенем інтенсивності, тим більше він схильний до механізму психологічного захисту «Проекція» підсвідомо приписуючи власні якості, почуття та бажання іншої особистості.

Показник «Компенсація» має прямий позитивний зв'язок із показником «Перебільшене реагування» (0,28). Механізм спрямований на самостійне подолання негативних якостей, що реально існують або суб'єктивно сприймаються особистістю. Вдаючись до нього, намагається компенсувати свої недоліки, розвиваючи інші риси, що врівноважують або заміщують їх.

Показник «Гіперкомпенсація» має прямий позитивний зв'язок із показником «Перебільшене реагування» (0,3). Військовослужбовець прикладає надмірно багато сил для подолання свого реального або вигаданого дефекту (комплексу), що виливається в його протилежність. До того ж останній, крайній ступінь протилежності.

Таким чином, було виявлено достовірно значущі кореляційні зв'язки між показниками ПТСР і механізмами психологічних захистів у військовослужбовців, учасників бойових дій. Наприклад, такий механізм психологічного захисту у військовослужбовців, учасників бойових дій, як «Проекція» взаємопов'язаний із «надпильністю». Можна зробити висновок, що чим менше військовослужбовець стежить за всім, що відбувається навколо, немов йому постійно загрожує небезпека, слідує за небажаними травматичними враженнями, що мають руйнівну силу, боячись, що вони прорвуться у свідомість, тим більше він використовує захисний механізм «Проекція». В основі «Проекції» лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані та неприйнятні для військовослужбовця почуття і думки локалізуються зовні, приписуються іншим і стають вторинними.

Висновки. Результати дослідження показників ПТСР і механізмів психологічних захистів у військовослужбовців, учасників бойових дій, дозволяють попередньо зробити такі висновки: у військовослужбовців, учасників

бойових дій, відсутнє усвідомлення проблеми. Виявлено провідний механізм психологічного захисту – заперечення, вони заперечують обставини, що викликають тривогу, очевидне для оточуючих ними не сприймається. Методика «Опитувальник травматичного стресу» І.О. Котенева так само показує наявність ПТСР. Отримані результати свідчать про необхідність проведення для військовослужбовців, учасників бойових дій, програми психологічного супроводу.

Таким чином, було виявлено достовірно значущі кореляційні зв'язки між показниками ПТСР і механізмами психологічних захистів у військовослужбовців, учасників бойових дій. Наприклад, такий механізм психологічного захисту як «Проекція» взаємопов'язаний із «надпильністю». Можна зробити висновок, що чим менше військовослужбовець стежить за всім, що відбувається навколо, немов йому постійно загрожує небезпека, тим більше він використовує захисний механізм «Проекція». В основі цього механізму лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані та неприйнятні для військовослужбовця почуття і думки проявляються зовні, приписуються іншим людям. На основі отриманих даних для військовослужбовців, учасників військових дій, варто розробити програму психологічного супроводу.

Література

1. Агаєв Н.А., Кокурн О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Charcot J. M. (Jean Martin). Leçons sur les maladies du système nerveux, faites a la Salpêtrière. Recueillies et publiées par Bourneville. Paris, Delahaye, 1872-1873. 368 p.
3. Foa E.B., Rothbaum B.O. Treating the trauma of rape: A cognitive-behavioral therapy for PTSD. NY: Guilford Press. 1998. 439 p.
4. Freud S. Beyond the Pleasure Principle. Sigmund Freud, James Strachey (Translator), C.J.M. Hubback (Translator). W.W. Norton & Company. 1920. 92 p
5. Janet P. L'amnésie et la dissociation des souvenirs par l'émotion. Journal de Psychologie. 1904. P. 417-453.
6. Kardiner A., Spiegel H. War, Stress and neurotic illness. NY.: Paul Hoeber, 1947. 428 p.
7. Kernberg O.F. Aggression in Personality Disorders and Perversions. Library of Congress Cataloging-in-Publication Data Kernberg Otto F., 1928. Aggression in

personality disorders and perversions. Yale University Press New Haven and London. 1992. 331 p.

References

1. Ahaiev N.A., Kokun O.M., Pishko I.O., Lozinska N.S., Ostapchuk V.V., Tkachenko V.V. Zbirnyk metodyk dlia diahnostryky nehatyvnykh psykhychnykh staniv viiskovosluzhbovtziv: Metodychnyi posibnyk. K.: NDTs HP ZSU, 2016. 234 s.
2. Charcot J. M. (Jean Martin). Leçons sur les maladies du système nerveux, faites a la Salpêtrière. Recueillies et publiées par Bourneville. Paris, Delahaye, 1872-1873. 368 p.
3. Foa E.B., Rothbaum B.O. Treating the trauma of rape: A cognitive-behavioral therapy for PTSD. NY: Guilford Press. 1998. 439 p.
4. Freud S. Beyond the Pleasure Principle. Sigmund Freud, James Strachey (Translator), C.J.M. Hubback (Translator). W.W. Norton & Company. 1920. 92 p
5. Janet P. L'amnésie et la dissociation des souvenirs par l'émotion. Journal de Psychologie. 1904. P. 417-453.
6. Kardiner A., Spiegel H. War, Stress and neurotic illness. NY.: Paul Hoeber, 1947. 428 p.
7. Kernberg O.F. Aggression in Personality Disorders and Perversions. Library of Congress Cataloging-in-Publication Data Kernberg Otto F., 1928. Aggression in personality disorders and perversions. Yale University Press New Haven and London. 1992. 331 p.

Razumovska T.V.

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS AND CONSEQUENCES OF PSYCHOLOGICAL TRAUMA AND SEXUAL DISORDERS IN MILITARY PERSONNEL IN THE CONDITIONS OF MILITARY OPERATIONS

The article presents the peculiarities of the manifestations and consequences of psychological trauma and sexual disorders in military personnel under military stress. The purpose of this article is to highlight the negative consequences and possibilities of correction of psychological trauma in military personnel in combat conditions.

Methods: Kellerman Conte's Plutzky Questionnaire, the Life Style Index methodology for diagnosing the presence of psychological defense mechanisms, I.O. Kotenev's Traumatic Stress Questionnaire for identifying the specifics of PTSD manifestations, and the IBM SPSS Statistics 10.0 statistical package, Spearman's rank correlation; and the T-Wilcoxon test for two dependent samples.

Results: Significant correlations between PTSD indicators and psychological defense mechanisms in military personnel participating in military operations were found. Thus, the less a serviceman monitors everything that happens around him, the more he uses the defense mechanism “Projection”. The “Projection” psychological defense mechanism is interconnected with “vigilance”.

Conclusions: The results of the study of PTSD indicators and psychological defense mechanisms in military personnel participating in hostilities allow us to preliminarily draw the following conclusions: military personnel participating in hostilities lack awareness of the problem. The leading mechanism of psychological defense was found to be denial; they deny the circumstances that cause anxiety, and they do not perceive the obvious for others. The results obtained indicate the need for a psychological support program for military personnel participating in military operations.

Key words: military personnel, mechanisms of psychological defense, psychological trauma, PTSD.

Разумовська Тетяна Вікторівна – аспірантка кафедри психології та соціальної роботи Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка.

*Ситнік С.В. (ORCID 0000-0001-5875-919X),
Резнікова О.А. (ORCID 0000-0003-2274-0731),
Свіденська Г.М. (ORCID 0000-0003-1580-8881),
Медвідь І.В. (ORCID 0009-0005-4875-3217),
Юдіна Г.О. (ORCID 0000-0002-3316-3880)*

ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження особливостей життєстійкості студентів майбутніх психологів та її складових, а також особистісної та ситуативної тривожності у період війни в Україні.

***Метою** дослідження є визначення показників життєстійкості і тривожності студентів майбутніх психологів різних курсів навчання у період введення воєнного стану.*

***Наукова новизна.** Проведене емпіричне дослідження дозволило констатувати, що у студентів майбутніх психологів 1-3 курсу переважає низький рівень, а студентів 4-6 курсу – високий рівень стресостійкості. Виявлено, що у студентів 1-3 курсу переважає життєстійкість у стані конфлікту, а у студентів 4-6 курсу – життєстійкість у стані стресу. Констатовано, що студенти майбутні психологи 1-3 курсу в більшій мірі схильні переживати безпричинну тривогу, а студенти 4-6 курсу - лише в критичних ситуаціях і ситуаціях загрози.*

Емпірично встановлено, що у студентів майбутніх психологів усіх курсів домінує високий рівень ситуативної тривожності, що пов'язано із постійним відчуттям небезпеки під час війни. У студентів 1-3 курсу виявлено середній рівень, а у студентів 4-6 курсу – низький рівень особистісної тривожності, що є позитивним фактом, який вказує на те, що тривожність не закріпилася як особистісна властивість і є лише тимчасовим станом.

***Висновки.** Аналіз особливостей життєстійкості і тривожності студентів-психологів різних курсів навчання у період воєнного стану дозволяє констатувати, що є необхідність здійснення психологічної підтримки і супроводу студентів майбутніх психологів, що зумовлює необхідність розробки*

такої інтерактивної програми, спрямованої на укріплення особистісних ресурсів і розвиток стресостійкості.

Ключові слова: *стресостійкість, життєстійкість, особистісна та ситуативна тривожність, студенти.*

Постановка проблеми. В ситуації військової агресії РФ проти України актуальною є проблема життєстійкості в ситуації невизначеності. Життєстійкість – це здатність людини зберігати психологічне та фізичне здоров'я, продуктивність і позитивне ставлення до життя, незважаючи на труднощі, стреси та кризові ситуації. Життєстійкість включає вміння адаптуватися до мінливих умов, протистояти негативним впливам і долати труднощі, зберігаючи внутрішній баланс та цілеспрямованість.

Як пишуть Н. Фалько, І. Остополець, Ю. Шарапова «Життєстійкість являє собою систему переконань про себе, про світ, про стосунки зі світом. Це диспозиція, що містить три порівняно автономні компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Вираженість цих компонентів перешкоджає виникненню внутрішнього напруження в стресових ситуаціях, оскільки людина є відкритою новому досвіду, у тому, що те, що відбувається, дає максимальний шанс знайти щось більш цінне, цікаве, корисне для особистості» [5, с. 59].

Зараз, у період воєнних дій на території України часто не ясно, що саме відбувається зараз і, тим більше, що буде в майбутньому. Невизначеність є характеристикою сьогодення. «Виклик невизначеності полягає в тому, щоб із нею жити і її приймати» [5, с. 59].

Актуальною є і вивчення проблеми страху, тривоги та тривожності у теперішній час, тому що вони стали невід'ємною частиною життя людини. Вивченням цієї проблеми у юнацькому віці займалися такі вітчизняні психологи, як: І. Батраченко, М. Бригадир, В. Зіньківський, В. Мичко, І. Остополець, О. Педченко, О. Резнікова, Г. Свіденська, [4] А. Співаковський, М. Сурякова, І. Учитель В. Ямницький, Л. Терлецька та ін., зарубіжні психологи: С. Холл, К. Грос, Д. Селлі, З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорні, В. Штерн та багато інших.

Розуміння особливостей проявів тривожності і життєстійкості студентів майбутніх психологів є дуже актуальним під час війни, що дозволить створити комплексні стратегії, спрямовані на їх підтримку.

Метою статті є визначення показників життєстійкості і тривожності студентів майбутніх психологів різних курсів навчання у період введення воєнного стану в Україні.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Дослідження життєстійкості в ситуації невизначеності представлено в роботах вітчизняних дослідників: І. Бринзи [1], С. Кондратюк [2], С. Кузікової та Щербак Т. [3], Л. Чепіги [7] та ін.; дослідження резильєнтності представлено в роботах: В. Федорчук, Л. Комарницької та Н. Сторожук [4], та ін.; проблема стресостійкості в ситуації невизначеності представлено в роботах Н. Фалько, І. Остополець, Ю. Шарапової [5], Т. Пономаренко і А. Шишиної [8] та ін.; особливості життєстійкості в контексті психологічного благополуччя особистості досліджував С. Мадді [9] та інші автори.

С. Кондратюк зазначає, що розвинена життєстійкість допомагає переживати життєві негаразди та розвиває вміння долати труднощі. Розвиток життєстійкості – це процес, який потребує регулярної роботи над установками, поведінкою та навичками. Оптимізм допомагає бачити складні ситуації як тимчасові труднощі, а не як постійні проблеми. Усвідомленість та медитація допомагають розуміти та приймати почуття, які виникають у стресових ситуаціях. Регулярні фізичні вправи, повноцінний сон та здорове харчування покращують фізичний стан та знижують вплив стресу [2].

І. Бринза розглядає ситуації, які впливають на життєстійкість особистості. До них відносяться стани: стресу, фрустрації, конфлікту, кризи та невизначеності [1].

Згідно С. Мадді життєстійкість є впливовим психологічним чинником збереження психічного та соматичного здоров'я людини в умовах стресу та перевантаження [9].

Л. Чепіга зазначає, що життєстійкість є важливою рисою особистості в умовах війни. Вона характеризує ступінь сформованості здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігати внутрішню збалансованість, не знижуючи при цьому успішності діяльності [7].

З точки зору С. Кузікової та Т. Щербак життєстійкість – це ресурс для адаптації особистості у суспільстві. Значення життєстійкості у сучасних мінливих умовах включає: створення основи внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я і високої здатності до життєдіяльності. Середній рівень життєстійкості сприяє оптимальному переживанню ситуацій невизначеності і передбачає вибір копінг-стратегій, які дозволяють протидіяти складностям у професійному та особистому житті [3].

Згідно А. Шишину та Т. Пономаренко стресостійкість включає готовність та здатність особистості протидіяти стресовим ситуаціям, самотійно

вирішувати складні життєві проблеми, опираючись на знання, навички та досвід. Стресостійкість дозволяє зберегти емоційну та поведінкову стабільність в умовах стресу. Високий рівень стресостійкості допомагає ефективно справлятися з негативними ситуаціями, адаптуватися до змін та знижувати ймовірність розвитку психосоматичних захворювань, таких як: тривожні розлади, депресія та вигорання [8].

В. Федорчук, Л. Комарніцька, Н. Сторожук розглядають поняття «резильєнтність» як витривалість, стресостійкість та гнучкість. Дані риси важливі в умовах ситуації невизначеності [6].

Резильєнтність та життєстійкість часто розглядаються як схожі поняття, але між ними є відмінності. Резильєнтність – це здатність людини відновлюватися після труднощів, адаптуватися та продовжувати розвиватися. Резильєнтність фокусується таких рисах особистості як гнучкість та адаптивність.

Життєстійкість – це здатність протистояти життєвим труднощам, підтримувати здоров'я та працездатність у несприятливих умовах і зберігати мотивацію та сили на тривалому проміжку часу, вона включає не тільки психологічні аспекти, але й фізичні та соціальні ресурси.

В нашому дослідженні ми вивчаємо життєстійкість студентів-психологів в ситуації невизначеності. Розглядаємо життєстійкість як здатність особистості витримувати стресову ситуацію, зберігати внутрішню збалансованість, не знижуючи при цьому успішності діяльності.

У емпіричному дослідженні взяли участь 36 респондентів – студенти 1-3 курсу у віці 17-20 років (1 група) та 40 досліджуваних студенти 4-6 курсу у віці 21-23 років (2 група).

У відповідності до мети та завдань дослідження був використаний такий психодіагностичний інструментарій: методика «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Д. Холмс, К. Раге); методика «Парціальні позиції життєстійкості особистості» (І. Бринза); методика «Експрес-діагностика схильності до немотивованої тривожності» (В. Бойко); методика «Визначення рівня особистісної і ситуативної тривожності» (У. Спілбергер, Ю. Ханін).

Для математико-статистичного аналізу отриманих результатів застосовувався t-критерій Стьюдента для порівняння середніх значень двох вибірок.

Для дослідження стресостійкості та соціальної адаптації студентів-психологів використано методику «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Д. Холмс, К. Раге), отримані результати представлені в табл. 1.

Таблиця 1

Аналіз стресостійкості та соціальної адаптації студентів-психологів (у %)

Рівень стресостійкості	Група 1	Група 2	t	p-рівень
Низький	47,22	30	2,19	≤0,05
Середній	36,11	25	1,24	>0,05
Високий	16,67	45	2,74	≤0,05

У досліджуваних першої групи переважає низький рівень стресостійкості (47,22%), а у досліджуваних 2 групи – високий рівень стресостійкості (45%). Отримані результати свідчать про те, що студенти 1-3 курсу мають значні труднощі в керуванні стресом. Вони переживають сильні емоційні реакції на стресові ситуації, відчувають тривогу. Можуть мати труднощі із зосередженням уваги, прийняттям рішень та реагуванням на проблеми.

Студенти 4-6 курсу мають високий рівень стресостійкості, що свідчить про вміння ефективно керувати стресом у різних ситуаціях. Студенти-психологи здатні зберігати спокій та ясність мислення навіть у складних та непередбачуваних обставинах. Вони мають розвинені навички саморегуляції, вміють швидко адаптуватися до змін і знаходити конструктивні рішення проблем.

На другому місці виявлено середній рівень стресостійкості у студентів обох груп. У 1 групи (36,11%), а у 2 групи – (25%), що вказує на вміння справлятися зі стресом у більшості звичайних ситуацій, але іноді студенти можуть відчувати труднощі в керуванні своїми емоціями та реакціями у складніших чи несподіваних обставинах. Це нормально і природно, оскільки кожна людина має свої межі стресостійкості, які можуть змінюватися в залежності від ситуації, настрою та інших чинників.

Отже, у досліджуваних першої групи переважає низький рівень, а у 2 групи – високий рівень стресостійкості. Стресостійкість – це навичка, яку можна розвивати та покращувати. Це може включати використання методів релаксації, вправ з саморегуляції, усвідомленості і практику пошуку конструктивних способів реагування на стресові ситуації. Поступово, з досвідом та тренуванням, студенти можуть підвищити свій рівень стресостійкості.

Для дослідження життєстійкості студентів-психологів використано методику «Парціальні позиції життєстійкості особистості» (І. Бринза), отримані результати представлені в табл. 2.

У досліджуваних 1 групи переважає шкала «життєстійкість у стані конфлікту» (27,78%), а у досліджуваних 2 групи – «життєстійкість у стані стресу»

(32,5%), що свідчить про здатність студентів-психологів 1-3 курсу до опанування станів гніву, агресії, роздратування, обдурення та ненависті. Студенти намагаються перетворювати ситуацію конфлікту із руйнівної у ситуацію саморозвитку.

Таблиця 2

Дослідження життєстійкості студентів-психологів (у %)

Шкали	Група 1	Група 2	t	p-рівень
Життєстійкість у стані стресу	25	32,5	1,71	>0,05
Життєстійкість у стані фрустрації	25	10	2,83	≤0,05
Життєстійкість у стані конфлікту	27,78	22,5	1,63	>0,05
Життєстійкість у стані кризи	13,89	20	1,82	≤0,05
Життєстійкість у ситуації невизначеності	8,33	15	2,94	≤0,05

Студенти-психологи 4-6 курсу здатні витримувати тривогу та приймати обставини, в яких не можуть бути задоволені їх потреби, як частину життя. Вони схильні ігнорувати переживання напруги та занепокоєння, у стресових ситуаціях, здатні використовувати конструктивні копінг-стратегії.

У 1 групи виявлено наступні показники за шкалами «життєстійкість у стані стресу» та «життєстійкість у стані фрустрації» (25%), «життєстійкість у стані кризи» (13,89%), «життєстійкість у ситуації невизначеності» (8,33%). Отримані результати вказують на схильність студентів-психологів 1-3 курсу до опанування станів гніву, агресії, роздратування, обдурення та ненависті, здатність справлятися з амбівалентністю почуттів, відчуття розгубленості та пригніченості. Студенти здатні витримувати переживання почуття незадоволеності, образи, провини, горя та розчарування. Прагнуть до реалізації стратегій конструювання майбутнього в умовах невідомості.

У 2 групи виявлено наступні показники за шкалами «життєстійкість у стані конфлікту» (22,5%), «життєстійкість у стані кризи» (20%), «життєстійкість у ситуації невизначеності» (15%), «життєстійкість у стані фрустрації» (10%). Отримані дані свідчать про здатність студентів-психологів 4-6 курсу використовувати конструктивні способи вирішення конфліктів. В ситуації кризи

студенти спираються на власний досвід та намагаються вирішити дану ситуацію. В ситуації невизначеності намагаються сприймати життєві виклики як основу для саморозвитку та самовдосконалення. В ситуації фрустрації намагаються впоратися з відчуттям розгубленості та зберегти відчуття енергійності для досягнення успіху у майбутньому.

Отже, 1 групи переважає життєстійкість у стані конфлікту, а у 2 групи – життєстійкість у стані стресу. Студенти 1 групи намагаються перетворювати ситуацію конфлікту із руйнівної у ситуацію саморозвитку, а студенти 2 групи – ігнорують переживання напруги та занепокоєння, у стресових ситуаціях, використовують копінг-стратегії.

Для дослідження схильності до немотивованої тривожності студентів-психологів використано методику «Експрес-діагностика схильності до немотивованої тривожності» (В. Бойко), отримані результати представлені в табл. 3.

Таблиця 3

Діагностика тривожності студентів майбутніх психологів

Показник	Група 1	Група 2	t	p-рівень
Безпричинна тривога	44,45	22,5	2,75	≤0,05
Схильність до тривоги	33,33	35	1,41	>0,05
Немає тривоги	22,22	42,5	2,56	≤0,05

У досліджуваних 1 групи переважає показник «безпричинна тривога» (44,45%), а у досліджуваних 2 групи – «немає тривоги» (42,5%), отримані результати свідчать про схильність студентів-психологів 1-3 курсу до занепокоєння або напруження без явної причини або у відповідь на ситуації, які для інших людей можуть здатися несуттєвими або безпечними. Це може виявлятися у вигляді постійного відчуття напруженості, необґрунтованих страхів чи панічних атак. Безпричинна тривога може бути викликана різними чинниками, включаючи генетичну схильність, хімічний дисбаланс у мозку, стресові ситуації, попередні травми або негативний досвід.

Студенти 4-6 курсу здатні відчувати тривогу у певні моменти життя. Вони почуваються спокійно, впевнено та без занепокоєння щодо майбутнього. Відсутність тривоги може бути результатом різних чинників, таких як: психологічна стійкість, стабільні умови життя, добрі стосунки з оточуючими, а також турбота про власне здоров'я та добробут.

На другому місці у студентів обох груп показник «схильність до тривоги» (33,33% та 35% відповідно). Отже, студенти обох груп можуть переживати почуття тривоги, занепокоєння чи нервозності. Студенти можуть переживати тривожні думки чи фізичні симптоми тривоги, навіть коли немає реальної причини занепокоєння.

На останньому місці у 1 групи показник «немає тривоги» (22,22%), а у 2 групи – «безпричинна тривога» (22,5%), що свідчить про схильність студентів-психологів 1-3 курсу до відчуття тривоги лише у ситуаціях реальної загрози. Студенти 4-6 курсу іноді мажуть відчувати тривогу без видимих причин, що може бути пов'язано з переживанням стресу.

Таким чином, досліджувані 1 групи можуть переживати безпричинну тривогу, а 2 групи не відчують тривогу у повсякденному житті.

Для дослідження рівня особистісної і ситуативної тривожності студентів-психологів використано методику «Визначення рівня особистісної і ситуативної тривожності» (У. Спілбергер, Ю. Ханін), отримані результати представлені в табл. 4.

Таблиця 4

Аналіз рівня особистісної і ситуативної тривожності студентів-психологів

Рівень	Ситуативна тривожність (СТ)		t	p-рівень	Особистісна тривожність (ОТ)		t	p-рівень
	Група 1	Група 2			Група 1	Група 2		
Низький	33,33	27,5	1,26	>0,05	27,78	40	2,76	≤0,05
Середній	22,22	27,5	1,78	>0,05	38,89	27,5	2,85	≤0,05

Високий	44,45	45	1,65	>0,05	33,33	32,5	1,58	>0,05
---------	-------	----	------	-------	-------	------	------	-------

Вивчення рівня особистісної і ситуативної тривожності студентів-психологів показало, що за показником «ситуативна тривожність» у досліджуваних обох груп переважає високий рівень (44,45% та 45% відповідно). Даний рівень тривожності може негативно впливати на навчальний процес, соціальну взаємодію та загальний психологічний стан студентів. Високий рівень нейротизму та схильність до перфекціонізму збільшують тривожність, особливо в ситуаціях, пов'язаних з оцінкою та очікуваннями. Відсутність підтримки з боку близьких чи друзів може посилити почуття тривожності та невпевненості у собі.

За показником «особистісна тривожність» у 1 групи переважає середній рівень (38,89%), а у 2 групи – низький рівень (40%). Отримані результати свідчать про адекватний рівень тривожності у студентів 1-3 курсу. Вони час від часу відчувають деяку тривогу чи занепокоєння, але це не є домінуючою рисою особистості. Студенти з таким рівнем тривожності схильні до переживання стресів у деяких ситуаціях, але вони здатні справлятися з цим і відновлювати емоційну рівновагу.

Низький рівень особистісної тривожності у студентів 4-6 курсу вказує на їх стабільний емоційний стан у повсякденному житті. Вони не схильні до надмірної тривоги і можуть долати різні життєві ситуації без значних емоційних сплесків. Студенти емоційно стабільні і впевнені у собі, що допомагає їм зберігати рівновагу в стресових ситуаціях. Низький рівень особистісної тривожності позитивно впливає на успішність, соціальні відносини та загальне психічне здоров'я.

Таким чином, у досліджуваних обох груп переважає високий рівень ситуативної тривожності, у студентів 1-3 курсу виявлено середній рівень, а у студентів 4-6 курсу – низький рівень особистісної тривожності.

Висновки. Встановлено, що студенти-психологи 1-3 курсу мають низький рівень, а студенти 4-6 курсу – високий рівень стресостійкості. Виявлено, що у студентів-психологів 1-3 курсу домінує життєстійкість у стані конфлікту, а у студентів 4-6 курсу – життєстійкість у стані стресу. Констатовано, що студенти-психологи 1-3 курсу можуть переживати безпричинну тривогу, а студенти 4-6

курсу відчувають тривогу, лише в критичних ситуаціях та загрозах. Встановлено, що у студентів-психологів усіх курсів домінує високий рівень ситуативної тривожності, у студентів 1-3 курсу виявлено середній рівень, а у студентів 4-6 курсу – низький рівень особистісної тривожності. Ці результати можуть бути використані для розробки спеціалізованих програм підтримки та тренінгів для студентів-психологів в ситуації невизначеності.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо у вивчення гендерних відмінностей впливу невизначеності на життєстійкість психологів під час війни. Також планується розробка та апробація інтервенційних тренінгових програм, спрямованих на розвиток життєстійкості особистості в ситуації невизначеності.

Література

1. Бринза І. Психодіагностична методика «Парціальні позиції життєстійкості особистості»: результати розробки та апробації. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2020. №1(11). С. 14–22.
2. Кондратюк С. М. Життєстійкість як ресурс подолання життєвих труднощів в умовах війни. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. Випуск 4. С. 78–81.
3. Кузікова С. Б., Щербак Т. І. Життєстійкість як адаптаційний ресурс особистості у реальності невизначеності життя. *Слобожанський науковий вісник*. 2023. Вип.2 С. 24–29.
4. Остополець І.Ю., Педченко О.В., Резнікова О.А., Свіденська Г.М. Взаємозв'язок соціальних страхів та тривожності у юнацькому віці. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи. № 3 (62), Том 2. 2023. С. 148-156
5. Фалько Н.М., Остополець І.Ю., Шарапова Ю.В. Толерантність до невизначеності в контексті життєстійкості особистості. *Габітус*. № 59, 2024. С. 57-61
6. Федорчук В. М., Комарницька Л. М., Сторожук Н. Р. Резильєнтність особистості в умовах військового стану. Resilience: the main challenges and development of resilience competencies in the educational paradigm: Scientific monograph. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2023. С. 112–126.
7. Чепіга Л. П. Життєстійкість особистості в умовах воєнного часу. *Особистість, Суспільство, Війна. Харків*. 2024. С. 340–345.

8. Шишин А., Пономаренко Т. Психологічні особливості стресостійкості особистості в умовах невизначеності. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. 2023. Випуск 16. С. 64–71

9. Maddi S. Hardiness: an operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. № 44. P. 279–298.

References

1. Brynza, I. (2020) Psychodiagnostic methodology «Partial positions of personality resilience»: results of development and testing. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv*. No. (11). Pp. 14-22.

2. Kondratiuk, S. (2022) Resilience as a resource for overcoming life's difficulties in wartime. *Dnipro Scientific Journal of Public Administration, Psychology, Law*. Issue 4. Pp. 78-81.

3. Kuzikova, S., Shcherbak, T. (2023) Resilience as an adaptive resource of personality in the reality of life uncertainty. *Slobozhanskyi naukovyi vistnyk*. Issue 2, Pp. 24-29.

4. Ostopolets, I., Pedchenko, O., Reznikova, O., Svidenska, H. (2023) Interrelation of social fears and anxiety in adolescence. *Theoretical and applied problems of psychology and social work*. No. 3 (62), Vol. 2. 2023. Pp. 148-156

5. Falko, N., Ostopolets, I., Sharapova, Y. (2024) Tolerance to uncertainty in the context of personality resilience. *Habitus*. No. 59, 2024. Pp.57-61

6. Fedorchuk, V., Komarnitska, L., Storozhuk, N. (2023) Resilience of the personality in the conditions of martial law. Resilience: the main challenges and development of resilience competences in the educational paradigm: Scientific monograph. Riga, Latvia: «Baltija Publishing». Pp. 112-126.

7. Chepiga, L. (2024) Resilience of the individual in wartime. *Personality, Society, War. Kharkiv*. Pp. 340-345.

8. Shyshyn, A., Ponomarenko T. (2023) Psychological features of personality stress resistance in conditions of uncertainty. *Bulletin of Lviv University*. Series of psychological sciences. Issue 16. Pp. 64-71

9. Maddi, S. (2004) Hardiness: an operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. № 44. Pp. 279–298.

PECULIARITIES OF RESILIENCE OF FUTURE PSYCHOLOGY STUDENTS DURING THE PERIOD OF MARTIAL LAW IN UKRAINE

The article presents the results of a theoretical analysis and empirical study of the peculiarities of resilience of future psychology students and its components, as well as personal and situational anxiety during the war in Ukraine.

The purpose of the study is to determine the indicators of resilience and anxiety of future psychology students of different courses of study during the period of martial law in Ukraine.

Scientific novelty. *The conducted empirical study allowed us to state that students of future psychologists of 1-3 years of study have a low level, and students of 4-6 years of study have a high level of stress resistance. It has been found that 1-3 year students have a higher level of resilience in a state of conflict, and 4-6 year students have a higher level of resilience in a state of stress. It has been stated that 1-3 year students of future psychologists are more likely to experience causeless anxiety, and 4-6 year students - only in critical and threatening situations.*

It has been empirically established that students of future psychologists of all years of study have a high level of situational anxiety, which is associated with a constant sense of danger during the war. The students of the 1-3 year of study have an average level, and the students of the 4-6 year of study have a low level of personal anxiety, which is a positive fact indicating that anxiety is not fixed as a personal trait and is only a temporary condition.

Conclusions. *The analysis of the peculiarities of resilience and anxiety of psychology students of different courses of study during martial law allows us to state that there is a need for psychological support and support of future psychology students, which necessitates the development of such an interactive programme aimed at strengthening personal resources and developing stress resistance.*

Key words: *stress resistance, resilience, personal and situational anxiety, student.*

Ситнік Світлана Володимирівна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри теорії та методики практичної психології, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», м. Одеса;

Резнікова Олена Анатоліївна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Горлівський інститут іноземних мов, ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», м. Дніпро;

Свіденська Галина Миколаївна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», м. Дніпро;

Медвідь Інна Василівна – магістр психології, старший викладач кафедри психології, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, Запоріжжя, Україна

Юдіна Галина Олексіївна – старший викладач кафедри практичної психології, Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, м. Харків.

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

У статті показано, що участь у бойових діях значно впливає на психологічний стан людини, часто призводячи до негативних змін особистості та породжуючи конфліктні ситуації в суспільстві. Психічні травми, отримані під час бойових операцій, можуть спричинити серйозні порушення у фізичному та емоційному стані людини. Деструктивний вплив війни виявляється не лише у фізичних втратах, але й у соціальній дезорієнтації, втраті соціальних зв'язків, розладі особистої ідентичності у військовослужбовців. Наслідки бойових психічних травм можуть проявлятися навіть через багато років. Без належної психологічної реабілітації, таким людям важко повернутися до мирного життя та відновити свою соціальну роль. У цьому контексті арт-терапія може стати важливим елементом реабілітації, допомагаючи позбутися негативних емоцій, підвищити настрій та створити нові життєві моделі.

Наведено результати емпіричного дослідження впливу арт-терапії на психологічний стан військовослужбовців, проведеного за методикою оцінки поточного психологічного стану «САН» (самопочуття, активність, настрій). У дослідженні брали участь 24 військовослужбовці, які брали участь у бойових діях впродовж 2022-2024 рр. Встановлено, що арт-терапія допомагає зменшити прояви депресії та агресії, коригувати самопочуття, покращувати настрій та сприяти інтеграції військовослужбовців у суспільство.

Ключові слова: арт-терапія, арт-терапевтичні заходи, психотерапевтична допомога, реабілітація, військовослужбовці.

Постановка проблеми. В Україні наразі триває міждержавний збройний конфлікт, що є результатом ескалації гібридної війни, яка розпочалася задовго до 2014 року. У зв'язку з цим, питання надання оптимальної психотерапевтичної допомоги учасникам бойових дій та їх адаптації до мирного життя залишаються вкрай актуальними. Психічні травми, отримані під час бойових дій, спричиняють

серйозні порушення у фізичному та емоційному стані військовослужбовця. Часто учасники бойових дій після повернення до мирного життя стикаються з низькою самооцінкою, втратою сенсу життя, зміною ціннісних орієнтирів, почуттям самотності та соціальної ізоляції. Чим довше вони перебувають у такому стані психоемоційного навантаження, тим складніше їм адаптуватися до мирного існування. Психічні травми, отримані під час бойових дій, можуть проявлятися через багато років. Для багатьох ветеранів повернення до мирного життя стає складнішим завданням, ніж перебування на фронті. У умовах смертельної небезпеки змінюється сприйняття навколишнього світу, поведінка та почуття. Ветерани несуть у собі бойові навички та стереотипи, сформовані під впливом небезпеки. В Україні доцільно застосовувати арт-терапію для психологічної реабілітації воїнів, оскільки цей метод ефективно допомагає вийти з хворобливих станів. Арт-терапія є дієвим засобом вирішення як внутрішньоособистісних, так і міжособистісних конфліктів, а також конфліктів на рівні великих соціальних груп, міжетнічних та військових конфліктів [Вознесенська, 2019]. Важливо зазначити, що арт-терапія є універсальною та може застосовуватись у різних сферах, таких як психотерапія, педагогіка, соціальна робота та інші. Вона підходить для роботи з дорослими як у групах, так і в індивідуальних сесіях.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемам психологічної реабілітації військовослужбовців присвячено праці таких науковців, як Ю. Л. Бриндіков [Бриндіков, 2017], М. Г. Козловська [Козловська, 2016], О. М. Кокун [Кокун, Агаєв, Пішко та інші, 2017], І. А. Лурін [Лурін, 2017], А. П. Мельник [Мельник, 2015], Р. П. Шевченко [Шевченко, 2019] та інших авторів. Ефективність арт-терапії у подоланні наслідків бойового стресу, у сприянні адаптації учасників бойових дій в мирне життя досліджували в своїх роботах Н.М. Авер'янова [Авер'янова, 2023], О. А. Блінов [Блінов, 2021] та інші.

Мета статті – дослідження ефективності програми психологічної корекції засобами арт-терапії військовослужбовців в умовах війни.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Термін «арт-терапія» (art – мистецтво, art therapy – буквально терапія мистецтвом) широко вживаний у англійськомовних країнах і зазвичай означає лікування за допомогою образотворчого мистецтва для впливу на психоемоційний стан пацієнта. У вітчизняній літературі також використовуються терміни «ізотерапія» або «художня терапія», але вони не є повними аналогами англійського терміну і дещо звужують його зміст. В арт-терапії пацієнтам пропонують різноманітні заняття з образотворчого та художньо-прикладного мистецтва, які спрямовані на

активізацію спілкування з психотерапевтом або групою для чіткішого вираження своїх переживань, проблем та внутрішніх протиріч, а також для творчого самовираження. Арт-терапія включає такі форми творчості, як відео-арт, інсталяція, перформанс, комп'ютерна творчість, де візуальний канал комунікації відіграє провідну роль [Авер'янова, 2023]. Сучасна арт-терапія використовує всі види мистецтва, що породило різноманітні її форми, такі як ізотерапія, казкотерапія, музикотерапія, танцювальна терапія, фототерапія, лялькотерапія, драматерапія та інші. Арт-терапія є міждисциплінарним явищем, що виникло на стику мистецтва і науки, включаючи досягнення медицини, педагогіки, культурології, соціології та інших галузей.

Варто підкреслити, що у повсякденному житті люди здебільшого використовують вербальні канали комунікації, тоді як арт-терапія активно залучає невербальні методи спілкування, які часто є єдиним засобом зв'язку між людиною і суспільством, пацієнтом і психотерапевтом. Арт-терапія має певні переваги у діагностиці, зокрема, вона дозволяє глибше оцінити поведінку та стан пацієнтів; визначити, на якому етапі життя перебуває людина, адже в арт-терапевтичних роботах відображаються не лише думки теперішнього часу, а й пригнічені переживання минулого та приховані міркування про майбутнє. Важливим є не тільки створений пацієнтом кінцевий образ, а й вибір матеріалів, кольорів та зусиль, витрачених на його створення. Водночас слід пам'ятати, що визначення індивідуальної символіки кожного пацієнта є надзвичайно важливим, оскільки вона може не відповідати загальноприйнятим діагностичним стереотипам.

Діапазон арт-терапії охоплює різні аспекти: а) через творчу діяльність (наприклад, малювання, створення картин, ліплення тощо) виражається та розряджується агресія та інші негативні почуття людини; б) візуальні форми відображають несвідомі внутрішні конфлікти та переживання; в) зміст, стиль і кольори мистецьких робіт надають інформацію про їхніх авторів; г) художня діяльність сприяє розвитку внутрішнього контролю у людини; д) мистецтво приносить радість і задоволення людині, що викликає позитивні емоції; е) у процесі спільної творчої діяльності виникають почуття взаєморозуміння.

Арт-терапія включає кілька форм: активну (коли пацієнт сам створює малюнки, скульптури, живописні та музичні твори та інші), пасивну (коли пацієнт користується художніми творами, створеними іншими митцями, наприклад, розглядає картини, слухає музику, читає книги та інше), і змішану (коли пацієнт використовує твори відомих художників для створення власних живописних

картин, малюнків, скульптурних зображень та інших творів). Крім того, існують два основні підходи до арт-терапевтичної роботи – індивідуальний та груповий.

Американські дослідники, вдосконалюючи методи лікування ветеранів бойових дій, продемонстрували високу ефективність арт-терапії як засобу полегшення складних симптомів посттравматичного стресового розладу. Вони виявили, що релаксація під час художньої творчості прямо зменшує емоційне гіперзбудження учасників бойових дій; дозволяє відтворити у невербальному форматі спогади та емоції, що складно виражати словами; створений конкретний невербальний образ дає відчуття контролю над жахливими і нав'язливими спогадами і сприяє емоційній стабільності; усвідомлення спогадів і емоцій, які травмують людину, полегшує розуміння самої травми, що сприяє швидшому одужанню; задоволення від художньої творчості активізує почуття власної гідності та допомагає адаптуватись у соціумі [Collie, Backos, 2006]. Взагалі, більшість експертів підкреслюють важливість арт-терапії в редукції нічних жахів і безсоння, тривожних станів, безнадійності та нав'язливих спогадів, підвищенні самооцінки та емоційного самоконтролю особи.

Оскільки арт-терапія часто входить у склад реабілітаційних програм, важливою складовою професійної діяльності арт-терапевта є співпраця з іншими спеціалістами, такими як психіатри, медсестри, соціальні працівники і інші. У проведенні арттерапевтичних сесій необхідно керуватись такими принципами: забезпечення психологічної безпеки учасників процесу; уникання оцінки художньої цінності їхніх творів; дотримання конфіденційності та партнерських відносин з клієнтами; надання свободи вибору художніх матеріалів та методів роботи з ними; забезпечення свободи вибору тематики й сюжетів творчого процесу.

В сучасних умовах фахівці шукають нові інноваційні методи роботи з військовослужбовцями. Одним з ефективних способів збереження й підтримки психологічного здоров'я військовослужбовців є музикотерапія.

Музикотерапія як навчальна дисципліна вперше з'явилася в 1918 році в Колумбійському університеті (США) за ініціативою Маргарет Андерсен, музикантки з Великобританії. Поступово стала очевидною необхідність розробки академічних програм для підготовки професійних музикотерапевтів і в інших вищих навчальних закладах. У 1975 році в Лондоні був заснований Центр музичної терапії, що підкреслило зростаючий інтерес до цієї галузі.

Термін «музикотерапія» має своє коріння у греко-латинських мовах і перекладається як «лікування через музику». Німецьке товариство музикотерапії

описує її як «практично орієнтовану наукову дисципліну», що тісно пов'язана з медициною, суспільними науками, психологією, музикознавством та педагогікою. Велика частина дослідників розглядає музикотерапію як допоміжний метод психотерапії та специфічний засіб підготовки пацієнтів до використання складних терапевтичних методів [Авер'янова, 2019].

Музикотерапія як метод психотерапії може сильно впливати на емоційність та особистісні якості людини, сприяючи виявленню й корекції недоліків у взаємовідносинах та підвищенню самооцінки. Фізіологічний ефект музики на людину базується на здатності нервової системи та м'язів синхронізуватися з ритмами. Музика, як ритмічний стимул, активує фізіологічні процеси організму, які проходять ритмічно в руховій та автономній системах. Є взаємозв'язок між ритмом рухів та ритмом внутрішніх органів людини, що демонструє, що ритмічні рухи формують єдину функціональну систему, відому як руховий стереотип.

Використання музики як ритмічного стимулу може сприяти підвищенню ритмічних процесів організму та оптимізації енергетичних витрат. Різні типи музики можуть моделювати різні психічні стани, що впливає на психічну, рухову та пізнавальну активність людини. Механізм цього впливу музики пов'язаний з активністю центральної нервової системи людини.

Під час прослуховування музичних стимулів відбуваються зміни в системах передачі сигналів у мозку, що впливає на різні аспекти функціонування. Наприклад, прослуховування неприємних звуків може збільшити виділення серотоніну – гормону, який пов'язаний з агресивністю чи депресією.

Існують два основні типи музики залежно від їх впливу на поведінку та стан людини: заспокійливу музику, яка характеризується регулярним ритмом, передбачуваною динамікою і гармонійним звучанням, і стимулюючу музику, що підвищує енергійність, спонукає до активності та збуджує емоційну реакцію.

Методи музикотерапії класифікуються за роллю пацієнта (активний і рецептивний) або за видом підготовки (імпровізаційний і структурований). Серед найпоширеніших методів виокремлюють музичну імпровізацію, виконання готових музичних творів, рецептивне слухання та вербальне обговорення музики. Дослідження показали, що зміни стану людей найбільш виразні при застосуванні дисциплінуючих методів музикотерапії, таких як імпровізація та вербальне обговорення музики. Висновки цих досліджень також підкреслюють необхідність

обережного вибору методу музикотерапії для кожного пацієнта, оскільки це може визначити позитивний або негативний результат лікування.

Оскільки музика може знімати втому і заряджати енергією, позитивно впливати на системи кровообігу та дихання, існує розрізнення на пасивну та активну музикотерапію. Вибір індивідуальних мелодій для кожного студента є ключовим аспектом. Існують музичні композиції, що мають лікувальні властивості, а також ті, що стимулюють.

Музикотерапевти підкреслюють необхідність індивідуального вибору музичних композицій для кожного пацієнта, але також існують універсальні «мелодії-цілителі», які можуть бути корисні для певного психічного стану чи захворювання.

З метою перевірки ефективності музикотерапії як засобу реабілітації військовослужбовців в умовах війни нами було проведено емпіричне дослідження, яке передбачало кілька етапів: підготовчий, на якому була визначена експериментальна база дослідження та відібрано психологічні інструменти; діагностичний, де здійснювався збір емпіричних даних та їх статистична обробка; аналітичний, на якому проводився аналіз отриманих результатів. Первинні емпіричні дані було зібрано використовуючи інструкцію обраної методики для дослідження оцінки поточного психологічного стану військових, зокрема методика «САН» (самопочуття, активність, настрій).

Дослідницька група складалась з 24 учасників, яких для аналізу дослідження розділили на вікові категорії. Учасники були поділені на дві групи згідно з віковими діапазонами: молодша група включала осіб віком від 19 до 35 років, що налічувала 14 учасників; старша (зріла) група охоплювала осіб віком від 35 до 60 років, до якої ввійшло 10 учасників.

Згідно з результатами дослідження оцінки поточного психологічного стану військовослужбовців у віковій категорії від 19 до 35 років, яка включала 14 осіб з використанням методики «САН», було виявлено наступне: 35,7% осіб мали низький та нижче середнього рівня самопочуття, 21,4% – активності і 42,8% – настрою. Середня оцінка складає 28,6% для самопочуття, 35,7% для активності і 28,6% для настрою. Менше половини учасників (відповідно 35,7%, 42,9% та

28,6%) показали вище середнього або високий рівень самопочуття, активності і настрою (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл результатів I групи військовослужбовців за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої) на констатувальному етапі експерименту

Рівні	Самопочуття		Активність		Настрої	
	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%
Низький та нижче середнього	5	35,7	3	21,4	6	42,8
Середній	4	28,6	5	35,7	4	28,6
Вище середнього та високий	5	35,7	6	42,9	4	28,6

На основі отриманих результатів можна відзначити, що у більшості досліджуваних військовослужбовців I групи спостерігається низький рівень самопочуття, активності та настрою. Це свідчить про необхідність психологічної корекції психологічних станів військовослужбовців.

Досліджувані особи вікової категорії від 35 до 60 років, в яку входять 10 осіб, показали такі результати: у 30,0%, 20,0% та 60,0% відповідно до шкал «самопочуття», «активність» та «настрої» відзначено низький та нижче середнього рівні; приблизно третина досліджуваних виявила середній рівень, де показники складають 30,0% для шкали «самопочуття», 30,0% для шкали «активність» та 20,0% для шкали «настрої»; щодо високих показників, у 40,0% виявлено високий рівень самопочуття, у 50,0% – активність та у 20,0% – настрої (табл. 2).

Отримані результати вказують на те, що у більшості учасників дослідження спостерігається низький рівень настрою та самопочуття, хоча активність у більшості має достатньо позитивний показник. Обидві групи учасників показали під час дослідження пригнічений настрій, нудьгу, сонливість, пасивність та певне нездужання, але у деяких осіб спостерігалася активність, цікавість, підвищений емоційний стан та бадьорість. Загалом, враховуючи власні спостереження та отримані результати, можна зробити висновок про доцільність психокорекційної роботи засобами арт-терапії для поліпшення показників «самопочуття», «активність» та «настрій» в обох групах респондентів.

Таблиця 2

Розподіл результатів II групи військовослужбовців за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрій) на констатувальному етапі експерименту

Рівні	Самопочуття		Активність		Настрій	
	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%
Низький та нижче середнього	3	30,0	2	20,0	6	60,0
Середній	3	30,0	3	30,0	2	20,0
Вище середнього та високий	4	40,0	5	50,0	2	20,0

Корекційна програма із застосуванням музикотерапії щодо поліпшення психологічних станів у військовослужбовців складалася з 8 занять, тривалість по 60-70 хв, що проводилася з періодичністю два рази на тиждень. Метою даної корекційної програми було зниження проявів посттравматичних розладів у

військовослужбовців, а саме покращення самопочуття та настрою, а також підвищення рівня активності.

Після проведення формувального експерименту, було проведено контрольний зріз з метою виявлення оцінки ефективності впроваджені програми. Повторна діагностика здійснювалося за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої).

Згідно з результатами дослідження оцінки психологічного стану військовослужбовців у віковій категорії від 19 до 35 років, яка включала 14 осіб з використанням методики «САН», було виявлено наступне: 7,1% осіб мали низький та нижче середнього рівня самопочуття, 7,1% – активності і 14,3% – настрою. Середня оцінка складає 42,9% для самопочуття, 35,7% для активності і 35,7% для настрою. Половина учасників (відповідно 50,0%, 57,1% та 50,0%) показали вище середнього або високий рівень самопочуття, активності і настрою (табл. 3).

Таблиця 3

Розподіл результатів I групи військовослужбовців за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої) на контрольному етапі експерименту

Рівні	Самопочуття		Активність		Настрій	
	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%
Низький та нижче середнього	1	7,1	1	7,1	2	14,3
Середній	6	42,9	5	35,7	5	35,7
Вище середнього та високий	7	50,0	8	57,1	7	50,0

Досліджувані особи вікової категорії від 35 до 60 років, в яку входять 10 осіб, показали такі результати: у 10,0%, 10,0% та 20,0% відповідно до шкал

«самопочуття», «активність» та «настрій» відзначено низький та нижче середнього рівні; показники середнього рівня складають 10,0% для шкали «самопочуття», 20,0% для шкали «активність» та 20,0% для шкали «настрій»; щодо високих показників, у 80,0% виявлено високий рівень самопочуття, у 70,0% – активність та у 60,0% – настрої (табл. 4).

Таблиця 4

Розподіл результатів II групи військовослужбовців за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої) на контрольному етапі експерименту

Рівні	Самопочуття		Активність		Настрої	
	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%	Кількість осіб (n)	%
Низький та нижче середнього	1	10,0	1	10,0	2	20,0
Середній	1	10,0	2	20,0	2	20,0
Вище середнього та високий	8	80,0	7	70,0	6	60,0

Порівняльний аналіз результатів дослідження психологічного стану військовослужбовців у віковій категорії від 19 до 35 років за методикою «САН» на констатувальному та контрольному етапах експерименту наведено в табл. 5.

Таблиця 5

Результати дослідження I групи військовослужбовців за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої) на констатувальному та контрольному етапах експерименту

Рівні	Констатувальний етап						Контрольний етап					
	Самопочуття		Активність		Настрої		Самопочуття		Активність		Настрої	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Низький та нижче середнього	5	35,7	3	21,4	6	42,8	1	7,1	1	7,1	2	14,3

Середній	4	28,6	5	35,7	4	28,6	6	42,9	5	35,7	5	35,7
Вище середнього та високий	5	35,7	6	42,9	4	28,6	7	50,0	8	57,1	7	50,0

Порівняльний аналіз результатів дослідження психологічного стану військовослужбовців у віковій категорії від 35 до 60 років за методикою «САН» на констатувальному та контрольному етапах експерименту наведено в табл. 6.

Таблиця 6

Результати дослідження II групи військовослужбовців за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої) на констатувальному та контрольному етапах експерименту

Рівні	Констатувальний етап						Контрольний етап					
	Самопочуття		Активність		Настрій		Самопочуття		Активність		Настрій	
	п	%	п	%	п	%	п	%	п	%	п	%
Низький та нижче середнього	3	30,0	2	20,0	6	60,0	1	10,0	1	10,0	2	20,0
Середній	3	30,0	3	30,0	2	20,0	1	10,0	2	20,0	2	20,0
Вище середнього та високий	4	40,0	5	50,0	2	20,0	8	80,0	7	70,0	6	60,0

З табл. 6 спостерігаємо позитивну динаміку показників II групи військовослужбовців на контрольному етапі експерименту, а саме: низький та середній рівень за шкалою «самопочуття» знизився на 20,0%, за шкалою «активність» знизився на 10,0%, за шкалою «настрій» показник знизився на 40,0%. Середній рівень за шкалою «самопочуття» знизився на 10,0%, за шкалою «активність» знизився на 10,0%, за шкалою «настрій» показник змін не зазнав. Вище середнього та середній рівень за шкалою «самопочуття» зріс на 40,0%, за шкалою «активність» зріс на 20,0%, за шкалою «настрій» показник зріс на 40,0%.

Висновки. Дієвість запропонованої нами психокорекційної програми із застосуванням музикотерапії підтверджується результатами дослідження змін показників прояву виділених нами компонентів. На констатувальному етапі

експерименту за методикою «САН» було виявлено: в I групі військовослужбовців 35,7% осіб мали низький та нижче середнього рівня самопочуття, 21,4% – активності і 42,8% – настрою. Середня оцінка складає 28,6% для самопочуття, 35,7% для активності і 28,6% для настрою. Менше половини учасників (відповідно 35,7%, 42,9% та 28,6%) показали вище середнього або високий рівень самопочуття, активності і настрою; в II групі військовослужбовців у 30,0%, 20,0% та 60,0% відповідно до шкал «самопочуття», «активність» та «настрій» відзначено низький та нижче середнього рівні; приблизно третина досліджуваних виявила середній рівень, де показники складають 30,0% для шкали «самопочуття», 30,0% для шкали «активність» та 20,0% для шкали «настрій»; щодо високих показників, у 40,0% виявлено високий рівень самопочуття, у 50,0% – активність та у 20,0% – настрої. Після проведення формувального експерименту, було проведено контрольний зріз з метою виявлення оцінки ефективності впроваджені програми. Повторна діагностика здійснювалася за методикою «САН» (самопочуття, активність, настрої) та продемонструвала наступні результати: в I групі військовослужбовців низький та середній рівень за шкалою «самопочуття» знизився на 27,9%, за шкалою «активність» знизився на 14,3%, за шкалою «настрій» показник знизився на 28,5%. Середній рівень за шкалою «самопочуття» зріс на 14,3%, за шкалою «активність» змін не зазнав, за шкалою «настрій» показник зріс на 7,1%. Вище середнього та середній рівень за шкалою «самопочуття» зріс на 14,3%, за шкалою «активність» зріс на 14,2%, за шкалою «настрій» показник зріс на 21,4%; в II групі військовослужбовців низький та середній рівень за шкалою «самопочуття» знизився на 20,0%, за шкалою «активність» знизився на 10,0%, за шкалою «настрій» показник знизився на 40,0%. Середній рівень за шкалою «самопочуття» знизився на 10,0%, за шкалою «активність» знизився на 10,0%, за шкалою «настрій» показник змін не зазнав. Вище середнього та середній рівень за шкалою «самопочуття» зріс на 40,0%, за шкалою «активність» зріс на 20,0%, за шкалою «настрій» показник зріс на 40,0%. Отже, виходячи з результатів проведеного дослідження можемо констатувати ефективність розробленої/впроваджені психокорекційної програми.

Таким чином, застосування арт-терапії у психологічній реабілітації військовослужбовців можна направити на вирішення наступних проблем:

покращення самопочуття; підвищення у військовослужбовців рівня активності; підвищення настрою.

Література

1. Авер'янова Н. Застосування арт-терапії в сучасних умовах російсько-української війни. Матеріали конференцій МЦНД, 2023. С. 140–145. URL: <https://archive.mcnd.org.ua/index.php/conference-proceeding/article/view/456>
2. Авер'янова Н. Місце мистецтва в контексті деконфліктизації сучасного українського суспільства. Українознавчий альманах. 2019. Випуск 24. С. 103–108.
3. Блінов О.А. Арттерапія у психологічній реабілітації поранених комбатантів в умовах госпіталю. Проблеми сучасної психології. 2021. № 4. С. 22–28. URL: <http://journalsofznu.zp.ua/index.php/psych/article/view/2603>
4. Бриндіков Ю. Л. Загальнонаукові аспекти розробки системи комплексної реабілітації військовослужбовців Збройних Сил України учасників бойових дій. Педагогічні науки : зб. наук. праць. Херсонський державний університет. Херсон, 2017. Вип. LXXIX (79). Том 2. С. 201–206.
5. Вознесенська О.Л. Арт-технології у розв'язанні конфліктів. К.: Human Rights Foundation. 2019. 32 с.
6. Козловська М. Г. Особливості психологічної реабілітації військовослужбовців після перебування у зоні бойових дій. Медичний форум. 2016. N 8. С. 61-63.
7. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
8. Лурін І. А. Особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців-учасників бойових дій. Проблеми військової охорони здоров'я. 2017. Вип. 49(2). С. 62-70.
9. Мельник А. П. Психологічна реабілітація військовослужбовців, що перебували в умовах бойових дій. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 4. С. 100-105.
10. Шевченко Р. П. Соціально-психологічний супровід військовослужбовців в умовах трансформаційних змін сучасного соціуму [Текст] : монографія / Шевченко Р. П. ; Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. - Київ : Принт-Квік, 2019. - 238 с.
11. Collie Kate, Backos Amy, Malchiodi Cathy, Spiegel David. Art Therapy for Combat-Related PTSD: Recommendations for Research and Practice. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association. 2006. № 23(4). Pp. 157–164.

References

1. Averyanova N. Application of art therapy in modern conditions of the Russian-Ukrainian war. Proceedings of the MCND conferences, 2023. C. 140–145. URL: <https://archive.mcnd.org.ua/index.php/conference-proceeding/article/view/456>
2. Averyanova N. The place of art in the context of deconflictization of modern Ukrainian society. Ukrainian studies almanac. 2019. Issue 24. P. 103–108.
3. Blinov O.A. Art therapy in psychological rehabilitation of wounded combatants in hospital conditions. Problems of modern psychology. 2021. No. 4. P. 22-28. URL: <http://journalsofznu.zp.ua/index.php/psych/article/view/2603>
4. Bryndikov Y. L. General scientific aspects of the development of a system of complex rehabilitation of servicemen of the Armed Forces of Ukraine participating in combat operations. Pedagogical sciences: coll. of science works Kherson State University. Kherson, 2017. Issue LXXIX (79). Volume 2. P. 201–206.
5. Voznesenska O.L. Art technologies in conflict resolution. K.: Human Rights Foundation. 2019. 32 p.
6. Kozlovska MG Peculiarities of psychological rehabilitation of servicemen after being in a combat zone. Medical forum. 2016. N 8. P. 61-63.
7. Kokun O.M., Agaev N.A., Pishko I.O., Lozinska N.S., Ostapchuk V.V. Psychological work with servicemen - participants of the anti-terrorist operation at the stage of recovery: Methodical guide. - K.: NDC of the State Department of the ZSU, 2017. 282 p.
8. Lurin I. A. Peculiarities of social and psychological adaptation of servicemen participating in hostilities. Problems of military healthcare. 2017. Issue 49(2). P. 62-70.
9. Melnyk A.P. Psychological rehabilitation of servicemen who were in combat conditions. Actual problems of sociology, psychology, pedagogy. 2015. No. 4. P. 100-105.
10. Shevchenko R.P. Social and psychological support of military personnel in the conditions of transformational changes in modern society [Text]: monograph / Shevchenko R.P.; Eastern Ukraine national University named after Volodymyr Dahl. - Kyiv: Print-Quick, 2019. - 238 p.
11. Collie Kate, Backos Amy, Malchiodi Cathy, Spiegel David. Art Therapy for Combat-Related PTSD: Recommendations for Research and Practice. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association. 2006. No. 23(4). Pp. 157–164.

Shevchenko R.P., Keba D.M.

Art therapy as a tool of rehabilitation military officers in the russian-ukrainian war

Participation in hostilities significantly affects a person's psychological state, often leading to negative personality changes and creating conflict situations in society. Mental injuries received during combat operations can cause serious disturbances in a person's physical and emotional state. The destructive impact of war is manifested not only in physical losses, but also in social disorientation, loss of social ties, and disorder of personal identity among servicemen. Consequences of combat mental injuries can manifest themselves even after many years. Without proper psychological rehabilitation, it is difficult for such people to return to a peaceful life and restore their social role. In this context, art therapy can become an important element of rehabilitation, helping to get rid of negative emotions, improve mood and create new life patterns.

The results of an empirical study of the impact of art therapy on the psychological state of military personnel, conducted according to the method of assessing the current psychological state "SAN" (well-being, activity, mood) are presented. The research involved 24 servicemen who took part in hostilities during 2022-2024. It was established that art therapy helps to reduce the manifestations of depression and aggression, correct well-being, improve mood and contribute to the integration of servicemen into society.

Key words: *art therapy, art therapy activities, psychotherapeutic assistance, rehabilitation, military personnel.*

Шевченко Росіна Петрівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри «Практична психологія» ОНМУ, Одеський національний морський університет, м. Одеса;

Кеба Дар'я Миколаївна – здобувачка вищої освіти другого (магістрського) рівню спеціальності 053 «Психологія» ОНМУ, Одеський національний морський університет, м. Одеса.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ВАЖЛИВА ОСНОВА ДЛЯ РОЗВИТКУ АСЕРТИВНОСТІ

У статті розкрито взаємозв'язок між емоційним інтелектом (ЕІ) та асертивністю, вивчаючи, як розвиток емоційного інтелекту (ЕІ) сприяє формуванню та вдосконаленню асертивної поведінки.

Визначається, що емоційний інтелект (ЕІ) виступає необхідною основою для розвитку асертивності, допомагаючи людині не лише виражати свої потреби та почуття, але й робити це без агресії, з повагою до інших.

Підкреслюється значення емоційного інтелекту (ЕІ) у забезпеченні ефективної взаємодії у міжособистісних стосунках, а також демонструє цільний взаємозв'язок між емоційним інтелектом (ЕІ) та асертивністю.

Ключові слова: емоційний інтелект (ЕІ), асертивність, самосвідомість, саморегуляція, емпатія, соціальні навички, комунікація.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві, яке характеризується глобалізацією, важливим є розвиток міжособистісних відносин. Однією з ключових характеристик ефективної взаємодії є асертивність — здатність виражати свої думки, почуття та переконання відкрито, без агресії, пасивності чи маніпуляцій. Водночас для ефективної асертивної поведінки необхідно мати високий рівень емоційного інтелекту (ЕІ), оскільки саме емоційна грамотність дозволяє людині розуміти свої емоції, контролювати їх і взаємодіяти з іншими людьми так, щоб не порушувати їхніх прав, а також не ставити під загрозу власні інтереси.

ЕІ і асертивність тісно пов'язані, оскільки розуміння та управління власними емоціями дозволяє людині більш впевнено і ефективно висловлювати свої потреби та переживання в соціальних ситуаціях. Такі складові ЕІ як самосвідомість і саморегуляція є важливими для того, щоб не дозволити емоціям, таким як гнів або стрес, керувати поведінкою. Емпатія допомагає краще розуміти потреби інших людей, що сприяє більш конструктивній комунікації та забезпечує асертивність без агресії. А отже, висока емоційна самосвідомість, здатність до саморегуляції та емпатії дозволяють людині виражати свої емоції в

конструктивний спосіб і сприяють досягненню гармонії в міжособистісних стосунках.

У свою чергу, питання розвитку асертивності є особливо важливим для покращення міжособистісної комунікації, оскільки дозволяє людині чітко і впевнено висловлювати свої думки та потреби, зберігаючи при цьому повагу до прав інших. Асертивність необхідна як для професійної діяльності, так і для особистого життя. Однак розвиток асертивної поведінки не можливий без відповідних емоційних здібностей, які включає ЕІ, тому можна вважати, що ЕІ є основою для розвитку ефективної комунікації, що є невідомою частиною асертивної поведінки.

Мета статті – розкрити роль емоційного інтелекту як основи для розвитку асертивної поведінки.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Завданням було провести дослідження та з'ясувати, які аспекти емоційного інтелекту сприяють розвитку асертивності та підтвердити важливу роль емоційного інтелекту для формування асертивної поведінки.

Теоретичні основи ЕІ та асертивності.

Поняття ЕІ було введено в 1990-х роках Деніелем Гоулманом. Гоулман визначає поняття емоційного інтелекту як здатність індивіда розпізнавати, розуміти, контролювати та ефективно використовувати свої емоції для досягнення особистих і соціальних цілей [12].

Розвиток ЕІ може покращити результативність роботи, знизити ризик виникнення конфліктів та підвищити загальний рівень задоволення життя [9].

Згідно з теорією Деніела Гоулмана, ЕІ складається з п'яти основних компонентів: самосвідомість, саморегуляція, емпатія, соціальні навички.

Ці компоненти емоційного інтелекту є основою для розвитку соціальних та комунікаційних навичок, зокрема для асертивності, яка є необхідною для конструктивного спілкування в різних соціальних контекстах.

Асертивність, в свою чергу, є здатністю чітко, відверто і без агресії висловлювати свої думки, потреби і почуття, зберігаючи при цьому повагу до інших. Асертивні дії дають можливість людині впевнено і з гідністю відстоювати свої права, при цьому не зневажаючи права інших і не маючи на меті завдання шкоди іншим [10].

Важливою характеристикою асертивної поведінки є уміння сказати «ні» без почуття провини, висловлювати свою думку без агресії чи підкорення.

Асертивність є важливою складовою ефективною комунікації, а також є ключем до здорових міжособистісних стосунків.

Асертивність також визначається як «певна особистісна риса, яку можна визначити як незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно регулювати власну поведінку» [11].

Взаємозв'язок між ЕІ та асертивністю.

Зазначимо, що асертивність є важливою складовою ЕІ, що впливає на соціальну адаптацію та успішність в різних сферах життя [8].

Ці поняття не просто тісно взаємопов'язані, але і взаємодоповнюють одне одного. ЕІ є основою для розвитку асертивності, оскільки допомагає краще розуміти свої емоції та емоції інших, що сприяє більш ефективному вираженню своїх потреб.

Асертивність, у свою чергу, допомагає ефективно застосовувати навички ЕІ, такі як здатність чітко і ясно виражати свої думки, бажання та переконання, не переходячи межу агресії чи маніпуляції, і не вступаючи в пасивні позиції. Асертивна людина вміє відстоювати свої права, не порушуючи прав інших, і веде конструктивний діалог навіть у конфліктних ситуаціях.

Згідно з дослідженнями, високий рівень ЕІ допомагає людині бути асертивною, оскільки емоційна свідомість дозволяє краще розуміти свої почуття і виражати їх у соціально прийнятній формі. Самосвідомість дозволяє людині усвідомлювати свої емоції, а саморегуляція – контролювати їх. Це дає можливість правильно вибудовувати стратегії взаємодії з іншими людьми, не допускаючи агресії або пасивності.

Зв'язок між ЕІ та асертивністю можна простежити через такі компоненти емоційного інтелекту, як самосвідомість, саморегуляція, емпатія та соціальні навички.

1. Самосвідомість та асертивність.

Високий рівень самосвідомості дозволяє людині усвідомлювати свої емоції в конкретний момент і розуміти, як ці емоції можуть впливати на її поведінку. Це є важливим передумовою для асертивного вираження своїх потреб і переконань. Наприклад, якщо людина усвідомлює свою роздратованість, вона може вчасно зупинити себе від агресивної реакції і сформулювати свою думку так, щоб уникнути конфлікту.

2. Саморегуляція і асертивність.

Здатність до саморегуляції емоцій та почуттів є важливою складовою асертивності. Саморегуляція дозволяє людині контролювати не лише свої емоції,

але і вибудовувати адекватну поведінку. Людина з високим рівнем саморегуляції може спокійно і чітко відстоювати свої інтереси, навіть у стресових ситуаціях, без агресії або паніки. Зокрема, це дає можливість реагувати на ситуації асертивно, не допускаючи неприйнятної поведінки чи дій. Це може включати усвідомлення своїх емоцій та вміння контролювати їх вираження, а також уміння швидко розуміти та аналізувати ситуації, щоб знайти найбільш ефективний спосіб дії [13].

3. Емпатія та асертивність.

Емпатія дозволяє людині розуміти емоції та потреби інших людей, що є важливим для конструктивної взаємодії. Зокрема, при вираженні своїх власних потреб асертивна людина також враховує почуття співрозмовника, що дозволяє уникнути непорозумінь і побудувати взаємоповажні стосунки.

4. Соціальні навички та асертивність.

Соціальні навички включають вміння ефективно взаємодіяти з іншими людьми, вести переговори, вирішувати конфлікти. Асертивність, у свою чергу, є невід'ємною частиною цих навичок. Вона дозволяє людині конструктивно висловлювати свої потреби, без порушення прав інших, що є важливим для успішного ведення переговорів і досягнення компромісів у складних ситуаціях. Необхідно зазначити, що асертивність розвивається саме в соціумі, вона є соціальною навичкою, яка розвивається в процесі міжособистісних взаємодій. Саме в соціальному середовищі людина вивчає, як висловлювати свої думки і потреби, як встановлювати особистісні кордони та захищати свої права без порушення прав інших [7].

Практичне значення розвитку ЕІ для асертивності.

Розвиток ЕІ має практичне значення для людини, яка хоче вдосконалити свою асертивність. Тренування самосвідомості та саморегуляції дозволяє уникати імпульсивних та неадекватних реакцій в конфліктних ситуаціях, тоді як розвиток емпатії сприяє кращому розумінню та врахуванню точок зору інших людей. В результаті, людина стає здатною до більш ефективної комунікації, що дозволяє не лише досягати своїх цілей, але й підтримувати здорові стосунки з оточенням.

Методологія дослідження.

1. Мета дослідження.

Метою дослідження є вивчення впливу рівня ЕІ на розвиток асертивної поведінки серед студентів університетів.

2. Гіпотеза.

Високий рівень ЕІ сприяє розвитку асертивної поведінки, оскільки дозволяє ефективно контролювати емоції, розуміти потреби інших і виражати свої власні потреби впевнено, з повагою та без агресії.

3. Методика.

Для досягнення мети дослідження було використано кілька методів:

- Опитування: для оцінки рівня ЕІ учасників використовувався опитувальник Гоулмана (1995), що дозволяє оцінити всі компоненти ЕІ.
- Тест на асертивність: для вимірювання рівня асертивності учасників було застосовано шкалу асертивності, розроблену Альберті та Еммонсом (2001).
- Кореляційний аналіз: для визначення взаємозв'язку між рівнем ЕІ і асертивністю було використано метод кореляційного аналізу.

4. Учасники дослідження.

У дослідженні брали участь 150 студентів університетів віком від 18 до 26 років. Усі учасники погодились на участь у дослідженні та пройшли відповідні інструктажі щодо заповнення анкет.

Результати дослідження.

Результати дослідження показали, що є сильна позитивна кореляція між рівнем ЕІ та рівнем асертивності серед студентів. Учасники з високим рівнем ЕІ демонстрували значно вищі показники асертивності, що підтверджує гіпотезу про важливість ЕІ для розвитку асертивної поведінки. Особливо значущими виявилися компоненти емпатії та саморегуляції, які безпосередньо впливали на здатність студентів до відкритого і конструктивного вираження своїх думок і потреб.

Обговорення.

Результати дослідження підтверджують, що ЕІ є важливою основою для розвитку асертивної поведінки. Особливо важливими є компоненти саморегуляції та емпатії, оскільки вони дозволяють людині краще розуміти свої емоції, ефективно їх контролювати та конструктивно взаємодіяти з іншими людьми. Розвиток цих компонентів ЕІ може значно покращити асертивність, що, в свою чергу, сприяє успішній соціальній та професійній адаптації.

Висновки. ЕІ є важливою основою для розвитку асертивності, оскільки сприяє кращому розумінню своїх емоцій, навчає контролювати їх і взаємодіяти з іншими на високому рівні ефективності. Розвиток таких складових ЕІ, як самосвідомість, саморегуляція, емпатія і соціальні навички, є необхідною передумовою для формування асертивної поведінки, що в свою чергу сприяє побудові здорових, конструктивних взаємовідносин у різних сферах життя. Тому

підвищення рівня ЕІ має бути важливим аспектом навчання і розвитку як у професійному, так і в особистому контекстах.

Рівень ЕІ прямо впливає на здатність людини до вираження своїх потреб та думок в асертивний спосіб. Розвинутий ЕІ дозволяє краще розуміти свої емоції та емоції інших, що дозволяє бути більш асертивним та виражати свої потреби і думки без агресії, а також будувати здорові стосунки. Однак, без асертивності навіть високий рівень ЕІ не завжди дозволяє ефективно відстояти свої інтереси в конкретних ситуаціях. Таким чином, важливі як ЕІ, так і асертивність, і для максимальної ефективності в міжособистісних стосунках обидва ці аспекти повинні розвиватися разом.

Подальші дослідження мають зосередитися на розробці програм тренінгів для розвитку ЕІ з метою підвищення рівня асертивності.

Література

1. Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2001). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. San Luis Obispo: Impact Publishers.
2. Boyatzis, R. E., & McKee, A. (2005). *Resonant Leadership: Renewing Yourself and Connecting with Others Through Mindfulness, Hope, and Compassion*. Boston: Harvard Business Press.
3. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
4. Gupta M. Effect of different techniques of assertiveness training on students self-concept. *Recent Researches in Education and Psychology*. 2002. No7. P. 19–24.
5. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.
6. Ryan E.B. *Assertiveness by Older Adults with Visual Impairment: Context Matters E.B. Educational erotology*. 2008. V. 34. P. 504, 512–515.
7. Бутузова Л. П. Асертивність особистості як основа становлення безпечної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми психологічної безпеки: особистість, суспільство, держава*. 2010. С. 33–40.
8. Жданова Т. *Асертивна поведінка*. Київ: Видавництво "Артек", 2019. 192 с.
9. Залізняк О. *Емоційний інтелект: відкрийте для себе свій емоційний потенціал*. Київ: Видавництво "Нова Книга", 2016. 256 с.
10. Міщеряков Б., Зінченко В., *Великий психологічний словник / Міщеряков Б., Зінченко В.* – СПб.: прайм – ЕВРОЗНАК, 2004-672 с.

11. Мойсеєнко В. В., Блинова О. Є. *Асертивність як чинник комунікативної компетентності студентів*. Scientific Journal Virtus. Issue. 2020. No 40. С. 36- 39.

12. Савченко Ю. *Розвиток емоційного інтелекту учнів молодшого шкільного віку. Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2014. No 12. С. 12– 16.

13. Серєда Т. В. *Формування асертивності у студентів-медиків в процесі практичної підготовки. "Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. Серія: Педагогіка", 2017, т. 1, с. 131-136.

References

1. Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2001). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. San Luis Obispo: Impact Publishers

2. Boyatzis, R. E., & McKee, A. (2005). *Resonant Leadership: Renewing Yourself and Connecting with Others Through Mindfulness, Hope, and Compassion*. Boston: Harvard Business Press.

3. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.

4. Gupta M. Effect of different techniques of assertiveness training on students self-concept. *Recent Researches in Education and Psychology*. 2002. No7. P. 19–24.

5. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211

6. Ryan E.B. *Assertiveness by Older Adults with Visual Impairment: Context Matters E.B. Educational erotology*. 2008. V. 34. P. 504, 512–515.

7. Butuzova L. P. Асертывност особыстосты як основа становлення безпечної поведынкы в подлтыковому втысы. *Проблемы псыхологычної безпекы: особысты, suspыlstvo, derzhava*. 2010. S. 33–40.

8. Zhdanova T. Асертывна поведынка. Kyiv: Vydavnytstvo "Artek", 2019. 192 s.

9. Zalizniak O. Emotsyinyy intelekt: vdkryyte dlya sebe svyy emotsyinyy potentsyal. Kyiv: Vydavnytstvo "Nova Knyha", 2016. 256 s.

10. Mishcheriakov B., Zinchenko V., Velykyi pсыхологычныы slovnyk / Mishcheriakov B., Zinchenko V. – SPB.: praim – EVROZNAK, 2004-672 s.

11. Moŷseienko V. V., Blynova O. Ye. Asertyvnist yak chynnyk komunikatyvnoï kompetentnosti studentiv. Scientific Journal Virtus. Issue. 2020. No 40. S. 36- 39.

12. Savchenko Yu. Rozvytok emotsiynoho intelektu uchniv molodshoho shkilnogo viku. Osvita ta rozvytok obdarovanoï osobystosti. 2014. No 12. S. 12– 16.

13. Sereda T. V. Formuvannia asertyvnosti u studentiv-medykiv v protsesi praktychnoï pidhotovky. "Naukovi zapysky Ternopilskoho natsionalnogo pedahohichnogo universytetu imeni Volodymyra Hnatiuka. Serii: Pedahohika", 2017, t. 1, s. 131-136.

EMOTIONAL INTELIGENCE AS AN IMPORTANT FOUNDATION FOR DEVELOPING ASSERTIVENESS

The article explores the relationship between emotional intelligence (EI) and assertiveness, studying how the development of emotional intelligence contributes to the formation and improvement of assertive behavior.

It is determined that emotional intelligence serves as a necessary basis for the development of assertiveness, helping a person not only to express their needs and feelings, but also to do so without aggression, with respect for others.

This article emphasizes the importance of emotional intelligence in ensuring effective interaction in interpersonal relationships and professional activities, and also demonstrates the close relationship between emotional intelligence (EI) and assertiveness.

Key words: *emotional intelligence (EI), assertiveness, self-awareness, self-regulation, empathy, social skills, communication.*

Щербина Оксана Миколаївна – кандидат юридичних наук, докторантка спеціальності 053 Психології кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРАВМУВАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОГО СТРЕСУ Й СПЕЦИФІКА КОРЕКЦІЇ: АКсіО-ОСОБИСТІСНИЙ ПІДХІД

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження специфіки травмування й негативних наслідків ПТСР у військовослужбовців й особливості їх корекції засобами психотерапії в умовах застосування аксіо-особистісного підходу. Метою статті є висвітлення особливостей переживання особистістю посттравматичного стресового розладу й виявлення психологічних особливостей негативних наслідків ПТСР й травмування у військовослужбовців та осіб постраждалих на бойовий стрес.

Методи: «Міссісіпська шкала для оцінки посттравматичних реакцій» (військовий варіант), «Шкала реактивності і особистісної тривожності» (К.Д. Спілбергер, Ю. Л. Ханін) і «Шкала тривожності Бека», опитувальник оцінки депресії Бека (BDI) і шкала депресії Цунга (Z-SDS), метод «Шкала інтенсивності бойового досвіду».

Результати: військовослужбовці уникають підвищеної тривожності, щоб показати себе в очах оточуючих з «кращого боку». Однак цей процес вимагає від індивіда психофізичних ресурсів і може призвести до розумової або фізичної втоми; у осіб, які страждають на ПТСР, депресивні стани призводять до придушення ціннісних потреб індивіда, але це негативно впливає на здатність особистості, яка страждає на ПТСР, ефективно реалізовувати себе з різними цінностями і потребами, не дозволяючи йому стати джерелом своєї особистої активності; інтенсивність бойового впливу на особистість під час її перебування в зоні бойових дій призводить не тільки до психофізіологічних, а й до аксіологічних змін в особистості військовослужбовців.

Висновки: В основі психологічної травми лежить ситуація, яка виходить за межі життєвого досвіду, тому кожна така травма має свій генез і не існує універсального зразка її опрацювання. Реабілітаційні заходи, засновані на психологічному та аксіологічному підході, зможуть зменшити вплив наслідків отримання інтенсивного бойового досвіду на учасників бойових дій на психологічно та аксіологічно визначеному рівні.

Ключові слова: аксіо-особистісний підхід, бойовий стрес, військовослужбовці, психологічні травми, ПТСР.

Постановка проблеми. Військові дії в Україні висвітлили проблему осіб, схильних до негативного впливу стресових чинників в екстремальних ситуаціях. Міжнародні дослідження в країнах, охоплених війною, показали, що поширеність стресу серед тих, хто побував у зоні бойових дій (як серед військових, так і серед цивільних осіб), подвоїлася та сягнула 15-20%. Водночас дослідження показали, що більшість осіб, які пережили травматичні події, не страждають від проблем із психічним здоров'ям, а значна частина тих, у кого такі ознаки спостерігаються, одужують спонтанно. Тому важливо не перебільшувати проблему, але водночас і не применшувати її. Важливо також визнати, що у значній кількості осіб, які пережили травматичні події, проблеми з психічним здоров'ям виникають не одразу, а з часом. Варто також пам'ятати, що такі проблеми можуть проявлятися не лише внаслідок стресу, а й у вигляді інших розладів, як-от зловживання психоактивними речовинами, депресія, тривожні розлади, порушення самоконтролю та спалахи гніву.

Аналіз актуальних наукових досліджень та публікацій. Психологічні стреси за своєю природою мають соціальне походження і сприйнятливості до них у людей різна. Вплив сильного стресора на особистість викликає певні порушення в її психічній сфері. Таке вторгнення у психіку індивіда за своєю силою та значущістю можна порівняти з фізичними порушеннями. Сама наявність переживання такого стресу для більшості психічно здорових осіб є ризиком прояву в них у майбутньому посттравматичного стресового розладу (ПТСР) [2].

В основі психологічної травми лежить ситуація, яка виходить за межі життєвого досвіду, тому кожна така травма має свою генезу і не існує універсального зразка її опрацювання. Симптомами ПТСР є: підвищена тривожність, прокручування в голові епізодів психотравми та переживання їх повторно як реальних, нічні кошмари, безсоння, небажані спогади. Також мають місце депресії, емоційна притупленість, агресія та дратівливість. У посттравматичного стресового розладу є гострий, хронічний і відстрочений періоди. Гострий діагноз діагностується за появи симптомів протягом трьох місяців після травми. Хронічний, із тривалістю симптомів понад три місяці. Із затримкою – коли симптоми з'являються після латентного періоду (шість місяців) [3].

Військовослужбовець, з огляду на специфіку свого роду професійної діяльності, перебуває в ситуаціях, які майже завжди вимагають від нього підвищеної активності внутрішніх резервів і можливостей людського організму та його психіки. Головною складовою діяльності особистості на військовій службі є її обов'язок брати участь у бойових діях і стояти на сторожі нашої Вітчизни. Для військовослужбовця як фахівця важливі такі якості як працьовитість, дисципліна, акуратність, пунктуальність, сміливість, самовідданість, пильність, холонокровність. Ці якості в бойовій обстановці створюють фундамент особистості військовослужбовця, учасника локальних воєн.

Мета статті – розкрити соціально-психологічні особливості травмування військовослужбовців в умовах бойового стресу й специфіку його корекції (аксіологічний підхід).

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Загальна кількість осіб, які були охоплені констатувальним дослідженням, склала 244 військовослужбовця, з них чоловіків – 200 осіб, жінок – 44 особи. Діагностичний комплекс склали такі методики: «Міссісіпська шкала для оцінки посттравматичних реакцій» (військовий варіант): задля виявлення та оцінення проявів ПТСР, «Шкала реактивності і особистісної тривожності» (К.Д. Спілбергер, Ю.Л. Ханін) і «Шкала тривожності Бека» сприяють визначенню рівню ситуативної та особистісної тривожності, опитувальник оцінки депресії Бека (BDI) і шкала депресії Цунга (Z-SDS), надають можливість щодо з'ясування наявності депресії та ступеню важкості депресивних розладів у військових та осіб постраждалих на бойовий стрес, метод «Шкала інтенсивності бойового досвіду» виявляє «рівень інтенсивності стресової дії бойової ситуації на військових та осіб постраждалих внаслідок бойових дій [1].

На основі проведеної «Міссісіпської шкали для оцінки посттравматичних реакцій», було виявлено та оцінено «прояви ПТСР» у осіб, постраждалих на стрес-фактор. При діагностиці було одержано такі результати: ПТСР виявлений у 30,3 % осіб, характерні для ПТСР ознаки констатовані у 49,1 % досліджуваних, добре адаптованими були 21,6 % респондентів. Результати представлено у таблиці.

Тобто, можна припустити, що психологічні та аксіологічні особливості особистості під час військових дій відрізняються від цих особливостей мирного життя. І якщо у них посттравматичний стресовий розлад, потреба в цінностях військового часу переноситься особистістю у вимір світу, без трансформації чи

адаптації. Трансформація або адаптація цієї потреби в цінностях гарантується тільки психологічною реабілітацією осіб, постраждалих від ПТСР, заснованої на психологічному і аксіологічному підході, згідно з яким, на основі психологічного і аксіологічного підходу, планування і здійснення заходів по реабілітаційному супроводу осіб, постраждалих від ПТСР.

- психологічно обумовлена: епізоди переживання травми у вигляді нав'язливих спогадів; ухилення від діяльності і ситуацій, що нагадують про «військові травми»; сни і кошмари, пов'язані з фотографіями бойових травм; боязнь і тривожність; занепокоєння; хвилювання; тривога;

- аксіологічно обумовлені: хронічне відчуття емоційної пригупленості; відчуження від сім'ї та друзів; відсутність реакції на навколишнє середовище; тривога, депресія, суїцидальна поведінка. Згідно з результатами тестів за «Шкалою PSM – 25» і «Аналізу способу життя» (Бостонський тест на стресостійкість), виходить, що більшість обстежених з помірним і високим рівнем стресу - це більшість з усіх діагностованих.

Аналіз даних дослідження показав такі результати: «нормативні показники психічної активності» – у 40,1 % респондентів, «окремі ознаки посттравматичного стресового розладу» – у 30,8 % досліджуваних, наявність «посттравматичного стресового розладу» – у 29,1 % осіб.

Тобто фаза стійкості (організм добре справляється з ефектом бойового стресу) вже пройдена, і замість фази втоми, яка знижує здатність організму адаптуватися і протистояти різним захворюванням, фаза втоми призводить до деформації тіла. психологічні та аксіоматичні характеристики людей, які страждають на ПТСР. У той же час відбувається зниження здатності організму до адаптації, і тоді психіка людини, що страждає на ПТСР, реалізує потребу в цінностях за допомогою різних цінностей і потреб, що стають джерелом особистої активності індивіда. Психологічна реабілітація людей, які страждають на ПТСР, може ґрунтуватися на психологічному та аксіологічному підході, що гарантує, що вона запобіжить зниженню здатності організму до адаптації на психологічно та аксіологічно визначеному рівні. Зважаючи на це, при плануванні і проведенні реабілітаційних заходів з жертвами ПТСР, які відчувають стресові реакції на основі психологічних і аксіологічних підходів, необхідно орієнтуватися на наступні симптоми:

- психологічно скориговані: швидка стомлюваність; безпричинна млявість;
- фізичне та психічне здоров'я; проблеми зі сном; головний біль; зниження імунітету; стрибок тиску; гастрит; виразка; серцево-судинні, алергічні,

несприйнятливі та інші (психосоматичні) захворювання; підвищена дратівливість; тривожність; неуважність; безпричинний гнів; забудькуватість; пасивність;

- аксіологічно обумовлено: різко знижується працездатність людини, її життєва і творча активність. Тобто, коли люди, які страждають на ПТСР, тривалий час перебувають у такому стані, неминуче виникають проблеми всередині особистості, як на психологічному (психосоматичному), так і на аксіологічному рівні. За результатами застосування «Шкали реактивності і особистісної тривожності» (К.Д. Спілбергер, Ю. Л. Ханін) і «Шкала тривожності Бека» показали, що серед людей, які страждають ПТСР, і учасників бойових дій менше 50% всіх респондентів мали високий рівень тривожності. Однак у людей, які страждають на ПТСР, був високий відсоток низької особистої тривожності.

Кількісний аналіз продемонстрував такі результати: «відсутність депресивних симптомів» – 30,1 % респондентів, «помірно виражена депресія» – 31,9 % досліджуваних, «критичний рівень депресії» – 29,0 % осіб, а «явно виражена депресивна симптоматика» – 20,0 % військових.

Результати показують, що особистості уникають підвищеної тривожності, щоб показати себе в очах оточуючих з «кращого боку». Однак цей процес вимагає від індивіда певних психофізичних ресурсів і може призвести до розумової або фізичної втоми. Отже, реабілітаційні заходи з особами, які страждають на ПТСР з патологічними змінами рівня тривожності, засновані на психологічному аксіологічному підході, повинні включати наступне:

- психологічно обумовлені: невротичні конфлікти; емоційні і невротизовані зриви; тривога, збудження, тремтливість, роздратування, напруга, передчуття небезпеки; психосоматичні розлади;

- аксіологічно обумовлені: здатність сприймати більшість ситуацій як загрозові і реагувати на них в стані тривоги; ґрунтуючись на результатах опитувальника оцінки депресії Бека (BDI) і шкали депресії Цунга (Z-SDS), було встановлено що близько 50% людей, які страждають ПТСР, мають яскраво виражені симптоми депресії.

Завдяки отриманим емпіричним даним ми виявили «самооцінку депресії» та «інтенсивність депресивних симптомів» у досліджуваних, зокрема «бездепресивний стан» простежувався у 29,3 % досліджуваних осіб, «легка депресія» ситуативного чи невротичного генезу спостерігалася у 40,3 % осіб, а присутність «явно вираженої депресивної симптоматики» було виявлено у 30,4 % досліджуваних осіб.

Ці результати показують, що у осіб, які страждають на ПТСР, депресивні стани призводять до придушення ціннісних потреб індивіда, але це негативно впливає на здатність особистості, яка страждає на ПТСР, ефективно реалізовувати себе з різними цінностями і потребами, не дозволяючи йому стати джерелом своєї особистої активності. Реабілітація осіб, які страждають на ПТСР, заснована на психологічному та аксіологічному підході, дозволить уникнути збільшення інтенсивності депресивних симптомів та рівня депресії у осіб, які страждають на ПТСР, на психологічно та аксіологічно визначених рівнях. Тобто при проведенні реабілітаційних заходів з людьми зі значним рівнем депресії і виразністю депресивних симптомів, заснованих на психологічному і аксіологічному підході, необхідно акцентувати увагу фахівця на наступних симптомах:

- психологічно обумовлені: дратівливість; печаль; придушення негативних емоцій; відчуття невдачливості; незадоволеність собою; почуття провини; почуття покарання; самовизначення і відповідальність за себе; нерішучість; дисморфофобія; труднощі на роботі; втрата апетиту; втрата ваги; занепокоєння про здоров'я; втрата сексуального потягу; порушення сну; перевтома; зловживання алкоголем, наркотиками, сигаретами, сильнодіючими препаратами; песимістичне мислення; самознищення в разі невдачі; перебільшення недоліків і применшення власних переваг; негативні аспекти того, що сприймається; вибіркове увагу до себе; завищене прийняття відповідальності;

- аксіологічно обумовлені: песимізм; соціальне відчуження; суїцидальні думки. При діагностиці з використанням методу «Шкали інтенсивності бойового досвіду» низький рівень бойового досвіду був відзначений у 38,1% респондентів, середній бойовий досвід - у 54,1% учасників бойових дій і високий рівень бойового досвіду - у 15,1% досліджуваних. Тобто кількісні показники дослідження показують, що особи, які страждають на ПТСР, отримали інтенсивний бойовий вплив. Якісним показником в даному випадку є результат застосування описаних вище діагностичних методик, яким може бути припущення про те, що інтенсивність бойового впливу на особистість під час її перебування в зоні бойових дій призводить не тільки до психофізіологічних, а й до аксіологічних змін в особистості військовослужбовців.

Тобто бойовий досвід набувається в складній психологічній аксіологічній ситуації, яка в той же час призводить до погіршення або деформації цих характеристик особистості постраждалої на ПТСР. І іноді (під впливом

військових ситуацій) до формування нових характеристик буде складно пристосуватися в мирний час натомість.

В таких умовах потреба в цінностях зазнає значних (а в деяких випадках і катастрофічних) змін, що негативно впливають на здатність реалізувати себе за допомогою різних потреб і цінностей, позбавляючи людину стабільного джерела особистої активності. Реабілітаційні заходи, засновані на психологічному та аксіологічному підході, зможуть зменшити вплив наслідків отримання інтенсивного бойового досвіду на учасників бойових дій на психологічно та аксіологічно визначеному рівні. При проведенні реабілітації з людьми, які страждають на ПТСР, які зазнали інтенсивного впливу бойового досвіду, заснованого на психологічному та аксіологічному підході, основну увагу слід приділяти наступним симптомам:

- психологічно обумовлені: ПТСР; стреси, тривожні, депресивні стани; фізичні травми і висічення від ран і тортур; отримання нових психосоматичних розладів (неадекватні санітарно-гігієнічні умови, екстремальні температурні впливи, сила психотравмуючих впливів і т. ін.); загострення хронічних захворювань організму;

- аксіологічна обумовленість: деформація або фундаментальна зміна орієнтації цінностей

- психологічно обумовлені: самоповага; обмін емоціями; вираження емоцій; спілкування (з друзями, родиною, іншими важливими людьми); соціальна роль; уява; інтуїція; фантазія; гумор; відчуття в тілі; розслаблення; самоповага; самооцінка;

- аксіологічно визначені: віра; цінність; надія; сенс життя; релігія; порядок пріоритетів. Отже, використання психологічних і аксіологічних підходів в реабілітації людей з тривалими наслідками стресових впливів дозволить комплексно здійснити цей вплив і допоможе учасникам бойових дій поліпшити або нормалізувати свої психофізіологічні та ціннісно-орієнтовані особистісні характеристики. Але це, з іншого боку, призведе до зниження рівня ситуативної і особистісної тривожності, стресово-депресивних станів і пригніченості, що дозволить такій особистості в рівній мірі використовувати всі канали для своєї соціальної, психологічної та фізичної адаптації.

При використанні даного підходу здійснюється прямий (сімейні та особисті консультації, психологічна та інформаційна підтримка) і непрямий (в результаті реабілітаційних заходів) вплив на родичів і друзів людей, постраждалих від ПТСР, створюючи єдиний психологічний та інформаційний

простір для поліпшення реалізації реабілітаційних заходів для постраждалих осіб через ПТСР.

Висновки. Психологічні стреси за своєю природою мають соціальне походження і сприйнятливість до них у людей різна.

Вплив сильного стресора на особистість викликає певні порушення в її психічній сфері. Таке вторгнення у психіку індивіда за своєю силою та значущістю можна порівняти з фізичними порушеннями.

Сама наявність переживання такого стресу для більшості психічно здорових осіб є ризиком прояву в них у майбутньому посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

В основі психологічної травми лежить ситуація, яка виходить за межі життєвого досвіду, тому кожна така травма має свій генез і не існує універсального зразка її опрацювання.

Симптомами ПТСР є: підвищена тривожність, прокручування в голові епізодів психотравми та переживання їх повторно як реальних, нічні кошмари, безсоння, небажані спогади. Також мають місце депресії, емоційна притупленість, агресія та дратівливість. У посттравматичного стресового розладу є гострий, хронічний і відстрочений періоди. Гострий діагноз діагностується за появи симптомів протягом трьох місяців після травми. Хронічний, із тривалістю симптомів понад три місяці. Із затримкою – коли симптоми з'являються після латентного періоду (шість місяців).

Військовослужбовець, з огляду на специфіку свого роду професійної діяльності, перебуває в ситуаціях, які майже завжди вимагають від нього підвищеної активності внутрішніх резервів і можливостей людського організму та його психіки. Головною складовою діяльності особистості на військовій службі є її обов'язок брати участь у бойових діях і стояти на сторожі нашої Вітчизни. Для військовослужбовця як фахівця важливі такі якості як працьовитість, дисципліна, акуратність, пунктуальність, сміливість, самовідданість, пильність, холонокровність. Ці якості в бойовій обстановці створюють фундамент особистості військовослужбовця, учасника бойових дій.

Література

1. Агаєв Н. А., Коқун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.

2. Блінов О. А. Бойова психічна травма : монографія. Київ : Талком, 2019. 700 с.
3. Кокун О. М. Стресогенні чинники бойової діяльності, що зумовлюють виникнення у військовослужбовців посттравматичних стресових розладів. Проблеми екстремальної та кризової психології: зб. наук. праць. Харків : НУЦЗУ, 2017. Вип. 22. С. 143-150

References

1. Ahaiev N. A., Kokun O. M., Pishko I. O., Lozinska N. S., Ostapchuk V. V., Tkachenko V. V. Zbirnyk metodyk dlia diahnostryky nehatyvnykh psykhychnykh staniv viiskovoslužbovtziv : metodychnyi posibnyk. Kyiv : NDTs HP ZSU, 2016. 234 s.
2. Blinov O. A. Boiova psykhychna travma : monohrafiia. Kyiv : Talkom, 2019. 700 s.
3. Kokun O. M. Stresohenni chynnyky boiovoi diialnosti, shcho zumovliuut vynykнення u viiskovoslužbovtziv posttravmatychnykh stresovykh rozladiiv. Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii: zb. nauk. prats. Kharkiv : NUTsZU, 2017. Vyp. 22. S. 143-150

Shchyruk I.A.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF TRAUMATIZATION OF MILITARY PERSONNEL UNDER COMBAT STRESS AND THE SPECIFICS OF CORRECTION: AXIO-PERSONAL APPROACH

The article presents the results of a theoretical and empirical study of the specifics of trauma and negative consequences of PTSD in military personnel and the peculiarities of their correction by means of psychotherapy in the context of the axio-personal approach. The purpose of the article is to highlight the peculiarities of the personality's experience of post-traumatic stress disorder and to identify the psychological features of the negative consequences of PTSD and trauma in military personnel and persons affected by combat stress.

Methods: "Mississippi Scale for the Assessment of Posttraumatic Reactions" (military version), 'Reactivity and Personality Anxiety Scale' (K.D. Spielberger, Y.L. Khanin) and 'Beck Anxiety Scale', Beck Depression Inventory (BDI) and Zung Depression Scale (Z-SDS), method 'Combat Experience Intensity Scale'.

Results: shows that military personnel avoid increased anxiety in order to show themselves on the "best side" in the eyes of others. However, this process requires psychophysical resources from the individual and can lead to mental or physical fatigue; in individuals with PTSD, depressive states lead to the suppression of the

individual's value needs, but this negatively affects the ability of the individual with PTSD to effectively realize themselves with different values and needs, preventing it from becoming a source of their personal activity; the intensity of combat exposure to a person during his or her stay in the combat zone leads not only to psychophysiological but also to axiological changes in the personality of military personnel.

Conclusions: The basis of psychological trauma is a situation that goes beyond life experience, so each such trauma has its own genesis and there is no universal model for its processing. Rehabilitation measures based on a psychological and axiological approach can reduce the impact of the consequences of intense combat experience on combatants at a psychologically and axiologically defined level.

Key words: *axio-personal approach, combat stress, military personnel, psychological trauma, PTSD.*

Щирук Ірина Анатоліївна – аспірантка кафедри психології та соціальної роботи Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка.

ПРОБЛЕМИ ГАРМОНІЗАЦІЇ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ МОЛОДІ В УМОВАХ СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті розкрито проблеми гармонізації життєвого простору молоді в умовах соціокультурного середовища закладу вищої освіти. Визначено умови розвитку соціокультурного освітнього середовища ЗВО для вирішення пріоритетних завдань державної молодіжної політики у контексті вимог щодо необхідності гармонізації життєвого простору та формування у здобувачів вищої освіти універсальних компетенцій, зокрема засобами позанавчальної діяльності. Показано, що для успішної реалізації цього потенціалу необхідна організація позанавчальної діяльності здобувачів вищої освіти як цілеспрямована, полісуб'єктна, поліморфна сукупність умов успішного формування універсальних компетенцій у загальному контексті гармонізації життєвого простору. Конкретно-наукова група умов, що використовується для обґрунтування процесуального аспекту досліджуваного об'єкта системи, з метою визначення сукупності таких можливостей (заходів впливу), які забезпечать його ефективне функціонування та розвиток, окреслюються організаційно-психологічні умови, тобто сукупність можливостей змісту, форм, методів цілісного освітнього процесу. Запропоновано структурно-змістовну модель організації позанавчальної діяльності студентів у соціокультурному освітньому середовищі ЗВО та соціально-психологічну програму гармонізації життєвого простору молоді.

Ключові слова: *молодь, гармонізація життєвого простору, соціокультурне освітнє середовище, універсальні компетенції, позанавчальна діяльність.*

Постановка проблеми. Як відомо, молодь є найважливішим стратегічним ресурсом держави й суспільства та відіграє значну роль у соціокультурному та економічному розвитку країни, у реалізації демографічної політики, збереженні та трансляції історичної пам'яті народу, захисті своєї батьківщини.

Світ сучасної молоді складний і суперечливий, сповнений радістю успіхів і перемог та одночасно гіркою поразкою й невдач. Це світ, який постійно перебуває у стані руху та розвитку. Саме тому гармонізація її життєвого простору в умовах сучасних соціогенних викликів постає однією з найактуальніших наукових та прикладних психологічних проблем.

Системна криза та складна соціально-політична і економічна ситуація в країні призвели до негативних наслідків у гармонізації життєвого простору молоді. Багато в чому проблеми, що виникли, пояснюються відсутністю чітких соціальних цілей та орієнтирів, які могли б надати енергії молоді здорового імпульсу руху по заданому шляху та які б несли соціально значущі цілі для успішної самореалізації; рівнем підготовки молоді до життя у сучасних умовах соціогенних викликів, ступенем зрілості її свідомості, сформованості світогляду, її настановами на життєздійснення та самореалізацію; тим базисом духовно-моральної культури, який вона отримала від суспільства (його інститутів, насамперед, освіти).

У своїй органічній сукупності ці обставини (причини) утворюють певний соціально-психологічний комплекс, що породжує значні ризики та загрози, які стосуються як самої молоді, її життєвого простору, соціального здоров'я, самоздійснення, так і сталого розвитку держави та суспільства, перспектив побудови майбутнього.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Слід зазначити, що дослідники вбачають прояви негативних форм поведінки та дій, погіршення соціального здоров'я молоді, відсутність високого рівня духовних устремлінь у тому, що молодь є дзеркальним відображенням суспільства та зазначають, що однією з провідних цілей освітньої політики держави є виховання гармонійно розвиненої та соціально відповідальної молоді на основі духовно-моральних цінностей, історичних та національно-культурних традицій [1-4].

Державна молодіжна політика, у свою чергу, визначає стратегічний пріоритет через створення умов для формування гармонійної особистості, постійно вдосконалюваної, ерудованої, конкурентоспроможної, небайдужої, яка володіє міцним моральним стрижнем, здатною при цьому адаптуватися до мінливих умов та сприйнятливою до творчих ініціатив.

Особлива увага держави спрямована на вирішення пріоритетних завдань, серед яких виділяються виховання та розвиток молоді, що володіє гуманістичним світоглядом, стійкою системою моральних та громадянських цінностей, що виявляє знання своєї культурної, історичної, національної спадщини та повагу до

її різноманіття, а також розвиток просвітницької роботи з молоддю, інноваційних освітніх та виховних технологій.

Мета статті – розкрити проблеми гармонізації життєвого простору молоді в умовах соціокультурного середовища закладу вищої освіти.

Вклад основного матеріалу і результатів дослідження. У відповідності з необхідністю вирішення поставлених завдань у системі освіти та сфері молодіжної політики, у сучасних закладах вищої освіти зусилля мають бути спрямовані на створення умов, що сприяють як підвищенню якості професійної предметної підготовки здобувачів вищої освіти, так і їх особистісному, духовному, моральному, фізичному розвитку і гармонізації життєвого простору загалом.

Одним із найважливіших чинників, що впливають на створення таких умов, є освітнє середовище освітньої організації загалом та її складова – соціокультурне освітнє середовище закладу вищої освіти як простір особистісного становлення студентів.

У контексті компетентнісного підходу, що визначає сучасне уявлення результативно-цільової основи освітнього процесу та ролі розвитку особистісних якостей здобувачів вищої освіти при його реалізації, соціокультурне освітнє середовище закладу освіти має великий потенціал для формування універсальних компетенцій студентів, які задаються державними освітніми стандартами вищої освіти, зокрема як виховний аспект результату освіти.

З погляду на становлення молоді у системі освіти як безпосередньо чи опосередковано регульованому процесі впливу на неї, соціокультурне освітнє середовище закладу вищої освіти в узагальненому вигляді слід розуміти як систему, що цілеспрямовано впливає на особистість здобувача вищої освіти, яка створює умови для розвивального впливу на нього з метою формування та розвитку універсальних компетенцій.

Універсальні компетенції багато в чому формуються у навчальній діяльності, але велике значення для формування в соціокультурному освітньому середовищі закладу освіти має також позанавчальна діяльність, що позитивно впливає на загальний розвиток, виховання особистості, що орієнтується на базові цінності та традиції суспільства, розвиток його духовних та моральних якостей.

Для успішної реалізації цього потенціалу необхідна організація позанавчальної діяльності здобувачів вищої освіти як цілеспрямована, полісуб'єктна, поліморфна сукупність умов успішного формування

універсальних компетенцій у загальному контексті гармонізації життєвого простору.

Конкретно-наукова група умов, що використовується для обґрунтування процесуального аспекту досліджуваного об'єкта системи, з метою визначення сукупності таких можливостей (заходів впливу), які забезпечать його ефективне функціонування та розвиток, окреслюються організаційно-психологічні умови, тобто сукупність можливостей змісту, форм, методів цілісного освітнього процесу.

До основних організаційно-психологічних умов гармонізації життєвого простору молоді та формування універсальних компетенцій засобами позанавчальної діяльності слід віднести виявлення та визначення сукупності універсальних компетенцій здобувачів вищої освіти, формування яких необхідне при реалізації вимог державних стандартів вищої освіти та можливостей освітнього середовища конкретного закладу вищої освіти; визначення переваг здобувачів вищої освіти у виборі форм позанавчальної діяльності на основі їх ціннісних орієнтацій; визначення форм позанавчальної діяльності, які мають найбільший вплив на сукупність універсальних компетенцій, що формуються; наявність студентського самоврядування як специфічної форми позанавчальної діяльності; система професійної підготовки викладачів та фахівців-організаторів виховної роботи для реалізації позанавчальної діяльності в контексті компетентнісного підходу; умови освітнього середовища закладу вищої освіти, що дозволяють суб'єктам освітнього процесу використовувати ресурси закладу вищої освіти для гармонізації життєвого простору та формування універсальних компетенцій здобувачів вищої освіти, у т.ч. матеріально-технічні та організаційно-управлінські ресурси.

Досягнення поставленої мети щодо створення організаційно-психологічних умов гармонізації життєвого простору здобувачів вищої освіти передбачає розробку відповідної моделі. Така структурно-змістовна модель організації позанавчальної діяльності здобувачів вищої освіти, як одного з видів діяльності у соціокультурному освітньому середовищі закладу вищої освіти, запропонована до реалізації у Мелітопольському державному педагогічному університеті ім. Богдана Хмельницького.

Центром моделі є взаємодія здобувачів вищої освіти та викладачів (які зайняті не лише у навчальному процесі, а й у позанавчальній діяльності), фахівцем-організатором позанавчальної психологічної діяльності (куратором

групи, керівником підрозділу, відповідального за виховну роботу та молодіжну політику).

У позанавчальній діяльності, як і в освітньому процесі в цілому, ця взаємодія розглядається як суб'єкт-суб'єктна. За будь-якого розвитку взаємодії його суб'єкти, проявляючи різницю між собою з низки характеристик (досвід, статус в освітній організації, ставлення до освітнього процесу) впливають один на одного. Суб'єкт-суб'єктна взаємодія здобувачів вищої освіти та викладачів (організаторів позанавчальної діяльності) залежить від організації їхньої спільної діяльності, у даному випадку – позанавчальної діяльності.

На цей вибір впливають, з одного боку, переваги та ціннісні орієнтації здобувачів вищої освіти, як відображення у їх свідомості цінностей, що визнані ними як стратегічні життєві цілі та загальні світоглядні орієнтири, такі як праця, здоровий спосіб життя, сім'я, права людини, соціальна відповідальність, любов до Батьківщини та ін.

Проявляючись у цілісності поведінки у різних сферах діяльності, ціннісні орієнтації визначають цілі та інтереси здобувачів вищої освіти, виявивши які можна вибрати форми позанавчальної діяльності, які будуть їм потрібні. Без урахування переваг здобувачів вищої освіти, запропоновані організаторами позанавчальної діяльності форми не будуть затребувані ними, що призведе до зниження їхньої залученості до позанавчальної діяльності.

З іншого боку, форми позанавчальної діяльності визначаються повнотою впливу формування сукупності універсальних компетенцій. Необхідність формування універсальних компетенцій визначає мотивацію здобувачів вищої освіти до здобуття освіти та до участі у позанавчальній діяльності.

При цьому суб'єкт-суб'єктна взаємодія здобувачів вищої освіти та викладачів, що дозволяє студентам проявити себе як індивідуальність, самодостатню особистість, і водночас – як частину колективу, спільноти, підвищує їх мотивацію та покращує умови гармонізації життєвого простору.

Велике значення для запропонованої моделі у закладі вищої освіти має розвинена система студентського самоврядування, як специфічна форма позанавчальної діяльності, здійснюваної через організацію роботи студентських рад, спілок, організацій, об'єднань, клубів.

Студентське самоврядування забезпечує залучення здобувачів вищої освіти до процесів управління діяльністю закладу вищої освіти (навчальної, наукової, позанавчальної), залучення здобувачів вищої освіти до процесу адаптації першокурсників до традицій, культурно-моральних цінностей та умов

соціокультурного освітнього середовища закладу вищої освіти, залучення здобувачів вищої освіти до впровадження нових форм контролю.

Адміністрація закладу вищої освіти, професорсько-викладацький склад повинні сприяти вдосконаленню механізмів активізації студентського самоврядування через розвиток з ним партнерських відносин, розвиток самостійності та ініціативності здобувачів вищої освіти, удосконалення форм та методів підготовки студентського активу, підтримку позитивних молодіжних субкультур, делегування здобувачам вищої освіти значимих та відповідальних повноважень в установі (в т.ч. у позанавчальній діяльності), розвиток дієвих форм взаємодії зі стейкхолдерами та організаціями, які здійснюють виробничу практику, а також прийом випускників на роботу.

У випадку, коли студентське самоврядування є школою студентського активу, наділяється справді значущими повноваженнями та відповідальністю за результати діяльності, воно позитивно впливає на їх залучення до позанавчальної діяльності, збільшує охоплення різними формами цієї діяльності.

Розвиненість у закладі вищої освіти органів студентського самоврядування, наявність великої кількості студентських об'єднань, колективів, клубів тощо, а також системи підготовки студентського активу (реалізація спеціальних лідерських програм, тренінгів на командування, соціальних проєктів тощо) природним чином покращує самоорганізацію здобувачів вищої освіти та сприяє гармонізації їх життєвого простору, що підвищує результативність позанавчальної діяльності у контексті формування їх універсальних компетенцій.

Важливою ланкою даної моделі є системна підготовка викладачів та фахівців-організаторів позанавчальної діяльності, яка виступає суттєвою умовою освітнього середовища закладу вищої освіти (проведення наукових конференцій, семінарів, реалізація програм курсів підвищення кваліфікації та ін.).

У вдосконаленні організації позанавчальної діяльності у закладах вищої освіти велику роль можуть відігравати організаційно-методичні об'єднання з акумуляції та поширення передового досвіду та інноваційних форм і методів роботи: координаційні наради щодо виховної діяльності та позанавчальної роботи, студентські центри та ін.

У Мелітопольському державному педагогічному університеті ім. Богдана Хмельницького питанням гармонізації життєвого простору молоді приділяють значну увагу. Цей напрямок діяльності у питаннях організації виховної роботи у закладі вищої освіти є пріоритетним. Зокрема, реалізується соціально-

психологічна програма гармонізації життєвого простору молоді з урахуванням попереднього досвіду закладу вищої освіти та вузів-партнерів, враховуються результати проведених психологічних та соціологічних досліджень різної спрямованості.

Пріоритетність цього напрямку роботи визначається тим, що саме від гармонізації життєвого простору молоді багато в чому залежить ефективність навчальної діяльності здобувачів вищої освіти, їх позитивна мотивація до процесу навчання, своєчасність та успішність професійного самовизначення, що підтверджується дослідженнями змін емоційних та когнітивних характеристик особистості, наведених у наукових працях.

Слід зазначити, що, як правило, у значної частини здобувачів вищої освіти, особливо першокурсників (80-85%), у соціокультурному середовищі закладу вищої освіти виникають проблеми з адаптацією, що пов'язано з особистісними якостями самих студентів, відсутністю навичок до самостійної навчальної діяльності в умовах навчання у ЗВО, несформованістю професійного самовизначення, відсутністю в іногородніх студентів досвіду самостійного життєзабезпечення тощо.

Швидкість та ступінь адаптації до нових умов багато в чому впливають на успішність навчання, психологічний комфорт, задоволеність професійним вибором та на гармонізацію життєвого простору в цілому.

У рамках реалізації соціально-психологічної програми гармонізації життєвого простору молоді впроваджено адаптаційні тематичні модулі, які сприяли підвищенню ефективності та значному скороченню термінів адаптації студентів.

До реалізації даних модулів було залучено фахівців із соціально-виховної роботи та співробітників різних структурних підрозділів університету, а також організацій – соціальних партнерів університету.

Інформаційно-аналітичний модуль. У рамках цього модуля проводиться ознайомлення здобувачів вищої освіти з регламентом їх життєдіяльності у вузівському середовищі. Студенти знайомляться із системою інформування у закладі вищої освіти, з кадровим складом, зі співробітниками, які через специфіку своєї діяльності надаватимуть їм підтримку (куратори, психологи, фахівці з організації виховної роботи, старости груп).

Модуль «Академічна адаптація». У рамках цього модуля здійснюється знайомство здобувачів вищої освіти з організацією навчального процесу, електронними сервісами, технікою роботи з інформацією; здобувачі вищої освіти

набувають знання, уміння та навички публічного виступу, використання хмарних технологій у підготовці проєктів тощо.

Модуль «Соціально-психологічна адаптація». Необхідною умовою для швидкої адаптації першокурсника до ЗВО є його здатність до постійного та інтенсивного якісного вдосконалення, до оновлення та розвитку власних здібностей та якостей, що передбачає наявність умінь усвідомлювати власні емоційні та когнітивні ресурси. Завданням даного модуля є допомога здобувачам вищої освіти увійти до вузівського середовища з мінімальними втратами та швидко адаптуватися до його вимог.

Доцільним є проведення психологами, спільно з кураторами академічних груп, електронного тестування з використанням валідизованих методик комп'ютерного тестування з метою вивчення особистісних особливостей студентів для побудови їх професійної траєкторії (за методиками РСК та К. Леонгарда). У разі виявлення студентів, які належать до груп ризику, психологам слід проводити з ними індивідуальну роботу та забезпечити соціально-психологічний супровід. За результатами тестування також формується психологічний портрет студента із рекомендаційним блоком. За потреби, залежно від отриманих результатів, до програми вносяться зміни.

Модуль «Соціально-психологічна адаптація» передбачає організацію роботи із психологічного консультування студентів. Нагадаємо, що психологічне консультування, у зв'язку з різноманітними проблемами, вперше було використано компанією WesternElectric. Вже тоді було доведено ефективність психологічного консультування щодо підвищення продуктивності праці. Модель психологічного консультування, як відомо, узгоджується з вищим рівнем ієрархії потреб за А. Маслоу та потребами зростання за К. Алдерфером (самоактуалізації та самоповаги). Психологічне консультування, зазвичай, включає такі прийоми: поради, підбадьорювання, комунікації, звільнення від емоційної напруги, прояснення думок і переорієнтацію. Переваги психологічного консультування, у порівнянні з психотерапією, полягають у його доступності та простоті.

Модуль «Правові аспекти життєдіяльності та безпеки здобувачів вищої освіти». У рамках цього модуля студентів знайомлять із питаннями правового регулювання та основними локальними нормативними актами, що регулюють освітній та інші процеси в університеті (наприклад, Правилами внутрішнього розпорядку у ЗВО, Правилами внутрішнього розпорядку у гуртожитках та ін.); організують зустрічі з представниками правових структур міста, доводять інформацію про правову відповідальність та медичні наслідки вживання,

зберігання та розповсюдження наркотичних засобів, проводять заходи щодо профілактики девіантних форм поведінки та заходи, спрямовані на формування здорового способу життя, заняття з формування у студентів правової грамотності щодо відповідальності за порушення законодавства, а також стійкої життєвої позиції щодо корупції тощо; знайомлять з питаннями футуродизайну особистості. Як показала практика, заняття даного модулю краще проводити в інтерактивному форматі, який дозволяє студентам ставити запитання, висловлювати свою точку зору чи сумніви.

Модуль «Толерантність, громадянськість та соціальна відповідальність». Враховуючи, що кількість іноземних студентів постійно зростає та розширюється географія, необхідно приділяти належну увагу питанням міжнаціонального діалогу та толерантності. В рамках даного модуля проводяться заняття та організуються заходи, спрямовані на формування у студентів толерантного сприйняття культурних та соціальних відмінностей, навичок міжкультурних комунікацій, здатності до розуміння чужої культури та точок зору, визнання правомірності існування багатьох думок, уміння будувати діалогічні відносини та йти на розумний компроміс, відмови від етноцентризму та формування поваги до своєрідності іншомовної культури та ціннісної орієнтації іншомовного соціуму. Цей модуль передбачає залучення здобувачів вищої освіти до заходів, які сприяють створенню толерантного середовища, міжнаціональній співпраці (Форум іноземних студентів, фестиваль-конкурс «Танці народів світу», зустрічі з офіційними представниками різних культур тощо).

Не менше значення слід приділяти питанням цивільно-патріотичного виховання, залучати здобувачів вищої освіти до активного відвідування заходів та участі у фестивалях та конкурсах даної спрямованості.

Модуль «Корпоративний прорив». Основне завдання даного модуля – прищеплення здобувачам вищої освіти корпоративної культури ЗВО. З цією метою доцільним є знайомство із кодексом студента, з історією та традиціями університету, з історією та традиціями міста (відвідування музеїв, міські екскурсії). Досягненню поставлених цілей модуля сприяють корпоративні заходи «Посвята у студенти», «Свято першокурсника», «Студентський дебют» та ін.

Модуль «Суспільно-значуща діяльність». Завдання даного модуля – ознайомити студентів з усіма можливостями ЗВО, з діяльністю органів студентського самоврядування, виявлення найактивніших студентів та надання їм майданчиків для розвитку і проектної діяльності. З метою підвищення ефективності в реалізації програми гармонізації життєвого простору молоді

доцільними є курси навчальні семінари, дискусійні майданчики, круглі столи та панельні дискусії, видання навчально-методичних посібників «Педагогічні аспекти виховної діяльності куратора», «Застосування тренінгових технологій у роботі куратора», «Норми ділового етикету», «Сценарії тренінгів», «Помічник у проведенні тренінгів», «Усвідомлення успішності», психологічний практикум «Тайм-менеджмент або управління особистою ефективністю» та ін.

За підсумками реалізації програми (за модулями) слід проводити моніторинг та затверджувати план коригуючих заходів. Результати моніторингів показують, що цілеспрямована професійна дія на процес гармонізації життєвого простору молоді забезпечує підвищення ефективності навчання в університеті (надає значний вплив на збереження контингенту, якість успішності, на вибудовування траєкторії навчання), попереджає виникнення поведінкових розладів. Таким чином, представлений досвід роботи показав ефективність застосовуваних форм і методів роботи, що використовуються з метою гармонізації життєвого простору молоді в умовах сучасних соціогенних викликів. Ця діяльність є невід'ємною частиною освітнього процесу, вона ефективно проявила себе і в питаннях орієнтації та формування мотивації до успішного навчання, і в питаннях соціалізації, прояву активної просоціальної громадянської позиції молоді.

Література

1. Cooper M. The Fully Functioning Society: A Humanistic-Existential Vision of an Actualizing, Socially Just Future. *Journal of Humanistic Psychology*. 2016. № 6(56). P. 581–594.
2. Gold J. M. Spirituality and self-actualization: Considerations for 21st-century counselors. *Journal of Humanistic Counseling*. 2013. Vol. 52(1). P. 223–234.
3. Ivtzan I., Connely R. Androgyny in the mirror of self-actualisation and spiritual health. *The Open Psychology Journal*. 2010. Vol. 2. P. 58–70.
4. Ostopolets I., Mannapova K., Radjabova S. Psychological analysis of the phenomenon of individual' social activity in foreign theories and concepts. Науковий вісник Сіверщини. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки. Том 8. Випуск 2(11). 2023. 269-279

References

1. Cooper, M. (2016). The Fully Functioning Society: A Humanistic-Existential Vision of an Actualizing, Socially Just Future. *Journal of Humanistic Psychology*, 6(56), 581–594.

2. Gold, J. M. (2013). Spirituality and self-actualization: Considerations for 21st-century counselors. *Journal of Humanistic Counseling*, 52(1), 223–234.
3. Ivtzan, I., & Connely, R. (2010). Androgyny in the mirror of self-actualisation and spiritual health. *The Open Psychology Journal*, 2, 58–70.
4. Ostopolets I., Mannapova K., & Radjabova S. (2023) Psychological analysis of the phenomenon of individual' social activity in foreign theories and concepts. *Scientific Bulletin of Severshchyna. Series: Education. Social and behavioral sciences*. Volume 8. Issue 2(11). 269-279

Falko N.M.

PROBLEMS OF HARMONIZATION OF YOUTH'S LIVING SPACE IN THE CONDITIONS OF THE SOCIO-CULTURAL ENVIRONMENT OF A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

The article reveals the problems of harmonizing the living space of young people in the socio-cultural environment of a higher education institution. The conditions for the development of the socio-cultural educational environment of higher education institutions are determined for solving the priority tasks of state youth policy in the context of the requirements for the need to harmonize the living space and form universal competencies in higher education applicants, in particular by means of extracurricular activities. It is shown that for the successful realization of this potential, it is necessary to organize the extracurricular activities of higher education applicants as a purposeful, multi-subject, polymorphic set of conditions for the successful formation of universal competencies in the general context of harmonizing the living space. The specific-scientific group of conditions used to substantiate the procedural aspect of the studied object of the system, in order to determine the set of such opportunities (measures of influence) that will ensure its effective functioning and development, organizational and psychological conditions are outlined, that is, the set of opportunities for the content, forms, and methods of a holistic educational process. A structural and substantive model of organizing students' extracurricular activities in the socio-cultural educational environment of higher education institutions and a socio-psychological program for harmonizing the living space of young people are proposed.

Key words: youth, harmonization of living space, socio-cultural educational environment, universal competencies, extracurricular activities.

Фалько Наталя Миколаївна – кандидат психологічних наук, доцент, ректор Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя.

*Андросович К.О. (ORCID 0000-0002-4121-270X),
Завацька Н.Є. (ORCID 0000-0001-8148-0998),
Турбан В.В. (ORCID 0000-0001-8810-1874),
Волошин В.М. (ORCID 0009-0003-4084-4013),
Сафонов А.Ю. (ORCID 0009-0005-7199-1782),
Царенок В.О.*

ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК МОЛОДІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ОПОСЕРЕДКУВАННЯ В УМОВАХ ТРАНЗИТИВНОГО СОЦІУМУ

У статті розкрито специфіку особистісного розвитку молоді у векторі соціально-психологічного опосередкування цього процесу в умовах транзитивного соціуму. Обґрунтовано комплексний методичний інструментарій дослідження та виявлено соціально-психологічну специфіку процесу соціалізації обдарованої учнівської молоді, яка перебувала на різних етапах онто- та соціогенезу і мала різні рівні прояву обдарованості відповідно до її типів (інтелектуальної, академічної, художньої, креативної (творчої), соціальної). Встановлено, що виокремлені розбіжності у перебігу процесу соціалізації обдарованої учнівської молоді детерміновані ступенем вираженості його показників різнорівневими індивідуально-типологічними й соціально-психологічними параметрами; виявленими специфічними показниками обдарованості учнівської молоді, які обумовлені логікою особистісного розвитку та зміною характеру їх соціально-психологічного опосередкування.

Констатовано, що на процес соціалізації обдарованої учнівської молоді впливають: внутрішньоособистісні (знання, установки, уявлення, особистісні характеристики та особливості); міжособистісні (міжособистісне спілкування у малих групах: сім'я, друзі, однолітки, які забезпечують соціальну підтримку та обумовлюють соціальні ролі); інституційні (правила, інструкції, політика формальних структур, які можуть перешкоджати або сприяти рекомендованим формам поведінки); популяційні (формальні та неформальні соціальні зв'язки та норми (стандарти), які діють у середовищі окремих осіб, груп, організацій); соціально-політичні (місцеві, регіональні, державні закони та політика) чинники. Визначено та проведено диференціацію позитивних і негативних соціально-психологічних чинників впливу Інтернет-середовища на

процес соціалізації обдарованої учнівської молоді в умовах транзитивного соціуму.

Ключові слова: *молодь, особистісний розвиток, соціально-психологічний супровід, транзитивний соціум.*

Постановка проблеми. Питання навчання та виховання, підтримки і супроводу обдарованої учнівської молоді останнім часом все більше привертають увагу з боку науковців та практиків різних країн світу, адже сьогодення відзначається швидким зростанням світової глобалізації та інтенсивним розвитком інформаційного середовища, в якому, зокрема, й відбувається процес соціалізації обдарованої особистості. Попит на інновації стає одним із головних каталізаторів досліджень обдарованості в третьому тисячолітті, а обдарована учнівська молодь – найціннішим джерелом духовного і матеріального надбання держави та людства загалом. Забезпечення успішності процесу соціалізації обдарованої учнівської молоді створює умови для її інтелектуального, духовного, творчого розвитку та професійного самовизначення, сприяє нарощуванню наукового потенціалу країни.

Разом із цим, на сучасному етапі реформування системи освіти в Україні надзвичайно важливою постає проблема пошуку й ідентифікації обдарованої учнівської молоді та технологій її підтримки і супроводу, які слід використовувати для підготовки високоосвіченої, талановитої молоді людини, спроможної здійснити вагомий внесок у розвиток країни.

Показано, що проблема соціалізації обдарованої учнівської молоді загострюється у зв'язку зі стрімким розвитком інформаційних технологій, їх масовим розповсюдженням і застосуванням, а також впливом не лише на розвиток суспільства в цілому, а й на розвиток кожної особистості. Зазначена проблема безпосередньо пов'язана з новими умовами та вимогами сучасного соціуму, що артикулюють ідею постійного саморозвитку та самореалізації обдарованої учнівської молоді, опанування нею нових знань та компетенцій.

У зв'язку з цим, необхідним вбачається створення багаторівневої системи соціально-психологічного супроводу процесу соціалізації обдарованої учнівської молоді в умовах сучасного соціуму, що забезпечить перехід від розвитку обдарованої особистості до формування інтелектуального потенціалу суспільства [1-5].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Констатовано, що проблема обдарованості учнівської молоді в українському науковому просторі здебільшого

представлена педагогічними та психолого-педагогічними дослідженнями. Зокрема, з позицій нової філософії освіти окреслено домінантні вимоги до стратегій роботи з обдарованими учнями (С. Гончаренко, В. Кремень, Н. Ничкало, Г. Шевченко та ін.). Окремі психолого-педагогічні аспекти проблеми обдарованості учнівської молоді розглядають Н. Добровольська, Г. Костюк, В. Моляко, О. Музика та ін. Дослідження О. Савченко, В. Семиченко, Л. Хомич сприяють формуванню сучасних педагогічних підходів до розв'язання завдань щодо роботи з обдарованими дітьми. Наукові праці Н. Бібік, І. Зязюна, О. Сухомлинської присвячено підготовці творчого вчителя в історичному аспекті. Різним аспектам соціалізації та адаптації обдарованих учнів в Інтернет-середовищі належать роботи А. Баханської, Л. Ткаченко, І. Якимової та ін. Питання впровадження у закладах освіти нових педагогічних технологій навчання обдарованих учнів досліджують І. Бех, О. Пехота, О. Пометун, С. Сисоева та ін. Проблему педагогічної підтримки обдарованих дітей, схильних до дослідницької діяльності, розробляють І. Волошук, Ю. Гоцуляк, Н. Поліхун, К. Постова та ін. Зарубіжні технології підготовки вчителя до роботи з обдарованою молоддю вивчають А. Біда, Т. Бондар, М. Євтух, О. Золотарьова, С. Кириченко та ін.

Останнім часом дослідники стали приділяти увагу питанням інформаційно-технологічної системи підтримки дослідницької діяльності учнів (О. Лісовий та ін.), проблемі використання комп'ютерних технологій в процесі соціалізації учнівської молоді (Ю. Клименюк, Л. Найдюнова, Н. Олексюк та ін.), різним аспектам розробки та функціонування моделей медіаосвіти (О. Барішполець, О. Вознесенська, О. Волошенюк, Д. Дзюба, В. Иванов, А. Литвин, О. Петрунько та ін.), підготовці фахівців до використання інформаційно-комунікаційних технологій у навчальному процесі та розвитку інформаційно-комунікаційної компетентності освітян при роботі з обдарованою учнівською молоддю (М. Жалдак, А. Коломієць, М. Лещенко, О. Овчарук, Л. Тимчук, Л. Чернікова та ін.), науково-методичним засадам створення соціально-інформаційних систем для розвитку обдарованої дитини (О. Буров, В. Камишин, Н. Олексюк, Г. Онопченко, О. Сухий, А. Юрченко та ін.), проблемі науково-освітніх мереж в Інтернеті, як освітньому середовищі для обдарованих дітей та підлітків (І. Хован, Т. Яншина та ін.).

Мета статті – розкрити специфіку особистісного розвитку молоді у векторі соціально-психологічного опосередкування цього процесу в умовах транзитивного соціуму.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Для оцінювання загального рівня соціалізації обдарованої учнівської молоді визначено критерії: когнітивний, особистісно-регулятивний, комунікативно-діяльнісний та мотиваційно-ціннісний, кожен із яких містив низку якісних показників.

Обґрунтовано комплексний методичний інструментарій емпіричного дослідження соціально-психологічної специфіки процесу соціалізації обдарованої учнівської молоді в умовах сучасного соціуму, що передбачав, відповідно до вікового періоду розвитку досліджуваних, вивчення параметрів:

- мотиваційно-ціннісного та когнітивного критеріїв: методика «Діагностика структури ціннісних орієнтацій» (С. Бубнов), анкета «Інтернет в житті старшокласника» (Л. Ткаченко), анкети «Особливості взаємодії обдарованого учня з наставником» та «Особливості взаємодії при написанні науково-дослідної роботи» (К. Андросович), тести «Структура навчальної мотивації школяра» (К. Замфір) та «Інститути і механізми соціалізації особистості»;

- комунікативно-діяльнісного критерію: методика «Оцінка комунікативних і організаторських схильностей» (В. Синявський, Б. Федоришин), анкети на вивчення загальної самооцінки та соціальної активності обдарованої учнівської молоді, методика на визначення рівня домагань («Моторна проба Шварцландера»), опитувальник «Ваша майбутня професія» (Л. Лучко); проєктивні методики «Будиночки», «Мій клас» (модифікація В. Смотріна);

- особистісно-регулятивного критерію: тест «Вивчення ступеня соціалізації старшокласників» (І. Рожкова), методика діагностики соціальної ідентичності обдарованого учня (М. Кун, Т. Макпартленд), самоактуалізаційний тест «САТ» (адаптація Ю. Альшиною, Л. Гозман, М. Загіки, М. Кроз), методики діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд, модифікація О. Осницького), шкільної тривожності (Б. Філіпс), міжособистісних відносин (Т. Лірі), особистісної креативності (Є. Тунік), методика «Діагностика вад особистісного розвитку (ДВОР)» (З. Карпенко); соціометрія.

Констатовано, що обдарована учнівська молодь має певну дисгармонію особистісного розвитку; відчуває потребу у більш тісній взаємодії як між собою, так і зі своїми науковими наставниками; має психологічні труднощі та прагне допомоги фахівців, однак, здебільшого, не реалізує це прагнення, що негативно впливає на її соціалізацію.

Важливим у цьому аспекті було вивчення інтегральних соціально-психологічних характеристик обдарованої учнівської молоді, насамперед,

особливостей її особистісного саморозвитку, як процесу самостійної, цілісної, цілеспрямованої, ціннісно-орієнтованої діяльності щодо безперервної самозміни, як у збагаченні індивідуального досвіду і духовно-моральних сил, відповідно до внутрішнього образу «Я», так і актуальних соціальних очікувань.

Обґрунтовано інтегральні соціально-психологічні характеристики, що впливають на процес адаптації обдарованої учнівської молоді як механізму соціалізації, з урахуванням особливостей онто- та соціогенезу.

Виявлено труднощі соціально-психологічної адаптації досліджуваних з низьким її рівнем (18,8% респондентів): переважання негативних емоцій; підвищений рівень переживання соціального стресу; амбівалентне та негативне емоційне ставлення до закладу освіти; імпульсивність; позиція «на самоті, далеко від учителя», що не відповідає навчальній позиції і усвідомленню соціальної ролі «Я-учень»; низькі рівні самоприйняття та автономності. Вираженими є проблеми спілкування, пов'язані з тим, що найближче соціальне оточення не завжди готове прийняти їх у тісне коло спілкування, зважаючи на особливості психічного розвитку та поведінки.

З'ясовано, що процес соціалізації досліджуваних з низьким рівнем соціально-психологічної адаптації ускладнюється й тим, що вони мають специфічні особистісні риси, які суттєво відрізняють їх від групи однолітків. Зокрема, вони можуть бути дуже критичними до себе та інших, проте погано сприймають критику на свою адресу, люблять сперечатися, є перфекціоністами і очікують від інших досконалості; можуть мати агресивне почуття гумору та протистояти необхідності працювати у тих сферах, що не мають для них особистого інтересу та зацікавленості. При цьому виникає ризик бути відторгнутими або ізольованими, що спричиняє розвиток емоційного дискомфорту, тривожності, потребу у соціальній підтримці.

Показано, що особливості самооцінки та характер її змін відіграє важливу роль в особистісному розвитку обдарованої учнівської молоді. Виявлено, що у такої молоді самооцінка та соціальна впевненість часто бувають нижчими, ніж у її однолітків; відзначаються також різкі зміни у самооцінці у відповідь на найменші невдачі.

Акцентовано увагу на компетентнісному розвитку обдарованої особистості та формуванні її соціальної та інформаційно-комунікаційної компетенцій, як таких, що найбільше сприяють її самореалізації та успішному входженню у рольові відносини суспільства. Підкреслюється, що не менш важливим вбачається й розвиток професійної компетентності освітян (інформаційно-

комунікаційної, комунікативної, інноваційної компетенції), які працюють з цією категорією молоді.

Аналіз показників ступеня соціалізованості досліджуваних за виокремленими параметрами дозволив виявити групу обдарованої учнівської молоді з високим та достатнім рівнями соціалізованості, що складає 58,1% вибірки (226 досліджуваних), а також групу досліджуваних з проблемами соціалізації та недостатнім рівнем соціалізованості, яка становить 41,9% вибірки (163 досліджуваних).

Досвід використання інформаційно-комунікаційних технологій для проєктування та особистісного розвитку обдарованої учнівської молоді в процесі її соціалізації надав можливість з'ясувати, що технологія проєктів в умовах сучасного соціуму є одним із найбільш продуктивних видів пізнавальної та дослідницької діяльності обдарованої учнівської молоді.

З'ясовано, що розвивальний ефект проєктної технології виявляється в активній допитливості, пізнавальному інтересі обдарованої учнівської молоді, оволодінні нею необхідним набором дослідницьких методів; формуванні свідомого та творчого вибору оптимальних засобів перетворювальної діяльності; умінні мислити системно та комплексно, самостійно виявляти потреби в інформаційному забезпеченні діяльності, безперервно засвоювати нові знання й застосовувати їх як засіб перетворювальної діяльності. Крім того, проєктна діяльність забезпечує пріоритет надпредметних соціально значущих знань і вмій, який найбільш відповідає парадигмі особистісно-орієнтованої освіти, підвищує мотивацію до навчання та творчої діяльності. Загалом, здійснений аналіз указує на те, що проєктна діяльність із застосуванням Інтернет-технологій в освітньому процесі є ефективною та результативною. Наголошується, що використання проєктної діяльності та засобів інформаційно-комунікаційних технологій надає змогу оптимізувати освітній процес, ефективно залучати до нього обдаровану учнівську молодь як активного суб'єкта освітнього простору, розвивати весь її творчий потенціал.

Констатовано, що на процес соціалізації обдарованої учнівської молоді впливають: внутрішньоособистісні, міжособистісні, інституційні, популяційні, соціально-політичні чинники.

Зокрема, на внутрішньоособистісному рівні на соціалізацію обдарованої учнівської молоді впливають біологічні та психологічні чинники, серед яких провідними є низький рівень домагань, несформованість мотиваційної сфери; неадекватна самооцінка; неможливість здійснювати контроль над собою та

власними вчинками, відсутність навичок виходу з конфліктних ситуацій; недостатня сформованість комунікативних навичок; прагнення ризикувати (фізичний, соціальний ризик та ризик саморозкриття).

На міжособистісному рівні на соціалізацію обдарованої учнівської молоді впливають надмірна діяльність батьків в Інтернет-мережі та схвальне ставлення до такої діяльності (негативний приклад, наслідування), соціальна ізолюваність, що призводить до неможливості задовольнити власні потреби у групуванні з однолітками та спілкуванні з ними, відсутність захоплень у реальному житті та неможливість демонструвати їх соціальному оточенню, конфлікти в сім'ї, що можуть призвести до пошуку нових друзів-порадників в Інтернет-середовищі), непослідовність у вихованні, коли учнівська молодь піддається значному ризику надмірного використання Інтернет-мережі для уникнення зайвих контактів з батьками), часті зміни місця проживання сім'ї, що вимагає постійної побудови стосунків з новими друзями, сусідами, однокласниками.

На рівні найближчого оточення – однолітків – на соціалізацію обдарованої учнівської молоді впливають: приклад негативної поведінки друзів та однолітків в Інтернеті; змагання з друзями у віртуальному просторі (часто друзі можуть змагатися у віртуальному просторі за допомогою ігор (кількість перемог, балів та бонусів у грі) та популярності особистих сторінок у соціальних мережах (кількість контактної інформації, місць, де навчаються та проводять дозвілля, розміщених особистих фото та відео тощо), булінг (учні, які відчують від однолітків залякування, фізичний чи психологічний тиск, спрямований на те, щоб викликати у них страх та підкорити їх собі, уникають контактів з ними у реальному житті, що сприяє розвитку активної діяльності в Інтернет-мережі).

На рівні найближчого оточення – освітнього закладу – на соціалізацію обдарованої учнівської молоді впливають: погані стосунки з однокласниками та вчителями; виникнення стресових ситуацій у закладі освіти; відсутність у ньому комплексних форм соціально-психологічної роботи, спрямованої на формування безпечної поведінки в мережі Інтернет; необізнаність обдарованої учнівської молоді щодо ризиків Інтернет-мережі та правил поведінки у віртуальному просторі.

На суспільному рівні на соціалізацію обдарованої учнівської молоді впливають: схвальне ставлення оточуючих до діяльності в Інтернеті; недосконалість законодавчої бази та принципів діяльності в Інтернет-мережі (відсутність регулювання процесу надходження інформації в Інтернет-мережу, що надає можливість будь-якому користувачу розміщувати будь-яку інформацію

на вебсайтах, провокувати до асоціальних дій, як у реальному житті, так і у віртуальному просторі тощо).

Узагальнено соціально-психологічні чинники впливу на процес соціалізації обдарованої учнівської молоді Інтернет-середовища та здійснено їх диференціацію. Серед *позитивних чинників*, які впливають на цей процес виокремлені: сприяння саморозвитку та самоосвіті (соціальні мережі надають безмежні можливості саморозвитку через ознайомлення з науковими статтями, книгами, афоризмами відомих мислителів усіх часів, аудіокнигами; вивчення іноземних мов; різних видів творчості – на просторах Інтернет-мережі наявна велика кількість якісних навчальних відео); допомога у навчанні (обмін конспектами, рефератами та презентаціями; поглиблене вивчення окремих питань, наприклад, з історії України та української культури, обговорення проблемних питань); використання в освітньому процесі новітніх технологій (як-то взаємодія завдяки хмарним технологіям поза часом і простором, створення проєктів, отриманням завдань з відстеженням їх виконання і оцінювання); самовираження (можливість продемонструвати певні риси характеру, які обдарована учнівська молодь не може проявити у реальному житті; представити власні досягнення (відеоблоги); розширення кола спілкування; продуктивне проведення дозвілля тощо. До *негативних чинників* впливу Інтернет-середовища на процес соціалізації обдарованої учнівської молоді віднесені: вплив на фізичне здоров'я (порушення зору, постави, функціонування внутрішніх органів, зокрема шлунку); вплив електромагнітного випромінювання моніторів, що призводить до поганого самопочуття (головний біль, запаморочення, погіршення сну та ін.); вплив на психічний стан (залежність, подразливість, негативні емоції чи стрес від втрати інформації, нервозність та ін.); граматична деградація (спілкування у віртуальному режимі передбачає можливість недотримання правил граматики та пунктуації, складання максимально простих речень, використання обмеженого словникового запасу, заміну емоцій смайлами, що негативно впливає на реальне спілкування); зниження соціальної активності; заміна реального спілкування віртуальним.

Висновки. Обґрунтовано комплексний методичний інструментарій дослідження та виявлено соціально-психологічну специфіку процесу соціалізації обдарованої учнівської молоді, яка перебувала на різних етапах онто- та соціогенезу і мала різні рівні прояву обдарованості відповідно до її типів (інтелектуальної, академічної, художньої, креативної (творчої), соціальної). Встановлено, що виокремлені розбіжності у перебігу процесу соціалізації

обдарованої учнівської молоді детерміновані ступенем вираженості його показників різнорівневими індивідуально-типологічними й соціально-психологічними параметрами; виявленими специфічними показниками обдарованості учнівської молоді, які обумовлені логікою особистісного розвитку та зміною характеру їх соціально-психологічного опосередкування.

Констатовано, що на процес соціалізації обдарованої учнівської молоді впливають: внутрішньоособистісні (знання, установки, уявлення, особистісні характеристики та особливості); міжособистісні (міжособистісне спілкування у малих групах: сім'я, друзі, однолітки, які забезпечують соціальну підтримку та обумовлюють соціальні ролі); інституційні (правила, інструкції, політика формальних структур, які можуть перешкоджати або сприяти рекомендованим формам поведінки); популяційні (формальні та неформальні соціальні зв'язки та норми (стандарти), які діють у середовищі окремих осіб, груп, організацій); соціально-політичні (місцеві, регіональні, державні закони та політика) чинники. Визначено та проведено диференціацію позитивних і негативних соціально-психологічних чинників впливу Інтернет-середовища на процес соціалізації обдарованої учнівської молоді в умовах сучасного соціуму.

Література

1. Androsovykh K.A., Rudyk Ya.M., Melnyk M.Yu., Kovalova O.A., Yakymova I.O. Psychological Guidance of the Socialisation Process of Gifted Students using Information and Communications Technology means. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment. Lifescience Global*. 2021. Vol. 9. No. 2. P. 236-246.
2. Afuzova H., Ogorodnychuk Z., Pavelkiv V., Mamicheva O., Prokofieva O., Androsovykh K. Determinants of Professional Orientation of Future Psychologists on Correctional Support of Children with Psychophysical Disorders. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2022. Vol. 13. Issue 1Sup1. P. 188-206.
3. Kryvonis T., Artemova O., Androsovykh K., Zaushnikova M., Agapova I., Kutishenko V. Methodological Tools for Carrying Out Psychological Training. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. Vol. 14. Issue 1. P. 59-74.
4. Lisovenko A., Kriukova M., Absalyamova L., Chukhrii I., Korchakova N., Androsovykh K. Neuropsychological Fundamentals of Envy. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2022. Vol. 13. Issue 1. P. 158-172.

5. Reva O., Radetska S., Androsovykh K., Burdelna Y. High school students' self-esteem definition on the learning performance indicators. *Journal of science. Lyon.* 2020. № 8. Vol. 1. P. 28-35.

References

1. Androsovykh K.A., Rudyk Ya.M., Melnyk M.Yu., Kovalova O.A., Yakymova I.O. Psychological Guidance of the Socialisation Process of Gifted Students using Information and Communications Technology means. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment. Lifescience Global.* 2021. Vol. 9. No. 2. P. 236-246.
2. Afuzova H., Ogorodnychuk Z., Pavelkiv V., Mamicheva O., Prokofieva O., Androsovykh K. Determinants of Professional Orientation of Future Psychologists on Correctional Support of Children with Psychophysical Disorders. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience.* 2022. Vol. 13. Issue 1Sup1. P. 188-206.
3. Kryvonis T., Artemova O., Androsovykh K., Zaushnikova M., Agapova I., Kutishenko V. Methodological Tools for Carrying Out Psychological Training. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience.* 2023. Vol. 14. Issue 1. P. 59-74.
4. Lisovento A., Kriukova M., Absalyamova L., Chukhrii I., Korchakova N., Androsovykh K. Neuropsychological Fundamentals of Envy. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience.* 2022. Vol. 13. Issue 1. P. 158-172.
5. Reva O., Radetska S., Androsovykh K., Burdelna Y. High school students' self-esteem definition on the learning performance indicators. *Journal of science. Lyon.* 2020. № 8. Vol. 1. P. 28-35.

Androsovykh K.A., Zavatska N.Ye., Turban V.V., Voloshyn V.M., Safonov A.Yu., Tsarenok V.O.

YOUTH PERSONAL DEVELOPMENT: SOCIO-PSYCHOLOGICAL MEDIATION IN THE CONDITIONS OF A TRANSITIVE SOCIETY

The article reveals the specifics of youth personal development in the vector of socio-psychological mediation of this process in the conditions of a transitive society. The comprehensive methodological tools of the study are substantiated and the socio-psychological specifics of the process of socialization of gifted students who were at different stages of onto- and sociogenesis and had different levels of manifestation of giftedness according to its types (intellectual, academic, artistic, creative (creative), social) are revealed. It is established that the identified differences in the course of the process of socialization of gifted students are determined by the degree of manifestation

of its indicators by different-level individual-typological and socio-psychological parameters; identified specific indicators of giftedness of young students, which are determined by the logic of personal development and a change in the nature of their socio-psychological mediation.

It was found that the process of socialization of gifted young students is influenced by: intrapersonal (knowledge, attitudes, ideas, personal characteristics and peculiarities); interpersonal (interpersonal communication in small groups: family, friends, peers, who provide social support and determine social roles); institutional (rules, instructions, policies of formal structures that can hinder or promote recommended forms of behavior); population (formal and informal social ties and norms (standards) that operate in the environment of individuals, groups, organizations); socio-political (local, regional, state laws and policies) factors. The positive and negative socio-psychological factors of the influence of the Internet environment on the process of socialization of gifted students in the conditions of modern society have been identified and differentiated.

Key words: *youth, personal development, socio-psychological support, transitive society.*

Андросович Ксенія Анатоліївна – доктор психологічних наук, старший науковий дослідник, професорка кафедри психології та суспільно-гуманітарних дисциплін Закладу вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»;

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Турбан Віталія Віталіївна – кандидат психологічних наук, докторантка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Волошин Володимир Миколайович – кандидат психологічних наук, докторант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Сафонов Артем Юрійович – аспірант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Царенок Віталій Олександрович – аспірант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

*Сколота Е.В. (ORCID 0000-0003-1831-190X),
Завацький Ю.А. (ORCID 0009-0006-0421-4200),
Добровольська Н.А. (ORCID 0000-0002-8786-4316),
Завацька Н.Є. (ORCID 0000-0001-8148-0998),
Шаповалова В.А. (ORCID 0000-0001-6547-1346),
Шелест О.В. (ORCID 0000-0002-6324-1966)*

АСЕРТИВНІСТЬ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ФАХІВЦЯ У СОЦІОНОМІЧНІЙ СФЕРІ ДІЯЛЬНОСТІ: СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР

У статті розкрито соціально-психологічні аспекти асертивності та самореалізації фахівця у соціономічній сфері діяльності. Показано, що психологічними особливостями майбутніх фахівців соціономічного профілю, які обумовлюють рівень їх асертивності, є: для когнітивного компонента – усвідомлення нормативно-правових і деонтологічних вимог суспільства до своєї майбутньої професійної діяльності та професійної взаємодії; отримання морального задоволення від вибору професії та конкретних результатів професіоналізації, а не від можливої матеріальної вигоди подальшого працевлаштування; переважання внутрішніх критеріїв асертивності, прагнення до досягнень, самореалізації через співпрацю, обов'язок, громадську корисність, творчу активність, духовне задоволення, активні соціальні контакти; прагнення стати професіоналом; гармонійне сполучення вимог професії з бажанням їм відповідати; бажання будувати своє майбутнє на основі набутих під час навчання знань і професійних компетенцій; прагнення до демонстрації та визнання своїх можливостей у навчанні та середовищі професіоналів (під час виробничої практики); для поведінкового компонента – постійний пошук реальної міри для оцінки своєї асертивності у навчальній діяльності та середовищі професіоналів; адекватна оцінка власної асертивності у різних ситуаціях професійної взаємодії; критичне ставлення до допущених помилок, приписування причин невдачі недостатній наполегливості в опануванні прийомів асертивної поведінки у професійній взаємодії; прагнення ставити перед собою високі та відповідальні, але не надмірні цілі; ставлення до виконання складних завдань як можливості продемонструвати свої здібності; збільшення зусиль у

разі виникнення труднощів; швидке відновлення почуття ефективності після невдач або зниження успішності; низька схильність до стресу і депресій; для регуляційного компонента – зацікавленість процесом і результатами освітнього процесу і виробничої практики; постійне оволодіння новими професійними знаннями, уміннями та навичками; вироблення та вдосконалення професійно важливих особистісних якостей; бажання набувати новий досвід професійної взаємодії, необхідний для ефективної професійної самореалізації; чітка постановка цілей і ретельне планування діяльності з визначенням конкретних термінів виконання завдань; енергійність у виконанні поставлених завдань, швидкий перехід від одного виду діяльності до іншого; усвідомлення необхідності особистісного і професійного самовдосконалення.

Ключові слова: *соціономічна сфера діяльності, асертивність, відповідальність, самореалізація, когнітивний, поведінковий, регуляційний компоненти.*

Постановка проблеми. Останнім часом в Україні й у світі загострилися протиріччя, пов'язані з процесами глобалізації, урбанізації та лібералізації суспільного життя. Його високий ритм, посилення інформаційного навантаження на особистість, зростання кількості соціальних зв'язків, зокрема опосередкованих соціальними мережами, суттєво збільшили психологічне напруження і підсилили й без того жорстку соціальну конкуренцією. Для того щоб успішно адаптуватися й ефективно функціонувати у таких умовах, сучасній людині потрібно підтримувати повноцінні міжособистісні контакти, долати об'єктивні і суб'єктивні перешкоди на шляху взаєморозуміння, живого міжособистісного спілкування, постійно вдосконалювати свої комунікативні якості.

Водночас значна кількість студентської молоді з перших же кроків свого самостійного життя стикається з особистою невідповідністю до жорстких умов взаємодії із соціумом. Останнім часом значно збільшилася кількість студентів, які демонструють високий рівень тривожності поряд із соціальною некомпетентністю, відчувають безпорадність та пригнічення. Усе це сприяє непевній, безініціативній, конформній поведінці, стає причиною байдужого ставлення до навчання, громадського життя та власного професійного майбутнього. Особливу занепокоєність викликає вказаний тренд у середовищі майбутніх фахівців соціономічного профілю, основним змістом професійної діяльності яких є забезпечення ефективної соціальної взаємодії між людиною і

соціальними інститутами, до здійснення якої вони часто виявляються не готовими.

Зазначене викликає необхідність посилення наукового пошуку шляхів для підвищення адаптаційних ресурсів майбутніх фахівців соціономічного профілю, озброєння їх ефективними стратегіями поведінки в умовах невизначеності, інструментами, які дозволять розвинути особистісний потенціал, стати конкурентоспроможними на сучасному ринку праці, сформувати та відстоювати власну позицію під час виконання завдань професійної діяльності. Одним з таких інструментів є формування у майбутніх фахівців соціономічного профілю асертивних характеристик особистості та навичок асертивної поведінки [1-4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Українськими дослідниками проведений різнобічний аналіз психолого-педагогічних проблем праці, особливостей професійної діяльності та особистості професіонала соціономічного профілю. Науковцями ретельно вивчено психологічну специфіку соціономічних професій (О. Бровендер, О. Корж, Л. Міщик, Г. Побокіна та ін.) та їх безпекову складову (В. Балахтар та ін.). Проаналізовано основні психологічні проблеми професійного становлення фахівців соціономічного профілю (І. Данилюк, О. Кохун, К. Ткаченко, О. Чуйко та ін.). Розглянуто різні аспекти розвитку особистості професіоналів соціономічних професій (Л. Левицька, О. Чуйко та ін.). Сформульовано інноваційні підходи до їх підготовки у вищих навчальних закладах (Л. Гуменюк, В. Кремень, Л. Онуфрієва, Л. Орбан та ін.).

До розроблення проблеми асертивної поведінки зарубіжними дослідниками в межах терапевтичного напрямку розробляються засоби когнітивно-поведінкової терапії тривожних та депресивних станів (А. Голдфрід, М. Голдфрід, Д. Вольпе, Д. Девісон, А. Лазарус, М. Лінехан, Е. Солтер, П. Якубовські та ін.). У межах індустрії тренінгів асертивності розробляється прикладний напрям розвитку асертивності широких верств населення (Р. Альберті, Д. Баєр, С. Бішоп, М. Еммонс, В. Каппоні, А. Лазарус, А. Ланге, Т. Новак, Р. Патерсон, Р. Ракос, М. Смітт, А. Фей, Х. Фенстерхайм, П. Якубовські та ін.). Розроблення емпіричного напрямку дозволяє дослідити зв'язок між асертивністю та чинниками, що впливають на життя та професійну діяльність людей різного віку (М. Агаджані, А. Бахейрає, Х. Бі, Дж. Блок, Л. Браун, Д. Броверман, І. Броверман, К. Гілліган, К. Джеклін, М. Ескін, А. Епплбаум, С. Кімбл, А. Кіска, С. Кітаяма, С. Крос, Т. Ларіджані, Е. Маккобі, Р. Маркус, Л. Медсон, П. Розенкранц та ін.). У межах цього напрямку досліджень були

вивчено асертивність підослідних різної статі, раси, національності, соціального статусу. Вивчалися гендерно-демографічні особливості проявів асертивності, її зв'язок з емпатією, афіліацією, самооцінкою, психічним здоров'ям, психологічними залежностями, особливостями спілкування, певними особистісними характеристиками, особливостями міжособистісних відносин тощо.

Значний доробок у дослідженні проблеми асертивності належить українським науковцям. За останні роки ними розглядалася асертивна поведінка (О. Брюховецька, В. Лучків, М. Марусинець, Л. Марчук, В. Мойсеєнко), асертивність як якість особистості (Н. Подоляк, О. Саннікова, Н. Сердюк), асертивність у професійному становленні (С. Медведєва, Р. Чубук), асертивність у контексті конфліктології, асертивність підлітків та студентської молоді (Н. Сердюк).

Мета статті – розкрити соціально-психологічні аспекти асертивності та самореалізації фахівця у соціономічній сфері діяльності.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. На основі теоретичного аналізу підходів до моделювання асертивності обґрунтовано структурно-динамічну модель розвитку асертивності майбутніх фахівців соціономічного профілю. Встановлено, що її основними структурними елементами є когнітивний, поведінковий і регуляційний компоненти, які формуються в межах ендо- та екзопсихічних складових особистості майбутнього фахівця соціономічного профілю у процесі засвоєння ним знань про майбутню професію, вироблення та реалізації особистого ставлення до дотримання нормативно-правових та деонтологічних вимог суспільства до майбутньої професійної діяльності, її вимог до його особистісних якостей, що розвиваються у ході освітнього процесу під впливом навчального та професійного середовища (під час виробничої практики) та досягнутих результатів у навчальній та професійній діяльності.

Асертивність майбутнього фахівця соціономічного профілю розвивається у процесі професійного становлення на ранніх етапах професіоналізації і триває протягом усієї професіональної діяльності. При цьому елементи асертивності, пов'язані з професійною діяльністю, більш усвідомлювані, ніж елементи асертивності особистості, що створює умови для цілеспрямованого психологічного впливу на її зміст.

Підбір методів дослідження асертивності майбутніх фахівців соціономічного профілю мав певні особливості. Зокрема застосування методу

моделювання було викликане неоднозначністю наукових підходів до сутності та структури асертивності. Аналіз зарубіжних та вітчизняних методик діагностування асертивності засвідчив, що використання зарубіжних методик визначення асертивності не забезпечує релевантність дослідження через невідповідність життєвих ситуацій, що використовуються в тестах реаліям сучасного українського життя. При цьому через специфіку соціономічних професій критерії оцінювання асертивності фахівця соціономічного профілю не тотожні критеріям оцінювання асертивності людини у повсякденному житті, а тим більше у психотерапії.

Застосування методу експертного оцінювання було покликане замінити зарубіжні методики виявлення асертивних і неасертивних студентів шляхом експертної оцінки їх відповідності характеристикам асертивної особистості. Для проведення експертного оцінювання нами було модифіковано відповідну методику. Під модифікацією розумілося пристосування змісту бланка експерта до специфіки проявів асертивності з урахуванням професійно важливих якостей, необхідних для успішного здійснення майбутньої соціономічної діяльності студентів і збереження загальної кількості характеристик, що оцінюються, та рекомендацій щодо обробки й інтерпретації отриманих результатів.

Основними показниками, які відрізняють асертивних майбутніх фахівців соціономічного профілю від неасертивних є:

у когнітивному компоненті - усвідомлення нормативно-правових і деонтологічних вимог суспільства до своєї майбутньої професійної діяльності та професійної взаємодії; рівень морального задоволення від вибору професії; переважання внутрішніх критеріїв асертивності, прагнення до досягнень, самореалізації через співпрацю, обов'язок, громадську корисність, творчу активність, духовне задоволення, активні соціальні контакти; прагненням стати професіоналом; гармонійне сполучення вимог професії з бажанням їм відповідати; бажання будувати своє майбутнє на основі набутих під час навчання знань і професійних компетенцій; прагнення до демонстрації та визнання своїх можливостей у навчанні та середовищі професіоналів (під час виробничої практики);

у поведінковому компоненті – постійний пошук реальної міри для оцінки своєї асертивності у навчальній діяльності та середовищі професіоналів; адекватна оцінка власної асертивності у різних ситуаціях професійної взаємодії; критичне ставлення до допущених помилок, приписування причин невдачі недостатній наполегливості в опануванні прийомів асертивної поведінки у

професійній взаємодії; прагнення ставити перед собою високі та відповідальні, але не надмірні цілі; ставлення до виконання складних завдань як можливості продемонструвати свої здібності; збільшення зусиль у разі виникнення труднощів; швидке відновлення почуття ефективності після невдач або зниження успішності; низька схильність до стресу і депресій;

для регуляційного компонента – зацікавленість процесом і результатами освітнього процесу і виробничої практики; постійне оволодіння новими професійними знаннями, уміннями та навичками; вироблення та вдосконалення професійно важливих особистісних якостей; бажання набувати новий досвід професійної взаємодії, необхідний для ефективної професійної самореалізації; чітка постановка цілей і ретельне планування діяльності з визначенням конкретних термінів виконання завдань; енергійність у виконанні поставлених завдань, швидкий перехід від одного виду діяльності до іншого; усвідомлення необхідності особистісного і професійного самовдосконалення.

Психологічними особливостями майбутніх фахівців соціономічного профілю, які визначають їх неасертивність, є:

для когнітивного компонента – неусвідомлення нормативно-правових і деонтологічних вимог суспільства до своєї майбутньої професійної діяльності та професійної взаємодії; невизнання обраної професії своїм покликанням; намагання отримувати конкретну вигоду від взаємовідносин і результатів діяльності; невпевненість у своїх силах, пасивність в оволодінні професійними знаннями, уміннями і навичками поряд із самовпевненістю, категоричністю та честолюбністю; зневажання думкою викладачів про свої особисті та професійні якості і можливості; прагнення до демонстрації індивідуальності та неповторності, своїх поглядів, переконань, свого стилю життя; готовність до прийняття нетрадиційних цінностей; намагання звільнитися від організаційних правил, приписів та обмежень, труднощі, пов'язані з необхідністю дотримувати установлених правил, процедур, навчального та робочого графіка, дисципліни; намагання виконувати завдання на власний розсуд і за власними стандартами;

для поведінкового компонента – схильність не визнавати свої невдачі наслідком власних помилок, ліні, недостатніх знань, здібностей або неправильної поведінки; гіпертрофована оцінка ролі своїх особистих переваг для майбутньої професії; рівень домагань (надмірний або занижений), що не відповідає реальним можливостям; зарозумілість, марнославство, егоцентризм, надмірна самовпевненість, несхильність до самоаналізу або замкненість, уникнення соціальних контактів; гостра емоційна реакція на зауваження; сприйняття

неуспіху як наслідку чієїсь підступів або несприятливих обставин; схильність до надмірного ризику; відсутність або недостатня потреба у самовдосконаленні; схильність за наявності труднощів у досягненні мети зменшувати свої зусилля та перекладати відповідальність на несприятливі обставини; пошук підтвердження своїх високих якостей професіонала за межами навчального та професійного середовища;

для регуляційного компонента – низький рівень задоволеності від процесу та результатів навчання і виробничої практики; наявність сумнівів у правильності свого вибору і можливості самореалізуватися у професії; відсутність зацікавленості до виконання навчальних і професійних завдань; низька вимогливість до себе; формальне ставлення до роботи за наявності високого рівня домагань до поваги з боку колег та референтних осіб; низька організованість у навчальній діяльності; недостатня послідовність та імпульсивність поведінки; схильність жити теперішнім днем; прагнення виконувати навчальні завдання способами, які не завжди співвідносяться з нормативними вимогами; порушення домовленостей і термінів виконання зобов'язань; невміння організувати свій час і роботу.

Висновки. Виявлено, що психологічними особливостями майбутніх фахівців соціономічного профілю, які обумовлюють рівень їх асертивності, є для когнітивного компонента – усвідомлення нормативно-правових і деонтологічних вимог суспільства до своєї майбутньої професійної діяльності та професійної взаємодії; отримання морального задоволення від вибору професії та конкретних результатів професіоналізації, а не від можливої матеріальної вигоди подальшого працевлаштування; переважання внутрішніх критеріїв асертивності, прагнення до досягнень, самореалізації через співпрацю, обов'язок, громадську корисність, творчу активність, духовне задоволення, активні соціальні контакти; прагнення стати професіоналом; гармонійне сполучення вимог професії з бажанням їм відповідати; бажання будувати своє майбутнє на основі набутих під час навчання знань і професійних компетенцій; прагнення до демонстрації та визнання своїх можливостей у навчанні та середовищі професіоналів (під час виробничої практики); для поведінкового компонента – постійний пошук реальної міри для оцінки своєї асертивності у навчальній діяльності та середовищі професіоналів; адекватна оцінка власної асертивності у різних ситуаціях професійної взаємодії; критичне ставлення до допущених помилок, приписування причин невдачі недостатній наполегливості в опануванні прийомів асертивної поведінки у професійній взаємодії; прагнення ставити перед собою високі та відповідальні,

але не надмірні цілі; ставлення до виконання складних завдань як можливості продемонструвати свої здібності; збільшення зусиль у разі виникнення труднощів; швидке відновлення почуття ефективності після невдач або зниження успішності; низька схильність до стресу і депресій; для регуляційного компонента – зацікавленість процесом і результатами освітнього процесу і виробничої практики; постійне оволодіння новими професійними знаннями, вміннями та навичками; вироблення та вдосконалення професійно важливих особистісних якостей; бажання набувати новий досвід професійної взаємодії, необхідний для ефективної професійної самореалізації; чітка постановка цілей і ретельне планування діяльності з визначенням конкретних термінів виконання завдань; енергійність у виконанні поставлених завдань, швидкий перехід від одного виду діяльності до іншого; усвідомлення необхідності особистісного і професійного самовдосконалення.

Література

1. Haladin N., Ibrahim N., Rajab A. Assertiveness Among Undergraduates in a Malaysian Public University: Implications Towards Improved Employability // *Journal Technology (Social Sciences)*. 2013. Vol. 65. № 2. P. 15–24. DOI: 10.11113/jt.v65.2346
2. Larijani T., Aghajani M., Baheiraei A., Neiestanak N. Relation of assertiveness and anxiety among Iranian University students // *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 2010, P. 893–894; 897.
3. Lee T.-Y., Chang S.-C., Chu H., Yang C.-Y., Ou K.-L., Chung M.-H. & Chou K.-R. The effects of assertiveness training in patients with schizophrenia: A randomized, single-blind, controlled study. *Journal of Advanced Nursing*, 69, 2013. P. 2549–2559. DOI:10.1111/jan. 12142.
4. Mahmoud S., Hamid R.A. Effectiveness of Assertiveness Training Programme on Self Esteem & Academic Achievement in Adolescents Girls at Secondary School at Abha City // *Journal of American Science*. 2013. Vol. 9. № 8. P. 262–269.

References

1. Haladin N., Ibrahim N., Rajab A. Assertiveness Among Undergraduates in a Malaysian Public University: Implications Towards Improved Employability // *Journal Technology (Social Sciences)*. 2013. Vol. 65. № 2. P. 15–24. DOI: 10.11113/jt.v65.2346

2. Larijani T., Aghajani M., Baheiraei A., Neiestanak N. Relation of assertiveness and anxiety among Iranian University students // *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 2010, P. 893–894; 897.

3. Lee T.-Y., Chang S.-C., Chu H., Yang C.-Y., Ou K.-L., Chung M.-H. & Chou K.-R. The effects of assertiveness training in patients with schizophrenia: A randomized, single-blind, controlled study. *Journal of Advanced Nursing*, 69, 2013. P. 2549–2559. DOI:10.1111/jan. 12142.

4. Mahmoud S., Hamid R.A. Effectiveness of Assertiveness Training Programme on Self Esteem & Academic Achievement in Adolescents Girls at Secondary School at Abha City // *Journal of American Science*. 2013. Vol. 9. № 8. P. 262–269.

Skolota E.V., Zavatskyi Yu.A., Dobrovolska N.A., Zavatska N.Ye., Shapovalova V.A., Shelest O.V.

ASSERTIVENESS AND SELF-REALIZATION OF A SPECIALIST IN THE SOCIO-ECONOMIC SPHERE OF ACTIVITY: SOCIAL-PSYCHOLOGICAL DIMENSION

The article reveals the socio-psychological aspects of assertiveness and self-realization of a specialist in the socio-economic sphere of activity. It is shown that the psychological characteristics of future specialists of a socio-economic profile, which determine the level of their assertiveness, are: for the cognitive component - awareness of the regulatory and deontological requirements of society for their future professional activity and professional interaction; receiving moral satisfaction from the choice of profession and specific results of professionalization, and not from the possible material benefit of further employment; the predominance of internal criteria of assertiveness, the desire for achievements, self-realization through cooperation, duty, public utility, creative activity, spiritual satisfaction, active social contacts; the desire to become a professional; harmonious combination of the requirements of the profession with the desire to meet them; desire to build one's future on the basis of knowledge and professional competencies acquired during training; desire to demonstrate and recognize one's capabilities in training and among professionals (during work practice); for the behavioral component - constant search for a real measure to assess one's assertiveness in training and among professionals; adequate assessment of one's own assertiveness in various situations of professional interaction; critical attitude to mistakes made, attributing the causes of failure to insufficient perseverance in mastering the techniques of assertive behavior in professional interaction; desire to set

high and responsible, but not excessive goals; attitude to completing complex tasks as an opportunity to demonstrate one's abilities; increased efforts in case of difficulties; rapid restoration of a sense of effectiveness after failures or a decrease in success; low susceptibility to stress and depression; for the regulatory component - interest in the process and results of the educational process and work practice; constant mastery of new professional knowledge, skills and abilities; development and improvement of professionally important personal qualities; desire to gain new experience of professional interaction, necessary for effective professional self-realization; clear goal setting and careful planning of activities with the definition of specific deadlines for completing tasks; energy in performing assigned tasks, rapid transition from one type of activity to another; awareness of the need for personal and professional self-improvement.

Key words: *socionomic sphere of activity, assertiveness, responsibility, self-realization, cognitive, behavioral, regulatory components.*

Сколота Едуард Віталійович – доктор філософії, доцент кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Завацький Юрій Анатолійович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Добровольська Наталія Анатоліївна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри здоров'я людини Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Шаповалова Валентина Андріївна – доктор медичних наук, професор, професорка кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Шелест Олена Василівна – старший викладач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПТСР У МОЛОДІ В СТРУКТУРІ ЇЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

У статті розкрито особливості диференціації соціально-психологічних чинників ПТСР у молоді в структурі її здоров'язбереження. Виокремлено системоутворюючі соціально-психологічні чинники ПТСР у молоді та розроблена структурна модель їх диференціації з урахуванням ступеня (низького, вираженого, глобального) та типу (активно-захисного, пасивно-захисного, дисгармонійного) проявів таких розладів.

Визначено соціально-психологічні чинники подолання ПТСР у молоді в умовах сучасного соціуму: на макро (соціальна підтримка та захист молоді на державному рівні; доступність та своєчасність психопрофілактичних і реабілітаційних програм, моніторинг їх впровадження; задовільний соціально-економічний статус молоді); мезо (урахування етнокультурних особливостей, релігійності, ставлення та змісту сформованих суспільних стереотипів щодо екстремальних подій та катастроф; наявність інструментальної, психологічної підтримки; ефективна соціальна інтеграція) та мікро (високі соціальна та комунікативна компетентність; застосування адаптивних варіантів поведінкового копіngu й механізмів психологічного захисту; фрустраційна толерантність; сприятливий соціальний статус) рівнях.

Розроблено інтегровану соціально-психологічну програму подолання ПТСР у молоді в сучасних умовах та доведено її ефективність.

Ключові слова: *молодь, здоров'язбереження, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), соціально-психологічні чинники подолання ПТСР.*

Постановка проблеми. Вивчення проблеми посттравматичних стресових розладів (ПТСР) є актуальним і соціально значущим в сучасному суспільстві, оскільки почастишали збройні конфлікти, терористичні акти, коли молодь часто перебуває в умовах психотравмуючих та/або екстремальних ситуацій, що потребує всебічного обміркування, дослідження та аналізу шляхів надання ефективної психосоціальної допомоги щодо подолання ПТСР. Крім того, наявний

досвід психологічної допомоги при ПТСР у молоді вимагає поглибленого наукового аналізу, узагальнення та систематизації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Встановлено, що дослідження ПТСР здебільшого виконані в межах робіт медичного та медико-психологічного профілю. Визначено клініко-психопатологічні особливості ПТСР у комбатантів і ліквідаторів наслідків аварій; клінічну типологію ПТСР й питання диференціальної психофармакотерапії; транзиторні психотичні стани при ПТСР, клініко-динамічні характеристики ПТСР і психофізіологічні маркери стійкості при бойовій психотравмі; психічну ригідність як фактор розвитку ПТСР у співробітників оперативних підрозділів та його особливості при ендогенних захворюваннях; розкрито патопсихологічні аспекти ПТСР, зокрема, особистісні зміни при таких розладах [1-5]. Особливе значення відведено ставленню самих постраждалих до травматичної події.

Констатовано, що більша частина досліджень з проблеми ПТСР стосується епідеміології, етіології, динаміки, діагностики й терапії учасників бойових дій, жертв різного виду катастроф й терористичних актів, та переважно виконана на контингенті респондентів зрілого віку. При цьому відзначається недостатньо досліджень, присвячених вивченню соціально-психологічних особливостей розвитку та подолання ПТСР у молоді, попри те, що науковці вказують на специфіку формування проявів ПТСР та їх корекції у осіб різних вікових груп. Крім того, наявний досвід психологічної допомоги при ПТСР у молоді вимагає поглибленого наукового аналізу, узагальнення та систематизації.

Мета статті – розкрити особливості диференціації соціально-психологічних чинників ПТСР у молоді в структурі її здоров'язбереження.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. У дослідженні використано емпіричні методи: спостереження; аналіз документів, структуроване інтерв'ю (SCID) (F. Weathers, B. Litz, D. Blake) зі шкалою для діагностики ПТСР (CAPS) (F. Weathers) та «Шкала оцінки впливу травматичної події» (IES-R) (D. Weiss, C. Marmar, T. Metzler); методики «Рівень співвідношення «Цінності» і «Доступності» в різних життєвих сферах» та «Шкала оцінки дискомфорту» (О. Фанталова); методики дослідження самоставлення (В. Столін, С. Пантелєєв) і комунікативної соціальної компетентності (М. Фетіскін); шкали реактивної (ситуативної) й особистісної тривожності (Ч. Спілбергер), шкала депресії (А. Бек); методика діагностики показників і форм агресії (А. Басс, А. Даркі, в адаптації О. Осницького); тест кольорового вибору (М. Люшер), «Hand test» (Е. Вагнер); опитувальник акцентуацій характеру (К. Леонгард, Г. Шмішек); методика «Індекс

життєвого стилю» (LSI) (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Конт); методика діагностики стратегій подолання стресових ситуацій (SACS) (С. Хобфолл, в адаптації Н. Водоп'яной, О. Старченкової); багатовимірна шкала сприйняття соціальної підтримки (MSPSS) (С. Зімет).

Визначено системоутворюючі соціально-психологічні чинники ПТСР у молоді та розроблена структурна модель їх диференціації.

Соціально-психологічними чинниками розвитку ПТСР у молоді на особистісному рівні є: розузгодження в системі ціннісних орієнтацій, виражений внутрішній дискомфорт; негативне самоствалення; висока тривожність, емоційна нестійкість, фрустраційна напруженість; наявність акцентуацій характеру (дистимного, збудливого, циклотимного, тривожного типів); несформованість ефективних механізмів психологічного захисту; дефіцитарність адаптивних копінг-ресурсів; на міжособистісному рівні – низька комунікативна компетентність та соціальне дистанціювання; обмеженість чи відсутність соціальної підтримки та конструктивного досвіду соціальної взаємодії; зниження гнучкості та мобільності соціальної поведінки.

Соціально-психологічними чинниками подолання ПТСР у молоді в умовах сучасного соціуму на макро рівні є: соціальна підтримка та захист молоді на державному рівні; доступність та своєчасність психопрофілактичних і реабілітаційних програм, моніторинг їх впровадження; задовільний соціально-економічний статус молоді; на мезо рівні – урахування етнокультурних особливостей, релігійності, ставлення та змісту сформованих суспільних стереотипів щодо екстремальних подій та катастроф; наявність інструментальної, психологічної підтримки; ефективна соціальна інтеграція; на мікро рівні – високі соціальна та комунікативна компетентність; застосування адаптивних варіантів поведінкового копіngu й механізмів психологічного захисту; фрустраційна толерантність; сприятливий соціальний статус.

При впровадженні формувальних заходів враховувалися соціально-психологічні чинники ПТСР у молоді та відповідність обраних методів допомоги основним завданням запропонованої програми: зниження психоемоційної напруженості; опрацювання вражень, реакцій і почуттів досліджуваних; формування у них розуміння сутності подій, що відбулися, й психотравматичного досвіду; зменшення відчуття унікальності та патологічності власних реакцій шляхом обговорення почуттів та обміну переживаннями; мобілізація внутрішніх ресурсів, групової підтримки, солідарності й розуміння; зниження індивідуального та групового напруження; підготовка до переживання тих

проявів і реакцій, які можуть виникнути в подальшому; розвиток комунікативної та соціальної компетентності; навчання основним методам психологічної саморегуляції.

Вивчено можливість подолання ПТСР у молоді в умовах індивідуальної та групової форм психокорекційної роботи, відмінність між якими вбачалася в організаційному, а не змістовно-смісловому характері. Індивідуальні консультації були спрямовані на вирішення конкретних завдань щодо редукції постстресових проявів і проблем соціальної адаптації. Групова психокорекція дозволяла вирішувати більш широке коло завдань, до числа яких входили: створення безпечного соціального простору; зниження почуття ізоляції й формування почуття приналежності, спільності цілей, комфорту та підтримки; формування почуття універсальності власного досвіду; прояснення загальних проблем, навчання методам співволодіння з наслідками травми; можливість прийняти на себе роль того, хто надає допомогу; розвиток «почуття ліктя»: загальні проблеми розподіляються учасниками групи; можливість ділитися інформацією про себе, говорити про свої почуття іншим; зміцнення впевненості в можливості успішного проходження корекції.

При організації простору психокорекційної та консультативної взаємодії психолога з учасниками груп було впроваджено низку вимог, що відповідали сучасним уявленням про організаційно-інтеракційні особливості психотерапевтичних стосунків. Ці вимоги розглядалися нами як психологічні умови актуалізації внутрішніх ресурсів молоді з ПТСР. До них належать взаємна відповідальність психолога та учасників за процес і результати спільної діяльності (реалізується через обговорення й укладання організаційного та терапевтичного контракту); реалізація феноменологічної установки «тут і тепер» (Ф. Перлз, К. Стайнер), відсутність тиску або примусу учасників – недирективність (К. Роджерс) та ін. Зауважимо, що урахування етнокультурних і релігійних особливостей учасників також сприяло ефективності заходів формувального впливу, особливо в досягненні мети щодо зміни травматичних деструктивних переконань. Серед провідних стратегій подолання ПТСР застосовані особистісне дистанціювання; моделювання; зміна позиції; зниження суб'єктивної значущості.

Зважаючи на те, що серед провідних чинників, які впливають на розвиток ПТСР, є відсутність соціальної підтримки, особливо з боку групи близьких (і не тільки за родинною ознакою) людей, організація групи психологічної підтримки

та проведення тренінгів із членами родин вважалися нами корисним паліативом, який сприяв подоланню ПТСР у молоді.

На етапі превенції були сформульовані базові принципи психологічного втручання, які визначили вибір конкретних психокорекційних методів і технік: визнання всіх реакцій на психотравму нормальними, що забезпечують адаптацію до екстремальних впливів зовнішнього середовища; використання в роботі моделі психотерапевтичного альянсу, яка передбачає відносини емпатії, терапевтичної підтримки і партнерства з акцентом на формування почуття відповідальності за успіх проведеного психологічного втручання; забезпечення індивідуальної переоцінки травматичного досвіду і його інтеграція в загальну систему цінностей та смислів респондентів; нормалізація психозахисної поведінки респондентів, активізація адекватних его-захисних механізмів; орієнтація на виявлення реальних і потенційних ресурсів респондентів; вироблення відчуття «контролю над травмою» як загальна стратегія психокорекції, руйнування атрибуцій пасивності й жертвності.

Система психокорекційних заходів була розроблена з урахуванням провідних психологічних захистів респондентів експериментальної групи.

У число обов'язкових методів психокорекції на етапі інтервенції входили: техніки активізуючої терапії (наприклад, ранжування завдань сьогодення за складністю, терапія майстерністю і задоволенням), що застосовуються для формування нових життєвих смислів і набуття контролю над власним життям; принципи сократівського діалогу як основний метод для виявлення й роботи з неадаптивними думками та установками; використання метафор, що дозволяло передавати інформацію на рівень несвідомого клієнтів, що допомагало активізувати приховані ресурси і сприяти вирішенню проблеми; техніка «історія мого життя», що застосовувалася для розширення уявлень про власний досвід та внутрішні ресурси; техніка «позитивні сторони бойового досвіду», що дозволяло переосмислити травматичний досвід і його наслідки на рівні поведінки, міжособистісних відносин, сім'ї та з точки зору розвитку власної особистості.

До основних технік, які використовувалися для молоді з основними психологічними захистами заміщення та ідентифікація з агресором й таким проявом ПТСР як гіперактивація, належали: техніка прогресивної м'язової релаксації за Е. Джекобсоном, що дозволяла опанувати загальними навичками саморегуляції; техніки «когнітивної перевірки реальності загрози», «планованого відволікання» і «заповнення прогалини», які допомагали сформувати відчуття контролю над негативними емоціями і знизити напруженість психологічних

захистів; техніка «діалог зі значущим іншим» як можливість прийняття агресивної частини себе в цілях спільної інтеграції особистості; вироблення попереджувальних заходів по мінімізації наслідків агресії.

Зауважимо, що А. Бек висловлює принципово новий підхід до корекції емоційних порушень, відмінний від традиційних шкіл психоаналізу і поведінкової терапії. Головна ідея когнітивної психокорекції А. Бека полягає в тому, що вирішальним фактором для виживання організму є переробка інформації. В результаті народжуються програми поведінки. Людина виживає, отримуючи інформацію з навколишнього середовища, синтезуючи її, плануючи дії на основі цього синтезу, тобто виробляючи самостійно програму поведінки. Програма може бути нормальною (адекватною) або неадекватною. У разі когнітивного зсуву в переробці інформації починає формуватися аномальна програма.

Особистість за А. Беком формується схемами або когнітивними структурами, які представляють собою базальні переконання (світогляд). Ці схеми починають формуватися в дитинстві на основі особистого досвіду й ідентифікації зі значущими іншими. Кожна людина формує власну концепцію себе (уявлення про себе), інших, світ й концепцію свого існування в світі. Схеми є стійкими когнітивними структурами, які стають активними при дії певних стимулів, стресів або обставин. Схеми можуть бути як адаптивними, так і дисфункціональними. В когнітивну тріаду депресії входять: негативне уявлення про себе (я непристосований, нікчемний, всіма зацькований невдаха); негативний погляд на світ (людина переконана, що світ пред'являє надмірні вимоги до неї і споруджує непереборні бар'єри на шляху до досягнення цілей, і що в світі немає задоволення); нігілістичний, негативний погляд на майбутнє (людина переконана, що пережиті нею труднощі нездоланні). Таким чином, емоційні порушення і поведінкові розлади розглядаються як такі, що впливають з когнітивних структур і є наслідком актуальних когнітивних процесів (в яких, в якості проміжних змінних, виступає думка-когніція). Психологічні порушення пов'язані з аберацією мислення. Нагадаємо, що під аберацією мислення А. Бек розумів порушення на когнітивній стадії переробки інформації, які спотворюють бачення об'єкта або ситуації.

Спотворені когніції, тобто когнітивні спотворення, є причиною неправильних уявлень і самосигналів та, як наслідок, неадекватних емоційних реакцій, зокрема в умовах ПТСР. Когнітивні спотворення – це систематичні помилки в судженнях під впливом емоцій.

До них належать:

1. Персоналізація – схильність інтерпретувати події в аспекті особистих значень. Наприклад, молода особа з підвищеною тривожністю вважає, що багато подій, абсолютно з нею не пов'язаних, стосуються її особисто або спрямовані проти неї особисто.

2. Дихотомічне мислення. У такому випадку молода людина схильна мислити крайнощами в ситуаціях, які зачіпають її чутливі місця, наприклад самооцінку, при ймовірності наразитися на небезпеку. Подія позначається тільки в чорних або білих фарбах, тільки як хороша чи погана, прекрасна або жахлива. Така властивість й є дихотомічним мисленням. Молода людина сприймає світ тільки в контрастних барвах, відкидаючи півтони, нейтральний емоційний стан.

3. Вибіркове абстрагування. Це концептуалізація (зведення до положення правила, закону) ситуацій на основі деталі, витягнутої з загального контексту, при ігноруванні іншої інформації. Наприклад, на гучній вечірці молода людина починає ревнувати свою дівчину, яка нахилилася до іншого, щоб краще його розчутти.

4. Довільні умовиводи – бездоказові або навіть суперечливі очевидним фактам умовиводи. Наприклад, працююча молода мати в кінці важкого робочого дня робить висновок: «Я – погана мати».

5. Сверхгенералізація – невинуватене узагальнення на основі одиничного випадку. Наприклад, юнак зробив помилку, але думає: «Я завжди все роблю неправильно». Або після невдалого побачення молода жінка робить висновок: «Усі чоловіки однакові. Вони завжди будуть до мене погано ставитися. У мене ніколи нічого не вийде в стосунках з ними».

6. Перебільшення (катастрофізація) – перебільшення наслідків будь-яких подій. Наприклад, молода людина вважає: «Якщо ці люди про мене погано подумают – це буде просто жахливо!»; «Якщо я буду на іспиті нервувати – я обов'язково провалюсь і мене відразу виженуть».

Розглянемо етапи когнітивної корекційної роботи, що допомагатимуть в подоланні ПТСР у молоді.

1. Зведення проблем – ідентифікація проблем, що мають в основі одні й ті ж причини та їх угруповання. Це стосується як симптоматики (соматичної, психологічної, пато психологічної), так і власне емоційних проблем. Іншим варіантом зведення проблем є ідентифікація першої ланки в ланцюзі, який і запускає весь набір символів.

2. Усвідомлення і вербалізація неадаптивних когніцій, які деформують сприйняття реальності. Неадаптивна когніція – це будь-яка думка, що викликає неадекватні або хворобливі емоції, які ускладнюють розв’язання будь-якої проблеми. Неадаптивні когніції носять характер автоматичних думок: виникають без будь-якого попереднього міркування, рефлекторно. Для людини вони мають характер правдоподібних, цілком обґрунтованих, що не піддаються сумніву. Автоматичні думки недовільні, не приваблюють уваги людини, хоча й спрямовують її вчинки. Для розпізнавання неадаптивних когніцій використовується прийом колекціонування автоматичних думок. Молодій людині пропонується зосередитися на думках або образах, що викликають дискомфорт у проблемній ситуації (або подібній до неї). Сфокусувавшись на автоматичних думках, вона може розпізнати їх і зафіксувати.

3. Віддалення – процес об’єктивного розгляду думок, при якому молода людина розглядає свої неадаптивні когніції як відокремлені від реальності психологічні явища. Після того, як вона навчиться ідентифікувати свої неадаптивні когніції, їй необхідно навчитися розглядати їх об’єктивно, тобто віддалитися від них. Віддалення підвищує здатність проводити межу між думкою, яку треба обґрунтувати (я вважаю, що ...) і незаперечним фактом (я знаю, що ...). Віддалення розвиває вміння здійснювати диференціацію між зовнішнім світом і своїм ставленням до нього. Шляхом обґрунтування, докази реальності своїх автоматичних думок полегшується дистанціювання людини від них, формується звичка бачення в них гіпотез, а не фактів

4. Зміна правил регуляції, правил поведінки. Для регуляції свого життя і поведінки інших людей людина, схильна до ПТСР, використовує правила (розпорядження, формули). Ці системи правил в значній мірі зумовлюють позначення, тлумачення й оцінку подій. Ті правила регуляції поведінки, які носять абсолютний характер, тягнуть за собою регуляцію поведінки, що не враховує реальної ситуації, а тому створює проблеми для людини. Для того, щоб у людини не було таких проблем, їй необхідно видозмінити їх, зробити менш генералізованими – узагальненими, менш персоніфікованими – пов’язаними з нею особисто, більш гнучкими з врахуванням реальної дійсності. Зміст правил регуляції поведінки збирається навколо двох основних параметрів: безпеки - безпеки і болю - задоволення. Вісь безпеки - безпеки включає події, пов’язані з фізичним, психологічним або психосоціальним ризиком. Добре адаптована молода людина має досить гнучкий набір точних правил, що дозволяє співвідносити їх з ситуацією, інтерпретувати і оцінювати наявну ступінь ризику.

Наприклад, молода людина, що керується правилом «Буде жахливо, якщо я опинюся не на висоті», відчуває труднощі в спілкуванні через неясне визначення поняття «бути на висоті», і з цієї ж невизначеністю пов'язана її оцінка ефективності своїх взаємодій з партнером. Свої припущення про невдачу молода людина проєктує на сприйняття її іншими, тобто вважає, що такою її сприймають інші. Всі прийоми зміни правил, що мають відношення до осі небезпеки-безпеки, зводяться до відновлення у людини контакту з ситуацією, яку вона уникала. Такий контакт може бути відновлений при зануренні у ситуацію в уяві, на рівні реальної дії з чіткою вербалізацією (чітким словесним описом) нових правил регулювання, що дозволяють відчувати помірний рівень емоцій. Правила, центровані навколо осі болю – задоволення, призводять до гіпертрофованого переслідування певних цілей на шкоду іншим.

Для осіб із провідними захистами заперечення, придушення і витіснення, а також стійким прагненням блокувати все, що так чи інакше пов'язане з травматичним епізодом, в якості основних використовувалися такі методи: техніка систематичної десенсибілізації Дж. Вольпе і техніка візуально-кінестетичної дисоціації, що дозволяли знизити емоційно-негативні реакції на травму; техніки «подолання афекту» через візуалізацію приємних спогадів, стимуляцію сміху та іронії як можливість оживити альтернативний травматичний життєвий досвід і знизити інтенсивність неадаптивних психозахисних реакцій; вироблення й проведення ритуалів прощання, що дозволяють завершити минулі відносини та розкрити перспективи майбутнього.

Вважається, що найважливішим внутрішнім ресурсом особистості в боротьбі зі стресами є навички саморегуляції. Методи психічної саморегуляції спрямовані на зміну представленого в свідомості людини психічного образу життєвої ситуації з метою мобілізації процесів психосоматичної взаємодії, оптимізації психоемоційного стану та відновлення повноцінного функціонування. Застосування методик психічної саморегуляції дозволяє редукувати тривогу, страх, дратівливість, конфліктність; активізувати пам'ять й мислення; нормалізувати сон і вегетативні дисфункції; збільшити ефективність професійної діяльності; навчити прийомам самостійного формування позитивних психоемоційних станів. В даний час відзначається особливий інтерес до методів, які можна використовувати на робочому місці, і особливо затребуваними є техніки регуляції емоцій. У дослідженні надається перевага комунікативним методам, саморегуляційним технікам, а також велика увага приділяється опрацюванню теоретичного матеріалу по заданій темі.

Висновки. Визначено системоутворюючі соціально-психологічні чинники ПТСР у молоді та розроблена структурна модель їх диференціації.

Соціально-психологічними чинниками розвитку ПТСР у молоді на особистісному рівні є: розузгодження в системі ціннісних орієнтацій, виражений внутрішній дискомфорт; негативне самоствалення; висока тривожність, емоційна нестійкість, фрустраційна напруженість; наявність акцентуацій характеру (дистимного, збудливого, циклотимного, тривожного типів); несформованість ефективних механізмів психологічного захисту; дефіцитарність адаптивних копінг-ресурсів; на міжособистісному рівні – низька комунікативна компетентність та соціальне дистанціювання; обмеженість чи відсутність соціальної підтримки та конструктивного досвіду соціальної взаємодії; зниження гнучкості та мобільності соціальної поведінки.

Соціально-психологічними чинниками подолання ПТСР у молоді в умовах сучасного соціуму на макро рівні є: соціальна підтримка та захист молоді на державному рівні; доступність та своєчасність психопрофілактичних і реабілітаційних програм, моніторинг їх впровадження; задовільний соціально-економічний статус молоді; на мезо рівні – урахування етнокультурних особливостей, релігійності, ставлення та змісту сформованих суспільних стереотипів щодо екстремальних подій та катастроф; наявність інструментальної, психологічної підтримки; ефективна соціальна інтеграція; на мікро рівні – високі соціальна та комунікативна компетентність; застосування адаптивних варіантів поведінкового копіngu й механізмів психологічного захисту; фрустраційна толерантність; сприятливий соціальний статус.

Запропонована інтегрована соціально-психологічна програма подолання ПТСР у молоді, побудована на принципах: активності, зворотного зв'язку, диференційованого підходу, доступності та комплексності психологічної допомоги, формування позитивного самоствалення і конструктивної життєвої перспективи, мобілізації адаптивних копінг-механізмів, з урахуванням провідних стратегій (особистісне дистанціювання; моделювання; зміна позиції; зниження суб'єктивної значущості) подолання ПТСР на етапах превенції, інтервенції й поственції.

Література

1. Cesario S.K. Linking cancer and intimate partner violence / S.K. Cesario, J. McFarlane, A. Nava, H. Gilroy, J. Maddoux // Clin J Oncol Nurs. – 2014. – № 18(1). – P. 65 – 73.

2. Costa S.V. Sleep problems and social support: Frailty in a Brazilian Elderly Multicenter Study / S.V. Costa, M.F. Ceolim, A.L. Neri // Rev Lat Am Enfermagem. – 2011. – № 19(4). – P. 920 – 927

3. d'Orsi E. Work, social support and leisure protect the elderly from functional loss: EPIDOSO study / E. d'Orsi, A.J. Xavier, L.R. Ramos // Rev Saude Publica. – 2011. – № 45(4). – P. 685 – 692.

4. Nabirye R.C. Occupational stress / R.C. Nabirye, K.C. Brown, E.R. Pryor, E.H. Maples // Journal Nurs Manag. – 2011. – № 19(6). – P. 760 – 768.

5. Wodarski J.S. Adolescent preventive health and team-games-tournaments: five decades of evidence for an empirically based paradigm / J.S. Wodarski, M.D. Feit // Soc. Work Public Health. – 2011. – № 26(5). – P. 482 – 512.

References

1. Cesario S.K. Linking cancer and intimate partner violence / S.K. Cesario, J. McFarlane, A. Nava, H. Gilroy, J. Maddoux // Clin J Oncol Nurs. – 2014. – № 18(1). – P. 65 – 73.

2. Costa S.V. Sleep problems and social support: Frailty in a Brazilian Elderly Multicenter Study / S.V. Costa, M.F. Ceolim, A.L. Neri // Rev Lat Am Enfermagem. – 2011. – № 19(4). – P. 920 – 927

3. d'Orsi E. Work, social support and leisure protect the elderly from functional loss: EPIDOSO study / E. d'Orsi, A.J. Xavier, L.R. Ramos // Rev Saude Publica. – 2011. – № 45(4). – P. 685 – 692.

4. Nabirye R.C. Occupational stress / R.C. Nabirye, K.C. Brown, E.R. Pryor, E.H. Maples // Journal Nurs Manag. – 2011. – № 19(6). – P. 760 – 768.

5. Wodarski J.S. Adolescent preventive health and team-games-tournaments: five decades of evidence for an empirically based paradigm / J.S. Wodarski, M.D. Feit // Soc. Work Public Health. – 2011. – № 26(5). – P. 482 – 512.

Danko D.V., Zavatskyi V.Yu.

DIFFERENTIATION OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PTSD IN YOUTH IN THE STRUCTURE OF THEIR HEALTHCARE

The article reveals the features of differentiation of socio-psychological factors of PTSD in youth in the structure of their health care. Systemic socio-psychological factors of PTSD in youth are identified and a structural model of their differentiation is

developed taking into account the degree (low, pronounced, global) and type (active-protective, passive-protective, disharmonious) of manifestations of such disorders.

The socio-psychological factors of overcoming PTSD in youth in modern society are identified: at the macro (social support and protection of youth at the state level; availability and timeliness of psychoprophylactic and rehabilitation programs, monitoring of their implementation; satisfactory socio-economic status of youth); meso (taking into account ethnocultural characteristics, religiosity, attitudes and content of formed social stereotypes regarding extreme events and disasters; availability of instrumental, psychological support; effective social integration) and micro (high social and communicative competence; use of adaptive behavioral coping options and psychological defense mechanisms; frustration tolerance; favorable social status) levels.

An integrated socio-psychological program of overcoming PTSD in youth in modern conditions has been developed and its effectiveness has been proven.

Key words: *youth, health preservation, post-traumatic stress disorder (PTSD), socio-psychological factors of overcoming PTSD.*

Данко Дана Валеріївна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної медицини та гігієни, ДВНЗ «Ужгородський національний університет»;

Завацький Вадим Юрійович – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології та соціології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

*Завацька Н.Є. (ORCID 0000-0001-8148-0998),
Федорова О.В. (ORCID 0000-0002-8254-7629),
Завацький Ю.А. (ORCID 0009-0006-0421-4200),
Лук'янюк О.В. (ORCID 0009-0004-0173-1363),
Кривобогова Н.П. (ORCID 0000-0001-9872-6843),
Каськов І.О. (ORCID 0000-0002-3560-140X)*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ АДАПТИВНОЇ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті розкрито соціально-психологічні характеристики адаптивної копінг-поведінки молоді в умовах закладу вищої освіти. Визначено особливості та проведено диференціацію основних форм копінг-поведінки студентів в умовах освітніх закладів різного типу: адаптивної, неадаптивної (псевдоадаптивної), дезадаптивної.

З'ясовано, що основними характеристиками адаптивної копінг-поведінки студентської молоді є її осмисленість, цілеспрямованість, контрольованість ситуації, регуляція рівня стресу, а також можливість навчання такій формі поведінки. Показано, що найважливішим компонентом адаптивної копінг-поведінки є копінг-стратегія вирішення проблеми, завдяки якій обираються і розглядаються альтернативні варіанти її розв'язання і конструктивне опанування. Констатовано, що активне опанування складних ситуацій є когнітивно зумовленим процесом поведінки, в результаті якого формується загальна соціальна компетентність студентів в навчальному закладі.

Встановлено відсутність статистично значущої залежності між сформованістю адаптивною копінг-поведінки студентської молоді та типом освітнього закладу відповідно до рівня його акредитації та профілю навчання (гуманітарного, технічного, економічного), й показана необхідність дослідження її детермінант в інтра- та інтер-індивідуальних ресурсах особистості.

Виокремлено системоутворюючі соціально-психологічні детермінанти адаптивної копінг-поведінки студентської молоді на інтраіндивідуальному (збалансованість когнітивного, поведінкового та емоційного компонентів копінг-стратегій, розвиненість їх когнітивно-оцінних механізмів; раціональна

керованість поведінки в нестандартних ситуаціях; усвідомлена спрямованість копінг-стратегій на джерело стресу; переважання копінг-стратегій, спрямованих на активне вирішення проблем, прийняття відповідальності, позитивна переоцінка й самоконтроль; обрання стратегій поведінки з високим адаптивним потенціалом) та інтеріндивідуальному (гнучкість і мобільність соціальної поведінки, наявність розвинутої мережі соціальної підтримки (емоційної, інструментальної, психологічної), сприятливий соціальний статус, конструктивний досвід соціальної взаємодії, ефективна соціальна інтеграція) рівнях.

Ключові слова: *молодь, заклади вищої освіти, копінг-поведінка, копінг-стратегії, копінг-ресурси.*

Постановка проблеми. Мінливість соціально-психологічних детермінант системи екзистенційного існування особистості, її активне навчання і становлення спонукають до усвідомлення необхідності пошуку якісно нових форм опанувальної поведінки. Одним із найвагоміших оптимізаційних ракурсів постає проблема вибору адаптивних стратегій копінг- поведінки молоддю, яка прагне до самоствердження, самореалізації, самоактуалізації. Уміння опановувати складні життєві ситуації є особливо актуальним для студентської молоді як соціально-вікової групи, що перебуває в умовах кризи ситуації та кризи розвитку. Така уразливість особистості в цей період слугує підставою для необхідності дослідження детермінант її адаптивної копінг-поведінки як істотної складової соціальної поведінки. Тому серед нагальних проблем психологічної служби різномісних освітніх закладів чітко виокремлюються нові вимоги щодо допомоги студентству у виробітці опанувальних компетенцій під час навчання та формування адаптивних стратегій копінг-поведінки [1-6].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз емпіричних досліджень проблематики копінг-поведінки особистості показав, що вона представлена загальнотеоретичними та прикладними підходами (Г. Балл, О. Бондаренко, Л. Долинська, Н. Завацька, А. Коваленко, І. Корнієнко, С. Максименко, Е. Носенко, Н. Родіна, М. Савчин, Т. Титаренко, Н. Шевченко та ін.), в яких розкриті питання особистісного і професійного розвитку, оволодіння способами копінг-поведінки, проблеми адаптації і професіоналізації, особливості застосування активних соціально-психологічних методів навчання та психологічної допомоги. При цьому значну частку складають дослідження, присвячені стратегіям реалізації життєвого потенціалу (С. Гарькавець, М. Тоба

та ін.) та аналізу категорії життєвого шляху особистості (В. Бочелюк, А. Журба та ін.), психологічним основам випереджальної стратегії її поведінки (Ю. Бохонкова та ін.) і особливостям поведінкових стратегій подолання стресу в період професіоналізації (І. Афоніна, Л. Пілецька та ін.), життєвій перспективі в юнацькому віці (З. Ковальчук та ін.), а також стратегіям та механізмам психологічної адаптації особистості до умов перехідного періоду в суспільстві (А. Борисюк, І. Ващенко, О. Луценко та ін.). Констатовано, що найбільший досвід експериментальних досліджень копінг-поведінки представлений у таких галузях психологічної науки, як вікова психологія (І. Корнієнко, С. Кузікова, Т. Ткач та ін.), медична психологія (Л. Бурлачук, О. Кочарян), психології праці (О. Шевяков та ін.). Проте, в цілому проблема вивчення адаптивної копінг-поведінки особистості й, зокрема, студентської молоді, характеризується невизначеністю, багатозначністю розуміння й розрізненістю в підходах до дослідження поведінкових особливостей. Розбіжності в поглядах різних авторів (Д. Басс, С. Ворчел, М. Купер, Дж. М. Сміт, Дж. Тобі та ін.) стосуються як самих понять «копінг-поведінка», «копінг-стратегія», «копінг-ресурс», так і уявлень про їх чинники й механізми формування. Крім того, проблема визначення соціально-психологічних детермінант адаптивної копінг-поведінки студентства в різнотипових освітніх закладах та цілеспрямованого її формування в умовах соціальних змін, ще не виступала предметом спеціального дослідження.

Мета статті – розкрити соціально-психологічні характеристики адаптивної копінг-поведінки молоді в умовах закладу вищої освіти.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Показано, що вивчення феномена поведінки, його природи здійснювалося численними психологічними школами, які відрізняються широкою варіативністю основних концепцій (Л. Бурлачук, В. Мерлін, Д. Міллер, Г. Олпорт, А. Прангішвілі, Д. Роттер, Б. Скіннер, Д. Узнадзе, З. Фрейд, Е. Фром). Встановлено, що різновидом соціальної поведінки особистості є її копінг-поведінка, яка визначається як індивідуальний спосіб взаємодії людини з проблемною ситуацією, та охоплює широкий спектр її активності – від несвідомих психологічних захистів до цілеспрямованого, свідомого подолання впливу несприятливих чинників (Дж. Амірхан, Н. Ендлер, Р. Лазарус, С. Фолкман, Е. Фрайденберг, Е. Хейм).

Визначено, що копінг-поведінка переважно розглядається як: *Его-процеси*, спрямовані на продуктивну адаптацію особистості у важких ситуаціях, коли функціонування копінг-процесів передбачає включення когнітивних, моральних,

соціальних і мотиваційних структур в процес вирішення проблеми; *якості особистості*, що дозволяють використовувати відносно постійні варіанти відповіді на проблемну ситуацію, а саме копінг, спрямований на оцінку (логічний аналіз, переоцінка ситуації тощо), копінг, спрямований на проблему (модифікація, зменшення чи усунення джерела проблеми) або копінг, спрямований на емоції (зниження емоційної напруги і відновлення афективної рівноваги); динамічний процес, що визначається суб'єктивністю переживання проблемної ситуації за допомогою активної (цілеспрямоване усунення або послаблення несприятливого впливу) чи пасивної (використання механізмів психологічного захисту, спрямованих на зниження емоційної напруги) форм копінг-поведінки (Дж. Амірхан, Д. Брайт, Ф. Джонс, Л. Перлін, Г. Хайнес, Е. Хейм, К. Шулер).

З'ясовано, що копінг-поведінка особистості реалізується за допомогою обраних *копінг-стратегій* на основі особистісних *копінг-ресурсів*. Показано, що сукупність стратегій, близьких за значенням, утворюють стилі копінг-поведінки, серед яких виокремлюють *проблемно-орієнтований* стиль, спрямований на раціональний аналіз проблеми і пов'язаний зі створенням і виконанням плану її вирішення; *емоційно-орієнтований*, який активізується внаслідок емоційного реагування на ситуацію та не супроводжуються конкретними діями; *орієнтований на уникнення*, що обумовлює, насамперед, соціальне відсторонення, не вирішуючи наявну проблему. Показано, що у стрижні стилів копінг-поведінки перебувають дійові копінг-стратегії, серед яких базисними є «вирішення проблеми», «пошук соціальної підтримки», «уникнення» (Дж. Амірхан, В. Конвей, І. Корнієнко, Р. Лазарус, С. Фолкман). При цьому дослідниками наголошується, що не існує таких стратегій, які б були ефективні для всіх ситуацій неуспіху, а вибір ефективних способів опанування зумовлюється особистісними властивостями особистості, її ресурсами та параметрами ситуації, у яких опиняється особистість.

Встановлено, що *копінг-ресурсами* є відносно стабільні характеристики особистості (Я-концепція, локус контролю, емпатія, сприйняття соціальної підтримки та ін.) і середовища (соціальні зв'язки, що сприяють розвитку копінг-стратегій, пошук соціальної підтримки або уникнення). Констатовано, що важливим критерієм адаптивної копінг-поведінки є гнучкість та різноманітність використання копінг-стратегій в залежності від структури проблеми, що сприяє скорішому її вирішенню (Р. МакКрай, Н. Родіна, С. Ченг, М. Чеунг).

Визначено, що найбільш гостро проблема актуалізації адаптивних стратегій копінг-поведінки особистості стосується студенської молоді як особливої соціально-вікової групи, яка здійснює вибір головних життєвих цілей, визначається з життєвими планами та стратегіями реалізації життєвого шляху, починає реалізацію життєвої позиції (Е. Кологривова, С. Кузікова, О. Лосієвська, В. Осипенко, Р. Павелків, Т. Щербак). Здебільшого основні напрямки та завдання реалізації особистості в цей період супроводжуються нормативними кризами, серед яких найбільш типовими вважаються кризи становлення особистості та кризи ситуації (О. Груб'як, О. Кочарян, Е. Еріксон, Т. Титаренко). Констатовано, що обираючи між пріоритетами і напрямками реалізації, студентська молодь виробляє стратегії поведінки, які можуть набувати як адаптивного характеру, що сприяє конструктивному подоланню життєвих криз та особистісному зростанню, так і дезадаптивного (Р. Лазарус).

Показано, що несамостійність в прийнятті рішень, розгубленість, безпорадність, претензійність, знижена критичність у ставленні до себе, збільшена вимогливість до турботи інших про себе, підвищена увага до внутрішнього світу, різноманітні компенсаторні реакції порушують процес адаптації студентів та виробітку адаптивних стратегій копінг-поведінки. Тому, в період навчання, нагальною постає потреба у створенні сприятливих умов для формування адаптивної копінг-поведінки та розвитку особистості загалом. Крім того, опанувальні вміння є органічною складовою процесу входження і освоєння нового соціального середовища, які забезпечують оптимальні умови не лише для реалізації молоддю людиною її потреб, цілей, цінностей, але і для зміни самого середовища, умов самореалізації особистості.

З'ясовано, що основними характеристиками адаптивної копінг-поведінки студентської молоді є її осмисленість, контрольованість ситуації, регуляція рівня стресу, цілеспрямованість, а також можливість навчання такому виду поведінки.

Констатовано, що досліджуваним характерне прагнення до емоційного вирішення життєвих труднощів, оскільки це відповідає змісту самих проблем в цьому віковому періоді. Більш притаманними є емоційно-орієнтовані варіанти копінг-стратегій («втеча-уникнення», «конфронтація», «дистанціювання», «пошук соціальної підтримки») (за методикою А. Лазаруса), які вважаються менш продуктивними, у порівнянні з проблемно-орієнтованими стратегіями.

Встановлено, що поширеними копінг-стратегіями студентської молоді (за методикою Е. Хейма) є: «емоційна розрядка» (Б2), «ігнорування» (А1), «відволікання» (В1), «придушення емоцій» (Б3), «агресивність» (Б8), «активне

уникнення» (B3), «смирненість» (A2), «проблемний аналіз» (A5), тобто домінування емоційних та поведінкових варіантів копінг-стратегій над когнітивними, частково адаптивних й неадаптивних – над адаптивними. Показано, що обмежене використання когнітивних варіантів копінг-стратегій обумовлює недостатньо високу ефективність вирішення проблем, а відтак саме розвиток та використання когнітивних копінг-стратегій може значною мірою збагатити та посилити копінг-ресурси студентської молоді.

З'ясовано, що вибір копінг-стратегій корелює з оцінкою проблеми (її суб'єктивною значимістю, стресогенністю, контрольованістю) і особистісними змінними (самооцінкою, самоприйняттям і самоконтролем) ($p \leq 0,05$). Так, студенти з високою самооцінкою, інтернальним локусом контролю, схильні вибирати інструментальні, проблемно-орієнтовані способи поведінки ($\chi^2=14,31$; $p \leq 0,05$). Натомість, студенти з низькою самооцінкою і високим рівнем тривожності (незалежно від суб'єктивної оцінки ситуації) віддавали перевагу пошуку соціальної підтримки ($\chi^2=13,92$; $p \leq 0,05$). Виявлено позитивний зв'язок між високим рівнем тривожності та емоційним копінгом, з одного боку, і низькою успішністю – з іншого. При вивченні процесу адаптації до повсякденних стресів у студентів було виявлено, що активна поведінкова боротьба з труднощами, концентрація на вирішенні проблеми сприяє зміцненню психологічного стану, а уникнення і емоційне регулювання, навпаки, призводять до появи або посилення невротичної симптоматики.

Визначено, що показники вираження конфронтаційного копінгу мають позитивні кореляційні зв'язки з усіма компонентами життєстійкості досліджуваних та з її інтегральними значеннями. Такий компонент життєстійкості, як залучення, має значущі зв'язки з копінг-стратегіями планування розв'язання проблем і позитивною переоцінкою ($r=0,56$ та $r=0,63$; $p \leq 0,01$ відповідно). Інтегральний показник життєстійкості має значущі зв'язки з вираженням копінг-стратегій конфронтації та планування вирішення проблеми ($r=0,69$ та $r=0,61$; $p \leq 0,01$ відповідно). Встановлено позитивний зв'язок життєстійкості з копінг-стратегією планування вирішення проблеми ($r=0,51$; $p \leq 0,01$) і копінг-стратегією позитивної переоцінки ($r=0,57$; $p \leq 0,01$).

Кореляційний аналіз взаємозв'язків смисложиттєвих орієнтацій виявив прямі кореляції між параметром цілей в житті та процесом життя ($r=0,62$; $p \leq 0,05$), локусом контролю-Я ($r=0,59$; $p \leq 0,05$), локусом контролю-життя ($r=0,66$; $p \leq 0,05$). Встановлено зворотні кореляційні зв'язки між параметром локус контролю-Я та копінг-стратегією втечі-уникання ($r=-0,45$; $p \leq 0,05$), а також прямий зв'язок між

цим параметром й копінг-стратегією планування вирішення проблеми ($r=0,49$; $p\leq 0,05$). Виявлений зворотний зв'язок у досліджуваних із адаптивними стратегіями поведінки з внутрішнім локусом контролю ($r=-0,41$; $p\leq 0,05$) та загальною усвідомленістю життя ($r=-0,52$; $p\leq 0,05$). Це вказує на те, що вирішення складних проблемних ситуацій впливає на адаптивні стратегії поведінки та пов'язане з загальним показником усвідомлення життя.

Встановлено, що проблемно-орієнтовані копінг-стратегії студентів позитивно корелюють з їх адаптивністю та життєстійкістю ($r=0,71$ та $r=0,67$; $p\leq 0,01$ відповідно), і негативно – з рівнем стресу ($r=-0,42$; $p\leq 0,05$); емоційно-орієнтовані, навпаки, мають негативний вплив на показники життєстійкості та посилюють стрес, оскільки не сприяють вирішенню проблеми.

Констатовано, що особистісні копінг-ресурси досліджуваних впливають на процес соціальної взаємодії, набуття та застосування адаптивних умінь і навичок, визначають усвідомлений вибір найбільш ефективних адаптивних стратегій поведінки. Виявлено найбільш вживані адаптивні стратегії поведінки студентів. Так, більшість (53,9% досліджуваних) схильні до активної зміни зовнішнього середовища або себе, але в решти студентів простежується тенденція до пасивних стратегій поведінки: пасивне підпорядкування умовам оточення та пасивне очікування зовнішніх змін.

Виявлено, що адаптивні стратегії поведінки мають зворотні кореляції з пошуком соціальної підтримки ($r=-0,34$; $p\leq 0,05$), дистанціюванням ($r=-0,42$; $p\leq 0,05$) та втечею-униканням ($r=-0,56$; $p\leq 0,05$). Показано, що адаптивні стратегії прямо корелюють зі здатністю до прогнозування ($r=0,71$; $p\leq 0,05$), а також з конфронтацією ($r=0,51$; $p\leq 0,05$), зі стратегією планування вирішення проблеми ($r=0,49$; $p\leq 0,05$) та прийняттям відповідальності ($r=0,42$; $p\leq 0,05$). Це означає, що досліджувані в складній ситуації докладають активних зусиль щодо її подолання, прагнуть самостійно змінювати ситуацію та впливати на неї.

Встановлено зростання ролі соціальної підтримки при збільшенні сили стресу. При цьому найважливішим компонентом підтримки є саме емоційна підтримка, що корелює з даними досліджень, які свідчать про отримання необхідної соціальної підтримки в студентській групі і відповідне зменшення кількості осіб із порушенням психічної адаптації у формі загострення акцентуїтованих рис і невротичних явищ (Д. Брайт, Ф. Джонс).

Показано, що за даними соціометрії, у студентів, які мають високий соціометричний статус, спостерігається виражене покращення соціальної адаптації в умовах адаптаційної напруженості, в той час як у непопулярних в

групі студентів зафіксована тенденція до виявлення і поглиблення адаптаційних порушень ($p \leq 0,05$), що ускладнює процес формування адаптивних стратегій копінг-поведінки.

Дисперсійний аналіз довів відсутність залежності між обранням стратегій копінг-поведінки студентською молоддю та типом освітнього закладу відповідно до рівня його акредитації та профілю навчання (гуманітарного, технічного, економічного). Встановлено, що за всіма шкалами WCQ рівні значимості перевищують $p > 0,05$.

Застосування кластерного аналізу методом К-середніх дозволило виокремити 3 кластери за основними формами копінг-поведінки студентів відповідно до застосованих ними копінг-стратегій та провести диференціацію вибірки за формою копінг-поведінки. Для розподілу досліджуваних в підгрупах використовувалися тести Колмогорова-Смирнова і χ^2 , які показали приналежність вибірки до нормального розподілу з високою вірогідністю ($p \leq 0,01$). Це підтвердило правомірність використання даних у виокремлених підгрупах для отримання статистично значущих результатів при подальшому застосуванні методів параметричної статистики та надало можливість визначити соціально-психологічні детермінанти копінг-поведінки студентської молоді.

Встановлено, що *адаптивну* форму копінг-поведінки, яку виявили 69 (45,4%) студентів (I група) детермінують: збалансованість когнітивного, поведінкового та емоційного компонентів копінг-стратегій і розвиненість їх когнітивно-оцінних механізмів; раціональна керованість поведінки в нестандартних ситуаціях; усвідомлена спрямованість копінг-стратегії на джерело стресу; переважання копінг-стратегій, спрямованих на активне розв'язання проблем й на прийняття відповідальності, позитивну переоцінку і самоконтроль; схильність до обирання стратегій з високим адаптивним потенціалом (наприклад, стратегію активної зміни себе); особистісні копінг-ресурси, які сприяють розвитку адаптивних копінг-стратегій (відсутність ознак дезадаптивності; наявність ефективної мережі соціальної підтримки, конструктивний досвід соціальної взаємодії, сприятливий соціальний статус тощо).

Висновки. Визначено особливості та проведено диференціацію основних форм копінг-поведінки студентів в умовах освітніх закладів різного типу: адаптивної, неадаптивної (псевдоадаптивної), дезадаптивної.

З'ясовано, що основними характеристиками адаптивної копінг-поведінки студентської молоді є її осмисленість, цілеспрямованість, контрольованість ситуації, регуляція рівня стресу, а також можливість навчання такої форми

поведінки. Показано, що найважливішим компонентом адаптивної копінг-поведінки є копінг-стратегія вирішення проблеми, завдяки якій обираються і розглядаються альтернативні варіанти її розв'язання і конструктивне опанування. Констатовано, що активне опанування складних ситуацій є когнітивно зумовленим процесом поведінки, в результаті якого формується загальна соціальна компетентність студентів в навчальному закладі.

Встановлена відсутність статистично значущої залежності між сформованістю адаптивною копінг-поведінки студентської молоді та типом освітнього закладу відповідно до рівня його акредитації та профілю навчання (гуманітарного, технічного, економічного), й показана необхідність дослідження її детермінант в інтра- та інтер-індивідуальних ресурсах особистості.

Виокремлено системоутворюючі соціально-психологічні детермінанти адаптивної копінг-поведінки студентської молоді на *інтраіндивідуальному* (збалансованість когнітивного, поведінкового та емоційного компонентів копінг-стратегій, розвиненість їх когнітивно-оцінних механізмів; раціональна керуваність поведінки в нестандартних ситуаціях; усвідомлена спрямованість копінг-стратегій на джерело стресу; переважання копінг-стратегій, спрямованих на активне вирішення проблем, прийняття відповідальності, позитивна переоцінка й самоконтроль; обрання стратегій поведінки з високим адаптивним потенціалом) та *інтеріндивідуальному* (гнучкість і мобільність соціальної поведінки, наявність розвинутої мережі соціальної підтримки (емоційної, інструментальної, психологічної), сприятливий соціальний статус, конструктивний досвід соціальної взаємодії, ефективна соціальна інтеграція) рівнях.

Література

1. Aldwin C.M. Coping and self-regulation across the lifespan / C.M. Aldwin, E.A. Skinner, A. Taylor, M.J. Zimmer-Gembeck // Handbook of Lifespan Development / Eds: K. Fingerman, C. Berg, T. Antonucci, J. Smith. – N.-Y. : Springer, 2011. – P. 563 – 589.
2. Carver G.S. Personality and coping / C.S. Carver, J. Connor-Smith // Annual Review of Psychology. – 2010. – Vol. 61. – P. 679 – 704.
3. Lazarus R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping / R. Lazarus // Journal of Personality. – 2006. – Vol. 74, № 1. – P. 9 – 43.

4. Raftery A.E. Variable Selection for Model-Based Clustering / A.E. Raftery, N. Dean // Journal of the American Statistical Association. – 2006. – Vol. 101, № 473. – P. 68 – 178.

5. Skinner E.A. Perceived control, coping, and development / E.A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck // Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping / S. Folkman. – Oxford, Great Britain : Oxford University Press, 2010. – P. 35 – 59.

6. Skinner E.A. The development of coping / E.A. Skinner, M.J. Zimmer-Gembeck // Annual Review of Psychology. – 2007. – Vol. 58. – P. 119 – 144.

References

1. Aldwin C.M. Coping and self-regulation across the lifespan / C.M. Aldwin, E.A. Skinner, A. Taylor, M.J. Zimmer-Gembeck // Handbook of Lifespan Development / Eds: K. Fingerhman, C. Berg, T. Antonucci, J. Smith. – N.-Y. : Springer, 2011. – P. 563 – 589.

2. Carver G.S. Personality and coping / C.S. Carver, J. Connor-Smith // Annual Review of Psychology. – 2010. – Vol. 61. – P. 679 – 704.

3. Lazarus R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping / R. Lazarus // Journal of Personality. – 2006. – Vol. 74, № 1. – P. 9 – 43.

4. Raftery A.E. Variable Selection for Model-Based Clustering / A.E. Raftery, N. Dean // Journal of the American Statistical Association. – 2006. – Vol. 101, № 473. – P. 68 – 178.

5. Skinner E.A. Perceived control, coping, and development / E.A. Skinner, M. J. Zimmer-Gembeck // Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping / S. Folkman. – Oxford, Great Britain : Oxford University Press, 2010. – P. 35 – 59.

6. Skinner E.A. The development of coping / E.A. Skinner, M.J. Zimmer-Gembeck // Annual Review of Psychology. – 2007. – Vol. 58. – P. 119 – 144.

Zavatska N.Ye., Fedorova O.V., Zavatsky Yu.A., Luk'yaniuk O.V., Kryvobogova N.P., Kaskov I.O.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADAPTIVE COPING BEHAVIOR OF YOUTH IN THE CONDITIONS OF A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

The article reveals the socio-psychological characteristics of adaptive coping behavior of youth in the conditions of a higher education institution. The features are determined and the main forms of coping behavior of students in the conditions of

educational institutions of various types are differentiated: adaptive, non-adaptive (pseudo-adaptive), maladaptive.

It was found that the main characteristics of adaptive coping behavior of student youth are its meaningfulness, purposefulness, controllability of the situation, regulation of stress levels, as well as the possibility of teaching this form of behavior. It is shown that the most important component of adaptive coping behavior is the coping strategy for solving the problem, thanks to which alternative solutions to it and constructive mastery are selected and considered. It is stated that the active mastery of difficult situations is a cognitively conditioned process of behavior, as a result of which the general social competence of students in an educational institution is formed.

The absence of a statistically significant dependence between the formation of adaptive coping behavior of student youth and the type of educational institution according to the level of its accreditation and the profile of education (humanitarian, technical, economic) is established, and the need to study its determinants in the intra- and inter-individual resources of the personality is shown.

System-forming socio-psychological determinants of adaptive coping behavior of student youth at the intra-individual (balance of cognitive, behavioral and emotional components of coping strategies, development of their cognitive-evaluative mechanisms; rational controllability of behavior in non-standard situations; conscious orientation of coping strategies to the source of stress; predominance of coping strategies aimed at active problem solving, acceptance of responsibility, positive reappraisal and self-control; selection of behavioral strategies with high adaptive potential) and inter-individual (flexibility and mobility of social behavior, presence of a developed social support network (emotional, instrumental, psychological), favorable social status, constructive experience of social interaction, effective social integration) levels are identified.

Key words: *youth, higher education institutions, coping behavior, coping strategies, coping resources.*

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Федорова Олена Вікторівна – кандидат економічних наук, доцент, доцентка кафедри економіки, менеджменту і туристичного бізнесу Дніпровського інституту МАУП;

Завацький Юрій Анатолійович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Лук'янюк Олександр Васильович – старший викладач кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Кривобогова Наталія Петрівна – старший викладач кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Каськов Ігор Олегович – аспірант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ОСОБИСТІСНИХ ДЕСТРУКЦІЙ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ЖИТТЯ

У статті розкрито психологічні детермінанти особистісних деструкцій в кризових ситуаціях життя. Визначено негативний (кризовий) тип особистісного ставлення досліджуваних до ситуації тимчасової втрати працездатності, який відрізняє неготовність до її прийняття, розгляд наявних умов як кризових зі спотворенням життєвих планів і перспектив, та адаптивний (конструктивний) тип, із адекватною оцінкою ситуації, що склалася, її прийняттям, формуванням адаптивної моделі поведінки. Встановлено, що детермінантами особистісних деструкцій в умовах тимчасової втрати працездатності є соціально-психологічні характеристики, які зумовлюють негативні зміни когнітивної, емоційної, смислової та комунікативної сфер особистості. В якості індикаторів деструкцій когнітивної сфери особистості виступають ригідність, обмеженість мислення і консерватизм; емоційної сфери – психоемоційне виснаження, емоційна нестійкість; смислової сфери – редукція особистісних досягнень, недостатня пізнавальна активність, комунікативної сфери – соціальне дистанціювання, зниження міжособистісних контактів, замкнутість та центрованість на собі. Враховуючи показники самооцінки, оцінки продуктивності інтервалів життя, соціально-психологічної адаптованості, рівня суб'єктивного контролю, антиципаційної спроможності (прогностичної компетентності), копінг-поведінки та її стратегій, особливостей інтраперсональних відносин, а також параметрів соціальної підтримки, були визначені інтраперсональні та інтерперсональні показники особистісних деструкцій в умовах тимчасової втрати працездатності. Інтраперсональні

показники вказують на неадекватність та нестійкість самооцінки, фрустраційну напруженість, емоційну нестійкість, неузгодженість різних аспектів «Я» (цілісності, інтегрованості), несбалансованість локусу контролю, підвищену ригідність й конформність, звужений діапазон сприйняття можливостей самореалізації, неоптимальну життєву програму, відсутність гнучкості, недостатній рівень розвитку прогностичної компетентності у поєднанні з умовно-конструктивним копінгом, орієнтованим на емоції, схильність до пасивних стратегій поведінки (пасивне підпорядкування умов оточення, пасивне очікування зовнішніх змін). Інтерперсональні показники визначаються недостатністю психологічної (емоційної, когнітивної) підтримки, обмеженою соціальною мережею підтримки, низьким рівнем соціальної інтеграції.

***Ключові слова:** особистісні деструкції, психологічні детермінанти, кризові ситуації життя, сучасний соціум.*

Постановка проблеми. Мінливість соціально-психологічних детермінант системи екзистенційного існування особистості, її активне навчання і становлення спонукають до усвідомлення необхідності пошуку якісно нових форм опанувальної поведінки. Одним із найвагоміших оптимізаційних ракурсів постає проблема вибору адаптивних стратегій копінг- поведінки молоддю, яка прагне до самоствердження, самореалізації, самоактуалізації. Уміння опановувати складні життєві ситуації є особливо актуальним для студентської молоді як соціально-вікової групи, що перебуває в умовах кризи ситуації та кризи розвитку. Така уразливість особистості в цей період слугує підставою для необхідності дослідження детермінант її адаптивної копінг-поведінки як істотної складової соціальної поведінки. Тому серед нагальних проблем психологічної служби різнотипових освітніх закладів чітко виокремлюються нові вимоги щодо допомоги студентству у виробітці опанувальних компетенцій під час навчання та формування адаптивних стратегій копінг-поведінки [1-3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз підходів до класифікації форм особистісних деструкцій показав, що дослідники (Д. Брайт, Ф. Джонс, Н. Завацька, Н. Максимова) зазвичай виокремлюють: часткові особистісні

деструкції, що супроводжуються деформацією особистісних потреб і мотивів, а саме фрустрацією базових потреб в безпеці, в захищеності, в приналежності до соціальної групи, в прихильності, увазі й любові з боку оточуючих; зміною змісту потреб і мотивів, їх структури; деструкціями в характері й темпераменті з уповільненням темпу психічних реакцій, зростанням емоційної збудливості, посиленням інтроверсії, наростанням ригідності, ускладненнями комунікації, адаптації до соціальних умов; порушеннями вольової регуляції поведінки та міжособистісних відносин, формуванням неадекватної самооцінки, та глибокі особистісні деструкції зі значним інтелектуальним зниження, амнестичними розладами, порушеннями критичності особистості та іншою психопатологією. Вчені виділяють тимчасові (минущі) особистісні деструкції, з подальшим відновленням функціонування всіх структурних компонентів особистості, й прогредієнтні (незворотні), з наступним особистісним дефектом. Дослідження за означеною проблематикою здебільшого були пов'язані з медичними та соціальними аспектами роботи з особами, які цілком втратили працездатність, інвалідами. Разом із цим, питання соціально-психологічних умов подолання особистісних деструкцій в кризових ситуаціях життя потребують поглибленого висвітлення.

Мета статті – розкрити психологічні детермінанти особистісних деструкцій в кризових ситуаціях життя.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. На першому етапі емпіричного дослідження було проаналізовано дані анкетування на визначення особливостей сприйняття досліджуваними ситуації тимчасової втрати працездатності, що дозволило угрупувати проблеми адаптації досліджуваних в цих умовах на фізіологічні, соціальні, конативні, психологічні (насамперед, емоційно-вольові та ін.). Крім того, анкета включала низку блоків: цілепокладання; експектації; образ «Я» і самоствердження; установки; комунікативність (комунікативну, інтерактивну та перцептивну функції спілкування); соціальна перцепція (аттитюди) у конкретиці її прояву; соціальні стереотипи і шаблони, що надало можливість виокремити *негативний (кризовий)* тип особистісного ставлення досліджуваних до ситуації тимчасової непрацездатності, який відрізняли неготовність до її прийняття, розгляд наявних умов як кризових зі спотворенням життєвих планів і перспектив, та *адаптивний*

(конструктивний) тип із адекватною оцінкою ситуації, що склалася, її прийняттям, формуванням адаптивної моделі поведінки.

Суб'єктивне бачення досліджуваних за даними анкетування та психобіографічної бесіди було співставлене з параметрами, отриманими за психодіагностичними методами. Зокрема, визначення соціально-психологічної адаптованості респондентів й самооцінки психічного стану в умовах тимчасової втрати ними працездатності проводилося із використанням методик діагностики соціально-психологічної адаптованості за К. Роджерсом, Р. Даймондом та самооцінки психічних станів за Г. Айзенком. Зв'язок між шкалами цих методик встановлювався за допомогою факторного аналізу, який здійснювався на основі кореляцій, отриманих методом моментів Пірсона.

Виявлено фактори, зміст яких виражено шкалами цих методик, що відповідають виокремленим негативному (кризовому) та адаптивному (конструктивному) типам ставлення до ситуації тимчасової втрати працездатності. За результатами факторного аналізу параметрів встановлено такі факторні навантаження за шкалами: «Адаптивність» – 0,542, «Прийняття інших» – 0,434, «Прийняття себе» – 0,645; «Домінування» – 0,636, «Внутрішній контроль» – 0,609, «Ескапізм» – 0,522, «Зовнішній контроль» – 0,397; «Ригідність» – 0,625 «Тривожність» – 0,586, «Фрустрація» – 0,608, «Агресивність» – 0,516 (відповідно за факторами «адаптивність – дезадаптивність»; «реалізм – утопізм»; «емоційний комфорт – емоційний дискомфорт»).

Дані факторного аналізу дозволили здійснити розподіл досліджуваних на дві групи: «неадаптивних» (46,2% респондентів) із негативним (кризовим) типом ставлення до ситуації тимчасової непрацездатності, які склали експериментальну групу (ЕГк) – 24,7% чоловіків й 21,5% жінок, та «адаптивних» (53,8% осіб) із адаптивним (конструктивним) типом ставлення, що увійшли до контрольної групи (КГк) – 30,4% чоловіків й 23,4% жінок, а математична обробка результатів дослідження за допомогою параметричного коефіцієнту t-критерію Стьюдента надала можливість визначити суттєві відмінності у виділених групах за всіма шкалами, що дозволяє вважати їх належними до різних вибірок.

Враховуючи нерівномірність вибірки за статтю та віком, ми проконтролювали можливі ефекти цих змінних за допомогою дисперсійного аналізу. Змінна «вік» не виявила значущих впливів, а гендерні розбіжності виявилися значущими для показників активності та зовнішнього контролю.

Методика наступного етапу емпіричного дослідження була побудована таким чином, що стало можливим вивчити ті параметри, які, за нашими припущеннями, впливають на інтраперсональні та інтерперсональні показники особистісних деструкцій досліджуваних в ситуації тимчасової втрати працездатності. При підборі методик дослідження ми керувалися їх концептуальною обумовленістю, а також критеріями високої валідності та надійності.

За результатами вивчення динаміки продуктивності життя у самосвідомості досліджуваних на основі їх самооцінки (за методикою (ОП)) та глибинної діагностики суб'єктивної картини життєвого шляху і психобіографічних характеристик (за допомогою каузометрії) встановлено, що джерелами неоптимальної життєвої програми респондентів ЕГк є нездатність ефективно поєднувати процеси цілепокладання та цілездійснення, звужений діапазон сприйняття можливостей самореалізації, категоричність суджень про ймовірність зв'язків між подіями життя й нездатність відображати негативні зв'язки між такими подіями ($\varphi=1,85$; $p\leq 0,03$). Від КГк респондентів ЕГк також вірогідно відрізняли неоптимальна життєва програма, що характеризувалася слабкою продуманістю засобів досягнення цілей, наявністю вузького спектру самореалізації, розрахованого на найближче майбутнє, відсутність гнучкості ($\varphi=1,64$; $p\leq 0,05$).

Виявлено значимі розбіжності за ступенем погодженості аспектів «Я» в часовій перспективі («Я» у нинішньому, минулому, майбутньому) між середніми значеннями критеріїв ідентичності у досліджуваних ЕГк та КГк. Особистісні самовизначення у респондентів ЕГк менш погоджені ($\varphi=2,31$; $p\leq 0,01$). За своїми індивідуально-психологічними параметрами досліджувані ЕГк відрізнялися більш вираженою емоційністю ($\varphi=2,14$; $p\leq 0,01$), конформністю ($\varphi=1,59$; $p\leq 0,05$). Можливо таке поєднання особистісних характеристик обумовлюється недостатньо чітким визначенням кордонів власного «Я», невиразним відчуттям

самототожності. До числа особистісних особливостей досліджуваних ЕГк належать також підвищена ригідність й консерватизм ($\varphi=2,25$; $p\leq 0,01$).

Констатовано тенденцію до загальної екстернальності локусу контролю у досліджуваних ЕГк в порівнянні з КГк ($\varphi=1,75$; $p\leq 0,05$). Зсув профілю особистості у бік екстернальності в ЕГк перебуває в прямій залежності з їх емоційною неврівноваженістю ($r=0,56$; $p\leq 0,05$).

Аналіз результатів «Копінг-тесту» показав, що в КГк, на відміну від ЕГк, основним є спрямований на вирішення завдань продуктивний копінг (60,7 \pm 3,2 бали). Запасним копінгом виступають відносно продуктивний уникаючий копінг (39,9 \pm 2,8 балів) й емоційний (36,7 \pm 2,3 бали). Аналіз копінга залежно від збільшення терміну непрацездатності показав, що зберігається така тенденція: в КГк переважає копінг, спрямований на вирішення завдань. В ЕГк такої тенденції не простежується.

Встановлено, що загальна здатність до прогнозування життєвих подій і ситуацій та особистісно-ситуативна складова антиципації у досліджуваних ЕГк нижче, ніж в КГк, що свідчить про складнощі реального прогнозу ситуації тимчасової непрацездатності ($\varphi=2,22$; $p\leq 0,01$).

Наступне порівняння показників антиципаційної спроможності та копінг-стратегії досліджуваних КГк показало, що вони відрізняються більшою взаємопов'язаністю в порівнянні з ЕГк. Копінг-поведінка у досліджуваних КГк орієнтована на прогнозування психотравмуючої ситуації, відрізняється більшою гнучкістю і адаптивністю. У структурі копінг-поведінки переважають активні копінг-стратегії, спрямовані на вирішення проблеми, оптимістичне ставлення до наявних труднощів ($\varphi=1,63$; $p\leq 0,05$). У досліджуваних ЕГк переважає дезадаптивний варіант копінг-поведінки, спрямований на зняття емоційної напруги й уникнення стресових ситуацій. Результати кореляційного аналізу показали, що антиципаційна неспроможність у досліджуваних ЕГк пов'язана з умовно-конструктивним копінгом, орієнтованим на емоції ($r=0,78$; $p\leq 0,01$). Крім того, недостатній рівень розвитку прогностичної компетентності в ЕГк пов'язаний з дефіцитарністю, ригідністю і зниженою соціально-психологічною адаптованістю досліджуваних ЕГк в цілому ($p\leq 0,05$).

Емпірично встановлено, що особистісні характеристики досліджуваних істотно впливають на процес соціальної взаємодії, набуття та застосування адаптивних умінь і навичок, визначають усвідомлений вибір стратегій поведінки. Виявлено, що більшість досліджуваних ЕГк схильні до пасивних стратегій: пасивне підпорядкування умов оточення, пасивне очікування зовнішніх змін

($\varphi=2,15$; $p\leq 0,01$). Характерним є те, що на рівні особистості адаптивний потенціал різних стратегій в КГк емпірично відображається у проявах адаптивності по зовнішньому та внутрішньому критерію: вираженість в поведінці найбільш продуктивних стратегій забезпечує почуття внутрішнього задоволення взаємодією і сприяє зовнішній успішності особистості. Такими стратегіями для досліджуваних КГк є: стратегії активної зміни себе і пасивної репрезентації себе.

Аналіз результатів вивчення соціальної підтримки у досліджуваних ЕГк свідчить про значущі відмінності за її параметрами в порівнянні з КГк. В ЕГк знижений як рівень емоційної та інструментальної підтримки, так і ступінь соціальної інтеграції в суспільство, у порівнянні з КГк ($\varphi=2,69$; $p\leq 0,001$). Значно нижчим виявився загальний показник соціальної підтримки ($71,5\pm 4,2$ бала) та показник ($4,4\pm 2,2$ бала) задоволеності нею ($p<0,05$). Виявлені вірогідні відмінності за розміром соціальної мережі й кількістю осіб, які входять в ядро мережі ($p\leq 0,01$). Нижчою є частота їх контактів з родичами у порівнянні з КГк ($\varphi=1,94$; $p\leq 0,02$). Крім того, в ЕГк наявна тенденція до обмеження довірчих зв'язків із оточуючими. Цим досліджуваним складніше, ніж респондентам КГк надавати оточуючим емоційну та інструментальну підтримку, про що свідчить аналіз симетричності контактів ($p\leq 0,01$). Дані інтегративного опитувальника соціальної мережі корелюють з даними опитувальника соціальної підтримки ($r=0,72$; $p\leq 0,05$).

Отже, констатувальний етап емпіричного дослідження дозволив виокремити експериментальну групу досліджуваних, які потребували системних заходів корекційного впливу за визначеними інтраперсональними та інтерперсональними показниками їх особистісних деструкцій в умовах тимчасової втрати працездатності.

Висновки. Визначено негативний (кризовий) тип особистісного ставлення досліджуваних до ситуації тимчасової втрати працездатності, який відрізняє неготовність до її прийняття, розгляд наявних умов як кризових зі спотворенням життєвих планів і перспектив, та адаптивний (конструктивний) тип, із адекватною оцінкою ситуації, що склалася, її прийняттям, формуванням адаптивної моделі поведінки.

Встановлено, що детермінантами особистісних деструкцій в умовах тимчасової втрати працездатності є соціально-психологічні характеристики, які зумовлюють негативні зміни когнітивної, емоційної, смислової та комунікативної

сфер особистості. В якості індикаторів деструкції когнітивної сфери особистості виступають ригідність, обмеженість мислення і консерватизм; емоційної сфери – психоемоційне виснаження, емоційна нестійкість; смислової сфери – редукція особистісних досягнень, недостатня пізнавальна активність, комунікативної сфери – соціальне дистанціювання, зниження міжособистісних контактів, замкнутість та центрованість на собі.

Враховуючи показники самооцінки, оцінки продуктивності інтервалів життя, соціально-психологічної адаптованості, рівня суб'єктивного контролю, антиципаційної спроможності (прогностичної компетентності), копінг-поведінки та її стратегій, особливостей інтраперсональних відносин, а також параметрів соціальної підтримки, були визначені інтраперсональні та інтерперсональні показники особистісних деструкцій в умовах тимчасової втрати працездатності.

Інтраперсональні показники вказують на неадекватність та нестійкість самооцінки, фрустраційну напруженість, емоційну нестійкість, неузгодженість різних аспектів «Я» (цілісності, інтегрованості), несбалансованість локусу контролю, підвищену ригідність й конформність, звужений діапазон сприйняття можливостей самореалізації, неоптимальну життєву програму, відсутність гнучкості, недостатній рівень розвитку прогностичної компетентності у поєднанні з умовно-конструктивним копінгом, орієнтованим на емоції, схильність до пасивних стратегій поведінки (пасивне підпорядкування умов оточення, пасивне очікування зовнішніх змін). Інтерперсональні показники визначаються недостатністю психологічної (емоційної, когнітивної) підтримки, обмеженою соціальною мережею підтримки, низьким рівнем соціальної інтеграції.

Література

1. Журба А. М. Аналіз понятійного конструкту «особистісні деструкції» в науковій літературі / А. М. Журба // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. – К. : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2015. – Вип. 42. – С. 16 – 21.

2. Журба А. М. Зміст програми соціально-психологічної корекції особистісних деструкцій при тимчасовій втраті працездатності / А. М. Журба // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського

національного університету імені Володимира Даля. – Северодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. – № 3 (38). – С. 6 – 15.

3. Wilczynska-Kwiatek A. Psychologiczny portret własny w sytuacji utraty pracy / A. Wilczynska-Kwiatek // Psychologia / Badania i aplikacje. T.6. Bezrobocie jako wyzwanie / Red. Z. Ratajczak. – Katowice, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2004. – S. 97 – 110.

References

1. Zhurba A. M. Analiz poniatinoho konstruktivnoho «osobystisni destruktsii» v naukovi literaturi / A. M. Zhurba // Aktualni problemy psykholohii : zb. nauk. prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy / Za red. S. D. Maksymenka, L. M. Karamushky. – K. : Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2015. – Vyp. 42. – S. 16 – 21.

2. Zhurba A. M. Zmist prohramy sotsialno-psykholohichnoi korektsii osobystisnykh destruktsii pry tymchasovii vtrati pratsezdatnosti / A. M. Zhurba // Teoretychni i prykladni problemy psykholohii : zb. nauk. prats Skhidnoukrajinskoho natsionalnogo universytetu imeni Volodymyra Dalia. – Sievierodonetsk : Vyd-vo SNU im. V. Dalia, 2015. – № 3 (38). – S. 6 – 15.

3. Wilczynska-Kwiatek A. Psychologiczny portret własny w sytuacji utraty pracy / A. Wilczynska-Kwiatek // Psychologia / Badania i aplikacje. T.6. Bezrobocie jako wyzwanie / Red. Z. Ratajczak. – Katowice, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2004. – S. 97 – 110.

Zhurba A.M., Zavatska N.Ye., Blyskun O.O., Kolesnichenko Ye.S.

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF PERSONAL DESTRUCTION IN CRISIS SITUATIONS OF LIFE

The article reveals the psychological determinants of personal destruction in crisis situations of life. The negative (crisis) type of the personal attitude of the subjects to the situation of temporary disability was determined, which is distinguished by unpreparedness to accept it, consideration of the existing conditions as crisis with distortion of life plans and prospects, and the adaptive (constructive) type, with an adequate assessment of the current situation, its acceptance, and the formation of an adaptive model of behavior. It was established that the determinants of personal destructions in conditions of temporary disability are socio-psychological characteristics that cause negative changes in the cognitive, emotional, semantic and communicative spheres of the personality. Indicators of destructions of the cognitive sphere of the personality are rigidity, limited thinking and conservatism; of the

emotional sphere - psycho-emotional exhaustion, emotional instability; semantic sphere – reduction of personal achievements, insufficient cognitive activity, communicative sphere – social distancing, decrease in interpersonal contacts, isolation and self-centeredness. Taking into account indicators of self-esteem, assessment of productivity of life intervals, socio-psychological adaptability, level of subjective control, anticipatory ability (prognostic competence), coping behavior and its strategies, features of interpersonal relationships, as well as parameters of social support, intrapersonal and interpersonal indicators of personal destructions in conditions of temporary disability were determined. Intrapersonal indicators indicate inadequacy and instability of self-esteem, frustration tension, emotional instability, inconsistency of various aspects of the "I" (integrity, integration), imbalance of the locus of control, increased rigidity and conformity, narrowed range of perception of opportunities for self-realization, suboptimal life program, lack of flexibility, insufficient level of development of predictive competence in combination with conditional-constructive coping, oriented on emotions, tendency to passive behavioral strategies (passive submission to environmental conditions, passive expectation of external changes). Interpersonal indicators are determined by insufficient psychological (emotional, cognitive) support, limited social support network, low level of social integration.

Key words: *personal destruction, psychological determinants, crisis situations of life, modern society.*

Журба Анатолій Миколайович – кандидат психологічних наук, запрошений науковий співробітник кафедри трудотерапії факультету медичних наук Реді, Університет Манітоби, Канада;

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Блискун Олена Олександрівна – доктор психологічних наук, професор, професорка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Колесніченко Євген Сергійович – аспірант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

Лукашов О.О. (ORCID 0009-0007-0485-5128),
Бочелюк В.Й. (ORCID 0000-0001-8727-3818),
Завацька Н.Є. (ORCID 0000-0001-8148-0998),
Колесніченко О.С. (ORCID 0009-0001-4403-8225)

ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ КОМПОНЕНТІВ СОЦІАЛЬНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ОНТО-, СОЦІО- ТА ПРОФЕСІОГЕНЕЗІ

У статті розкрито особливості функціонування компонентів соціальної відповідальності особистості в онто-, соціо- та професіогенезі. Виявлення особливостей функціонування компонентів соціальної відповідальності особистості в онто-, соціо- та професіогенезі дозволило виокремити показники та рівні її сформованості. Показниками сформованості соціальної відповідальності особистості за когнітивно-оцінним компонентом є соціальна поінформованість особистості та її соціальна обізнаність; за ціннісно-нормативним компонентом: просоціальна спрямованість, що виявляється в альтруїстичних мотивах, просоціальних цінностях та ціннісних орієнтаціях, соціальній спрямованості визнаної відповідальності; за організаційно-діяльнісним компонентом: соціальна самостійність, яка проявляється в умінні передбачати та прогнозувати особисті та соціально значущі наслідки своїх дій; здатність до рефлексії своєї поведінки, здатність до емпатії; соціальна активність, що виявляється у здатності до прояву ініціативи та здійснення соціально значущої діяльності, до прийняття додаткових обов'язків.

Серед рівнів сформованості соціальної відповідальності особистості виокремлено початковий, що характеризується незначним обсягом знань про соціальну відповідальність; поверхневими судженнями щодо соціальної відповідальності; низьким ступенем усвідомлення соціальної відповідальності у життєвій перспективі; розгубленістю та сумнівами щодо правильності поведінки у ситуації соціальної відповідальності; безініціативністю, уникненням рефлексії; нейтральністю емоції, протестом проти необхідності виявляти вольові зусилля у ситуації соціальної відповідальності; ситуативний, що характеризується повним, але не глибоким обсягом знань про соціальну відповідальність; нестійкою оцінкою важливості соціальної відповідальності у

професійній діяльності та життєдіяльності загалом; низьким рівнем мотивації на розвиток соціальної відповідальності; відсутністю рефлексії щодо вибору та прийняття на себе відповідальності за власний вибір; короткочасним емоційним відгуком на соціальну відповідальність; переважанням зовнішніх мотивів в усвідомленні соціальної відповідальності як цінності; усвідомленням необхідності соціальної відповідальності як цінності, поза включення її до загальної ієрархії цінностей; актуальний, що характеризується диференційованим знанням про соціальну відповідальність; усвідомлення її важливості у відносинах з іншими людьми; сталістю рефлексії щодо вибору та прийняття на себе відповідальності за власний вибір; появою позитивних емоцій у ситуації соціальної відповідальності; демонстрацією цінності соціальної відповідальності у знайомих та незнайомих ситуаціях; визнанням соціальної відповідальності як особистої цінності; смислотворюючий, що характеризується широтою та глибиною знань про соціальну відповідальність; готовністю відстоювати судження та свою думку про важливість соціальної відповідальності; орієнтацією рефлексії на смисли життєдіяльності; щирістю прояву емоцій у ситуації соціальної відповідальності; усвідомленням включення соціальної відповідальності до рангу провідних цінностей.

Ключові слова: *особистість, соціальна відповідальність, особливості функціонування компонентів соціальної відповідальності, онто-, соціо-, професіогенез*

Постановка проблеми. Складний та суперечливий етап сучасного розвитку суспільства закономірно висуває проблему соціальної відповідальності особистості у розряд найбільш важливих, від вирішення якої безпосередньо залежить сучасне та майбутнє становище країни. При цьому суспільно-політичні, економічні та екологічні проблеми підкреслили той факт, що соціальна відповідальність стає невід'ємною частиною розвитку особистості, коли часто у надзвичайно складних умовах сьогодення доводиться пройти випробування на життєстійкість та сталість, а рівень сформованості соціальної відповідальності особистості має першорядне значення. Крім того, умови трансформаційного соціуму потребують установлення принципово нових відносин на основі створення дієвих та ефективних механізмів щодо соціальної відповідальності особистості з широким залученням інститутів громадянського суспільства, якому наразі потрібний не просто виконавець, а особистість, відповідальна за себе, історію країни, майбутнє цивілізації. Процес розвитку її соціальної

відповідальності передбачає як визначення концептуальних засад цього конструкту у парадигмі соціальної психології, так і з'ясування ознак та форм прояву цієї важливої особистісної якості [1-3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проведений аналіз показав, що досліджень, присвячених вивченню соціальної відповідальності особистості, вкрай недостатньо. Крім того, вони є різноспрямованими за отриманими результатами і важко піддаються порівнянню. Так, питання виховання відповідальності у підростаючого покоління порушувалися дослідженнях філософів та педагогів (І. Гербарт, М. Журба, С. Кузікова, О. Оржель, С. Тищенко та ін.). Різні аспекти відповідальності у свій час вивчалися у психолого-правовому полі (Ч. Беккарія, Л. Берковіц, К. Луттерман, Р. Селман, В. Франкл, Е. Фромм та ін.). У науці є низка самостійних напрямів у вивченні відповідальності: соціальна відповідальність як моральна категорія (Л. Кольберг, Ж. Піаже, Дж.-П. Сартр, Х. Хекхаузен та ін.), співвідношення свободи та відповідальності (К. Роджерс, Р. Селман та ін.), системний підхід до вивчення відповідальності (В. Бочелюк, З. Ковальчук, І. Попович, М. Савчин, О. Саннікова та ін.), соціальна відповідальність з позицій каузальної атрибуції (Ф. Хайдер, Ш. Шварц та ін.), співвідношення соціальної та особистої відповідальності (А. Адлер, Р. Мей, Н. Стаднік, О. Шевчук та ін.), процес формування відповідальності (Р. Вайнола, М. Вієвська, О. Кочерга, А. Куриця, О. Патинок, Е. Сколота, М. Тоба та ін.).

З'ясовано, що в останні роки низка робіт соціологів, філософів, економістів, управлінців присвячена дослідженням феномену соціальної відповідальності бізнесу. Зокрема, розкрито особливості корпоративної соціальної відповідальності з позицій крос-культурних моделей та бізнес-практик (О. Кневець, Ф. Котлер, Л. Петрашко та ін.), а також у контексті впровадження концепції гідної праці (Д. Коник, І. Лебедев, Ю. Привалов, М. Саприкіна та ін.) і соціальної звітності та аудиту як сучасних інститутів і технологій соціального розвитку (А. Колот, Ю. Мигаль, В. Шаповал та ін.).

Мета статті – розкрити особливості функціонування компонентів соціальної відповідальності особистості в онто-, соціо- та професіогенезі.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. На *першому етапі* емпіричного дослідження здійснено аналіз особливостей функціонування компонентів соціальної відповідальності досліджуваних в онто- та соціогенезі.

Проведене анкетування досліджуваних підліткового та юнацького віку виявило такі тенденції: поняття «соціальна відповідальність» усвідомлюється, але не реалізується повною мірою; знижене значення поняття соціальної

відповідальності як морально-культурної цінності з тенденцією до її девальвації та архаїзації (у неповнолітніх з асоціальною спрямованістю).

Визначено, що переважна більшість респондентів зазначених груп виявила колективістську спрямованість; провідними у життєвих ситуаціях є цінності спілкування; переважає ситуативна відповідальність, а у процесі самоуправління найменш розвиненими виявилися етапи цілепокладання, планування та корекції.

На даному етапі дослідження було проведено діагностику видів (дисциплінарна відповідальність, відповідальність за себе, відповідальність за інших, особиста відповідальність), компонентів соціальної відповідальності та локусу контролю досліджуваних.

Встановлено, що для кожного виду відповідальності характерним є зв'язок із компонентами соціальної відповідальності ($p \leq 0,05$). Дисциплінарна відповідальність пов'язана з аергічністю, результативною предметністю та взяттям відповідальності на себе. Відповідальність за себе достовірно пов'язана з емпатією та дисциплінарною відповідальністю. Відповідальність за інших достовірно пов'язана з аергічністю, соціоцентричністю (соціальна мотивація), результативною предметністю та суб'єктивністю, емпатією та взяттям відповідальності на себе. Особиста відповідальність достовірно корелює з такими змінними як аергічність, соціоцентричність, результативна предметність, стеничність, емпатія та взяття відповідальності на себе. Власне соціальна відповідальність достовірно пов'язана з аергічністю, соціоцентричністю (соціальна мотивація), результативною предметністю, суб'єктивністю та ін.

Визначено, що у неповнолітніх соціальна відповідальність складається як окрема риса особистості, що набуває, за умови позитивного впливу чинників середовища, стійкий характер. З віком суб'єктивний контроль, як регулятор соціальної відповідальності, дедалі більше залежить від ситуаційних чинників. Підлітковий вік є пороговим у регуляції соціальної відповідальності, виявляючись як інваріантна форма (стабільна риса особистості) і як ситуативна змінна.

З'ясовано, що відповідальність є показником соціальної та психологічної зрілості, який істотно впливає на становлення та розвиток особистості, та виступає важливим регулятором організації її життєдіяльності, життєвих виборів, загальнолюдських та моральних цінностей, забезпечуючи становлення суб'єкта соціально відповідальної поведінки.

Підтверджено, що соціальна відповідальність такої соціальної групи як студентство має свої особливості. По-перше, вона часто носить нестійкий

характер і залежить від ситуації; по-друге, проявляється у перевазі відповідати лише за свої вчинки та небажанні брати відповідальність за інших. З'ясовано, що у першокурсників показники соціальної зрілості, а отже, усвідомлення соціальної відповідальності, недостатньо розвинені. Випускники більшою мірою усвідомлюють соціальну відповідальність перед оточуючими та собою, відчуваючи при цьому повагу до себе як до особистості. Разом із тим, студентська молодь серед соціально значущих якостей особистості виділяє саме соціальну відповідальність, цілком усвідомлюючи, що це відповідальність перед суспільством, пов'язана з виконанням соціальних ролей і статусів, з обов'язковим дотриманням соціальних норм.

Загалом встановлено, що у підлітковому та юнацькому віці акцент у реалізації соціальної відповідальності робиться на досягненні суспільного значущого результату, у юнацькому віці переважає суб'єктно-особистісний результат і лише у зрілому віці зв'язок між суспільно значущим та суб'єктно-особистісним результатами стає визначальним. Підтверджено, що у підлітковому віці досягненню суспільно значущого результату сприяють радикалізм і прагнення до незалежності, а реалізації суб'єктно-особистісного результату перешкоджає дратівливість. У юнацькому віці підвищенню результативного компонента соціальної відповідальності сприяє екстраверсія, сумлінність та загальний інтернальний контроль. У представників юнацького віку з більш вираженою комунікабельністю, емпатією та рівнем інтернального контролю більш вираженою є й соціальна відповідальність. У зрілому віці досягненню суспільно значущого результату сприяють товариськість, сміливість, екстраверсія.

На *другому етапі* емпіричного дослідження було розкрито особливості функціонування компонентів соціальної відповідальності особистості у професіогенезі.

Виявлено специфіку взаємозв'язків компонентів соціальної відповідальності зі стажем професійної діяльності: спостерігається інтеграція компонентів, що визначають активність та спрямованість відповідальності; визначено зростання соціоцентричних та егоцентричних мотивів відповідальності (мотиви боргу, дотримання загальноприйнятих правил і норм, уникнення неприємних ситуацій засудження).

Аналіз індивідуальних дендрограм показав семантичні зв'язки соціальної відповідальності з об'єктами категорії «види діяльності». Це підтверджує, що соціальна відповідальність є важливою якістю для виконання професійних

обов'язків і досягнення намічених результатів професійної діяльності. Також соціальна відповідальність має відношення до ціннісних орієнтацій та морально-ціннісних мотивів особистості фахівця, що підтверджує велика кількість семантичних зв'язків соціальної відповідальності з об'єктами категорії «цінності та потреби». До цієї категорії також входять поняття, що характеризують властивості та якості особистості (наприклад, об'єкт «воля»), що дозволяє зробити висновок про сприйняття респондентами відповідальності як внутрішньоособистісного механізму.

З'ясовано, що соціальна відповідальність особистості фахівця є фактором, який зумовлює психологічні особливості та успішність професійної діяльності: в результаті вивчення рівня суб'єктивного контролю встановлено, що інтернальність впливає на успішність вирішення професійних завдань (чим вона вище, тим ефективніше здійснюється професійна діяльність). Можливо це пов'язано з тим, що інтернали, як правило, обирають і ставлять для себе посильні завдання, реально оцінюючи свої сили, і мають здатність самостійно контролювати свою діяльність. Визначено також, що перевага цінності досягнення у професійній діяльності взаємопов'язана з рівнем інтернальності у сфері досягнень; як професійно-ділова якість соціальна відповідальність постає як системний її прояв.

Узагальнено, що соціальна відповідальність особистості у професійній діяльності розкривається у таких її компонентах: за когнітивно-оцінним – когнітивна свідомість, обізнаність та ін.; за ціннісно-нормативним – соціоцентрична мотивація, егоцентрична мотивація, регуляторна інтернальність, регуляторна екстернальність та ін.; за організаційно-діяльнісним – динамічна ергічність, динамічна аергічність, предметна результативність, суб'єктна результативність та ін.

На *третьому етапі* емпіричного дослідження було визначено та систематизовано показники і рівні сформованості соціальної відповідальності респондентів та проведено диференціацію вибірки.

Рівні особистої соціальної відповідальності (до іншого, до компанії, до суспільства) було виокремлено за допомогою методики оцінки особистої соціальної відповідальності (Н. Анненкова).

Проведене дослідження, у яких взяли участь як студенти, так і фахівці, дозволило визначити, що за шкалою «Я – інший» у 65,7% студентів характеризуються середнім та 27,7% високим рівнем особистої соціальної відповідальності по відношенню до іншого. У той час як у 80% фахівців

зафіксовано показники високого рівня особистої соціальної відповідальності. З показниками середнього та низького рівнів у цій підгрупі виявлено по 10% респондентів відповідно. Крім того, виявлено кореляційну залежність ($r=0,2843$; $p\leq 0,01$) між віком респондентів та показниками особистої соціальної відповідальності перед «іншим». Отже, є тенденція до підвищення рівня особистої соціальної відповідальності з віком досліджуваних, що визначається реально сформованими у суспільстві структурою і характером соціальних відносин. Водночас, така складова особистої соціальної відповідальності, як відповідальність перед «іншим», безпосередньо пов'язана з перетворенням соціальної відповідальності з формальної на реальну, надає їй інтерсуб'єктного характеру та свідчить про більш соціально зрілу особистість.

Кореляційний аналіз результатів методики оцінки особистої соціальної відповідальності та 16-факторного опитувальника Р. Кеттелла виявив взаємозв'язок показників моральної нормативності поведінки (фактор «G») та рівня особистого ставлення до «суспільства» ($r=0,5423$; $p\leq 0,05$). Показано, що особиста соціальна відповідальність до «суспільства» визначається прийняттям загальноприйнятих моральних правил та норм, високим рівнем почуття обов'язку. З'ясовано, що особиста соціальна відповідальність до «іншого» має обернено пропорційну залежність з показниками емоційної чутливості (фактор «I», $r=-0,66518$; $p\leq 0,01$) та дипломатичності (фактор «N», $r=-0,51013$; $p\leq 0,05$).

Проведення факторного аналізу за результатами методики оцінки особистої соціальної відповідальності та 5-факторного особистісного опитувальника Р. МакКрая та П. Коста дозволило визначити фактори, до першого з яких увійшли показники шкали «Особиста соціальна відповідальність до іншого» (-0,92) та показники шкали «прив'язаність – відокремленість» (-0,89), «довірливість – підозрілість» (-0,83), «повага до іншого – самоповага» (-0,77), «теплота – байдужість» (-0,76), «товариськість – замкненість» (-0,74), «розуміння – нерозуміння» (-0,73). Отже, респонденти із високим рівнем особистої соціальної відповідальності по відношенню до «іншого» мають такі особистісні якості, як товариськість, довірливість і теплота у відносинах, повага та розуміння інших. Другий фактор утворений показниками шкали «Особиста соціальна відповідальність до компанії» (-0,82) та «наполегливість – відсутність наполегливості» (0,79), «акуратність – неакуратність» (0,74).

Аналіз особливостей функціонування компонентів соціальної відповідальності особистості в онто-, соціо- та професіогенезі дозволив

виокремити показники рівні її сформованості у досліджуваних: початковий, ситуативний, актуальний, смислоутворюючий.

Висновки. Виявлення особливостей функціонування компонентів соціальної відповідальності особистості в онто-, соціо- та професіогенезі дозволило виокремити показники та рівні її сформованості. Показниками сформованості соціальної відповідальності особистості за когнітивно-оцінним компонентом є соціальна поінформованість особистості та її соціальна обізнаність; за ціннісно-нормативним компонентом: просоціальна спрямованість, що виявляється в альтруїстичних мотивах, просоціальних цінностях та ціннісних орієнтаціях, соціальній спрямованості визнаної відповідальності; за організаційно-діяльнісним компонентом: соціальна самостійність, яка проявляється в умінні передбачати та прогнозувати особисті та соціально значущі наслідки своїх дій; здатність до рефлексії своєї поведінки, здатність до емпатії; соціальна активність, що виявляється у здатності до прояву ініціативи та здійснення соціально значущої діяльності, до прийняття додаткових обов'язків.

Серед рівнів сформованості соціальної відповідальності особистості виокремлено *початковий*, що характеризується незначним обсягом знань про соціальну відповідальність; поверхневими судженнями щодо соціальної відповідальності; низьким ступенем усвідомлення соціальної відповідальності у життєвій перспективі; розгубленістю та сумнівами щодо правильності поведінки у ситуації соціальної відповідальності; безініціативністю, уникненням рефлексії; нейтральністю емоції, протестом проти необхідності виявляти вольові зусилля у ситуації соціальної відповідальності; *ситуативний*, що характеризується повним, але не глибоким обсягом знань про соціальну відповідальність; нестійкою оцінкою важливості соціальної відповідальності у професійній діяльності та життєдіяльності загалом; низьким рівнем мотивації на розвиток соціальної відповідальності; відсутністю рефлексії щодо вибору та прийняття на себе відповідальності за власний вибір; короткочасним емоційним відгуком на соціальну відповідальність; переважанням зовнішніх мотивів в усвідомленні соціальної відповідальності як цінності; усвідомленням необхідності соціальної відповідальності як цінності, поза включення її до загальної ієрархії цінностей; *актуальний*, що характеризується диференційованим знанням про соціальну відповідальність; усвідомлення її важливості у відносинах з іншими людьми; сталістю рефлексії щодо вибору та прийняття на себе відповідальності за власний вибір; появою позитивних емоцій у ситуації соціальної відповідальності; демонстрацією цінності соціальної відповідальності у знайомих та незнайомих

ситуаціях; визнанням соціальної відповідальності як особистої цінності; *смыслоутворюючий*, що характеризується широтою та глибиною знань про соціальну відповідальність; готовністю відстоювати судження та свою думку про важливість соціальної відповідальності; орієнтацією рефлексії на змісли життєдіяльності; щирістю прояву емоцій у ситуації соціальної відповідальності; усвідомленням включення соціальної відповідальності до рангу провідних цінностей.

Література

1. Semenov O., Yaremchuk N., Vitiuk V., Kashubiak I., Lukashov O., Soroka O. Impact of digital educational environment on the emotional intelligence of future primary school teachers: a comparative research. *Revista Amazonia Investiga*. 2024. Vol. 13 No. 76. P. 123-132.
2. Raievska Y., Savchuk J., Hulas I., Khokhlov A., Soroka O., Syniakova V., Lukashov O. Mechanism of comparison in the structure of self-efficacy of juniors' sporting activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. Vol. 24(6). P. 178-196.
3. Zavatska N., Omelianiuk S., Lukashov O., Petrenko M. A study of social comparison in the organisation of the structure of self-efficacy of higher education students. *Insight: the psychological dimensions of society: scientific journal*. 2024. № 12. P. 164-183.

References

1. Semenov O., Yaremchuk N., Vitiuk V., Kashubiak I., Lukashov O., Soroka O. Impact of digital educational environment on the emotional intelligence of future primary school teachers: a comparative research. *Revista Amazonia Investiga*. 2024. Vol. 13 No. 76. P. 123-132.
2. Raievska Y., Savchuk J., Hulas I., Khokhlov A., Soroka O., Syniakova V., Lukashov O. Mechanism of comparison in the structure of self-efficacy of juniors' sporting activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. Vol. 24(6). P. 178-196.
3. Zavatska N., Omelianiuk S., Lukashov O., Petrenko M. A study of social comparison in the organisation of the structure of self-efficacy of higher education students. *Insight: the psychological dimensions of society: scientific journal*. 2024. № 12. P. 164-183.

Lukashov O.O., Bocheliuk V.Y., Zavatska N.Ye., Kolesnichenko O.S.

FEATURES OF THE FUNCTIONING OF THE COMPONENTS OF SOCIAL RESPONSIBILITY OF A PERSON IN ONTO-, SOCIO- AND PROFESSIONAL GENESIS

The article reveals the features of the functioning of the components of social responsibility of a person in onto-, socio- and professional genesis. The identification of the features of the functioning of the components of social responsibility of a person in onto-, socio- and professional genesis allowed us to identify indicators and levels of its formation. Indicators of the formation of social responsibility of an individual according to the cognitive-evaluative component are the social awareness of the individual and his social awareness; according to the value-normative component: prosocial orientation, which is manifested in altruistic motives, prosocial values and value orientations, social orientation of recognized responsibility; according to the organizational-activity component: social independence, which is manifested in the ability to foresee and predict personal and socially significant consequences of one's actions; the ability to reflect on one's behavior, the ability to empathy; social activity, which is manifested in the ability to show initiative and carry out socially significant activities, to accept additional responsibilities.

Among the levels of formation of social responsibility of an individual, the initial level is distinguished, which is characterized by a small amount of knowledge about social responsibility; superficial judgments about social responsibility; a low degree of awareness of social responsibility in a life perspective; confusion and doubts about the correctness of behavior in a situation of social responsibility; lack of initiative, avoidance of reflection; neutrality of emotions, protest against the need to show willpower in a situation of social responsibility; situational, characterized by a complete, but not deep, amount of knowledge about social responsibility; unstable assessment of the importance of social responsibility in professional activity and life in general; low level of motivation for the development of social responsibility; lack of reflection on choice and taking responsibility for one's own choice; short-term emotional response to social responsibility; predominance of external motives in the awareness of social responsibility as a value; awareness of the need for social responsibility as a value, outside of including it in the general hierarchy of values; topical, characterized by differentiated knowledge about social responsibility; awareness of its importance in relationships with other people; constancy of reflection on choice and taking responsibility for one's own choice; the emergence of positive emotions in a situation of social responsibility; demonstration of the value of social

responsibility in familiar and unfamiliar situations; recognition of social responsibility as a personal value; meaning-making, characterized by the breadth and depth of knowledge about social responsibility; readiness to defend judgments and one's opinion about the importance of social responsibility; orientation of reflection on the meanings of life; sincerity of the manifestation of emotions in a situation of social responsibility; awareness of the inclusion of social responsibility in the rank of leading values.

Key words: *personality, social responsibility, features of the functioning of the components of social responsibility, onto-, socio-, professionogenesis.*

Лукашов Олександр Олександрович – доктор психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Бочелюк Віталій Йосипович – доктор психологічних наук, професор, Заслужений працівник освіти України, завідувач кафедри психології та соціальної роботи, Комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради, м. Запоріжжя;

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ;

Колесніченко Олександр Сергійович – аспірант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

СОЦІАЛЬНІ УЯВЛЕННЯ МОЛОДІ ПРО ЖИТТЄВИЙ УСПІХ В УМОВАХ ПРОБЛЕМОГЕННОГО СОЦІУМУ

У статті розкрито соціальні уявлення молоді про життєвий успіх в умовах проблемогенного соціуму. Показано, що життєвий успіх розуміється як самоствердження особистості в конкретному середовищі за допомогою ціледосягнення внаслідок впливу соціальної заданості та наявних від природи задатків до різних видів діяльності. Виявлено ієрархію життєвих цінностей, що визначають соціальні уявлення молоді про життєвий успіх. Провідними цінностями є сім'я, матеріальне благополуччя. Виявлено особливості соціальних уявлень різних груп молоді про життєвий успіх, вони характеризуються: у старшокласників: переважанням критерію наявності хороших друзів, перевагою способу підтримки друзів при досягненні успіху; у студентської молоді: домінуванням критерію задоволеності в інтимному житті, любові, перевагою способів – освіта, наполеглива праця, професійна діяльність при досягненні успіху; у працюючої молоді: переважанням критеріїв наявності щасливої сім'ї, дітей, наявності високого заробітку, перевагою таких способів досягнення успіху в житті як освіта, наполеглива праця, професійна діяльність. Виявлено основні протиріччя в уявленнях молоді про життєвий успіх: протиріччя між персоніфікацією та деперсоніфікацією особистих досягнень; протиріччя між орієнтацією на власні зусилля та орієнтацією на допомогу ззовні. Виявлено основні об'єктивні та суб'єктивні чинники, що впливають на формування соціальних уявлень молоді про життєвий успіх та способи його досягнення в умовах проблемогенного соціуму.

Ключові слова: *молодь, соціальні уявлення, життєвий успіх, проблемогенний соціум.*

Постановка проблеми. Трансформації базисних структур сучасного суспільства, динамізм відновлення довкілля неминуче призводить до зміни механізмів життєдіяльності молоді. Отже, виникає необхідність пристосування до нових моделей поведінки, що, зрештою, вимагає оновлення поглядів, думок, цінностей. Водночас, перетворення у культурі закономірно позначаються на

такому соціокультурному феномені як соціальні уявлення молоді, зокрема щодо життєвого успіху.

Актуальним стає вивчення сутнісних характеристик життєвого успіху, виявлення змісту, протиріч формування та тенденцій зміни уявлень про успіх у різних соціальних груп. Життєвий успіх є складним, багатовимірним явищем. Складність вивчення успіху обумовлена його суперечливим характером. По-перше, можна говорити про протиріччя суб'єктивного та об'єктивного в успіху. З одного боку, успіх суб'єктивний, оскільки співвідноситься з особистісними критеріями успіху-неуспіх, з індивідуалізацією особистості у соціальному середовищі. З іншого боку, успіх об'єктивний, оскільки обумовлений соціальними стереотипами успішності, прагненням бути ізольованим від оточення, прагненням бути визнаним у соціальній групі, самоствердитися у ній. По-друге, життєвий успіх, з одного боку, є результатом життєдіяльності особистості, вибудованої у логіці послідовних досягнень, з іншого боку, відправним пунктом, метою, яка спрямовує молоду людину на її життєвому шляху. По-третє, існує протиріччя між життєвими претензіями і реальними можливостями їхньої реалізації. Це зумовлено, з одного боку, нестабільністю соціального середовища, а з іншого – неготовністю, невмінням молодої людини проєктувати своє життя. Все це робить актуальною проблему визначення соціальних уявлень молоді про життєвий успіх [1-3].

Проблема визначення соціальних уявлень молоді про життєвий успіх важлива для всіх соціальних груп. Однак особливий інтерес для нас представляє молодь. Інтерес до цієї групи зазвичай загострюється в умовах проблемоного соціуму.

Нестабільність середовища призводить до трансформації механізмів соціалізації молодого покоління. Молодь є важливим об'єктом та суб'єктом соціальних перетворень, що має мобільність, інноваційність, ініціативність.

Таким чином, вивчаючи уявлення про життєвий успіх у молоді, слід звернути особливу увагу про якісні характеристики цієї соціальної групи. Дослідження висунутої проблематики є актуальною, як з наукового погляду, так і з позиції практичного використання результатів.

Аналіз соціальних уявлень молоді про життєвий успіх у сучасному соціумі, сутнісні характеристики успіху у свідомості різних категорій молоді, факторів формування соціальних уявлень необхідні для розробки навчальних програм та технологій, зокрема в освіті.

Таким чином, теоретична нерозробленість проблеми та її практична значущість свідчать про актуальність та новизну теми дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Роботи, у яких здійснювалися спроби вивчення соціальних уявлень особистості про успіх, нечисленні. У більшості досліджень розглядаються окремі аспекти та елементи даного феномену. Таким чином, концепція соціальних уявлень молоді про життєвий успіх потребує подальших теоретичних та емпіричних досліджень. Вивчення наукової літератури, що стосується теми дослідження, дозволило виділити декілька підходів до аналізу життєвого успіху. Так, до соціологічного підходу належать роботи М. Вебера та інших вчених, у яких розглядається сутність, структура успіху, специфіка успіху молоді. Також до цього підходу слід віднести роботи, предметом досліджень у яких є чинники формування життєвого успіху (У. Бек, П. Бергер, Т. Веблен, Е. Гидденс, Т. Лукман, Дж. Мід).

Психологічний підхід (Дж. Аткинсон, У. Джеймс, Т. Дембо, К. Левін, Х. Хекхаузен, Ф. Хоппе, М. Хорпе) наголошує на вивченні психологічної сутності успіху – рівні домагань, мотивації досягнення/уникнення успіху, їх детермінації та впливу на поведінку індивіда.

До культурно-антропологічного підходу слід віднести роботи Р. Бенедикт, Ф. Боаса, К. Гірца, У. Тернера, Д. Шнейдера. У центрі аналізу є культурна детермінація досягнення успіху, соціокультурні моделі досягнення успіху. Життєвий успіх, таким чином, це життєва стратегія особистості, побудована в логіці дотримання культурних зразків та ідеалів.

У філософському підході (Ф. Бекон, Т. Гоббс, Р. Декарт, І. Кант, С. К'єркегор, Т. Мор, Ф. Ніцше, Ж.-Ж. Руссо) життєвий успіх сприймається як вирішення проблеми сенсу життя і сенс життя як вираз уявлень про успіх.

До окремої групи робіт слід віднести дослідження, присвячені вивченню молоді як соціально-демографічної групи. Її сутнісні характеристики розглянуті на роботах М. Мід, М.Х. Тітми, С. Хола, Е. Шпрангера та інших.

В окрему групу робіт слід виокремити дослідження, присвячені проблемі цінностей: природи цінностей, сутнісних показників, функцій, класифікацій цінностей; проблемі трансформації цінностей в умовах проблемогенного соціуму. Тут слід зазначити Т. Парсонса, Р. Ріккерта, У. Томаса.

Визнаючи значення зазначених вище робіт з життєвого успіху, слід зазначити, що у вітчизняній психології вивчення уявлень молоді про життєвий успіх необхідно продовжувати, виявляючи нові чинники формування, протиріччя та розв'язку.

Таким чином, актуальність теми дослідження та необхідність її вивчення у вітчизняній соціальній психології визначили мету та завдання дослідження.

Мета статті – розкрити соціальні уявлення молоді про життєвий успіх в умовах проблемогенного соціуму.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.

Досягнення поставленої мети здійснювалося через постановку та вирішення таких дослідницьких завдань: уточнити поняття «соціальні уявлення»; виявити основні сутнісні характеристики життєвого успіху в соціальних уявленнях молоді та особливості їх прояву; дослідити вплив основних об'єктивних та суб'єктивних факторів на соціальні уявлення молоді про життєвий успіх та способи його досягнення; на підставі теоретичного та емпіричного дослідження розробити типологію соціальних уявлень молоді про життєвий успіх в умовах проблемогенного соціуму.

Методами збору первинної інформації виступали: анкетне опитування, глибинне інтерв'ю. Вибіркова сукупність пропорційна статевому складу генеральної сукупності, з наступним вирівнюванням по навчально-освітнім і професійно-трудовим групам (квотні ознаки – стать, вік, місце навчання, навчально-освітня, професійна група).

Наголошується, що основним поняттям, яке допомагає розкрити сутність феномена життєвого успіху, є поняття «ціледосягнення». Ціледосягнення передбачає: структуру та ієрархію цілей досягнення, раціонально сплановану або таку, що інтуїтивно відчувається особистістю; прийняття та використання способів досягнення успіху; отримання результату досягнення успіху. Відповідно до цього, у дослідженні відзначаються дві форми ціледосягнення молоді: раціональне та ірраціональне ціледосягнення.

Отже, ціледосягнення – це послідовний перехід від аналізу життєвої ситуації (тобто від аналізу своїх уявлень про успіх загалом та успіх Я) до діяльності щодо її зміни (тобто до використання способів, «каналів», «правил» виразу Я у соціальній групі).

Підкреслено, що ціледосягнення слід розглядати як основу самоствердження особистості – утвердження свого Я в об'єктивному світі, що передбачає позитивну оцінку соціальним оточенням.

Слід наголосити, що соціальна сутність життєвого успіху полягає в усвідомленому чи неусвідомленому прийнятті особистістю цінностей соціальної групи (груп). Суть у тому, що людина прагне досягти тих цінностей, які становлять для неї найбільшу значущість.

Зміст цих цінностей визначається групою, до якої належить, чи прагне належати особистість. Ступінь узгодженості цінностей окремої особистості та групи загалом є основою для соціальної оцінки – визнання чи осуду – її досягнень.

Зауважимо, що самоствердження особистості у соціальній групі має як цілеспрямований, так і випадковий характер. Слід виокремити основну суперечність у життєвому успіху: суперечність між соціальною заданістю та природною схильністю.

З одного боку, група задає, по-перше, уявлення особистості про успіх, тобто про ті цінності, відповідно до яких відбувається ціледосягнення; по-друге, ставлення до способів досягнення успіху, тобто про стандарти поведінки, на основі яких вибудовується ціледосягнення.

З іншого боку, життєвий успіх детермінований природною схильністю – наявними від природи задатками та схильностями особистості до різних видів діяльності.

Успіх визначається активністю особистості до досягнення того, що найбільше відповідає її природі і опір тому, що суперечить їй. Самоствердження особистості в соціальній групі носить переважно односторонній характер, тобто досягається в будь-якій сфері її життєдіяльності.

Вибір молоді людиною сфери, в якій вона має намір себе утвердити, обумовлена тим, де природні задатки та здібності виражені сильніше. Ціледосягнення особистості обумовлені впливом системи факторів. Теоретичний аналіз дозволив розкрити зміст поняття «життєвий успіх», що розкривається як самоствердження особистості у конкретному середовищі у вигляді ціледосягнення, внаслідок впливу соціальної заданості та наявних від природи задатків до різних видів діяльності.

Важливим в аспекті проблеми дослідження вбачається розкриття протиріч системи цінностей, що детермінує уявлення молоді про життєвий успіх.

Передусім, слід зазначити, що згідно з соціологічним підходом за яким під цінністю розуміється предмет матеріальної чи духовної культури, що має значущість для особистості, соціальної групи, суспільства загалом і регулює їх життєдіяльність. Система цінностей, як внутрішній стрижень культури детермінована станом та розвитком політики, економіки та інших сфер життя. Зміна політичної, економічної, соціокультурної ситуації в нашій країні неминуче призводить до змін у системі цінностей. Система цінностей наразі має суперечливий характер. Її суперечливість обумовлена низкою обставин. По-перше, сучасний етап розвитку країни та світу загалом характеризується

динамізмом відновлення довкілля, швидкої зміною предметів матеріальної культури. Однак світогляд молодої людини, її цінності та стереотипи поведінки не можуть змінюватися з тією самою швидкістю. Тому часто можна спостерігати таке явище, як дезадаптованість молоді до змінених життєвих умов – вона продовжує керуватися у своїй поведінці стереотипами, які непридатні для досягнення життєвого успіху в новому, оновленому середовищі. По-друге, сучасний етап розвитку суспільства характеризується запозиченням західних цінностей – індивідуалізму, незалежності, особистого благополуччя, комфорту, впевненості в собі, ініціативності, і «апробацією» їх на сучасному ґрунті.

Ці обставини зумовили існування у сучасній системі цінностей таких, здавалося б, протилежних цінностей як індивідуалізм та колективізм, раціоналізм та ірраціоналізм, ініціативність та безініціативність.

Досягнення успіху в умовах проблемогенного соціуму значною мірою визначається знаннями, вміннями, зусиллями молоді – здатністю діагностувати актуальні вимоги середовища, швидко адаптуватися до середовища, упертістю і конструктивністю роботи, здатністю створювати інноваційне. Тому від того, який ціннісний фундамент буде закладено у свідомості окремої молодої людини, від того, які соціальні та професійні орієнтири представляють інститути соціалізації: сім'я, система освіти, ЗМІ перед нею, і чи зможе вона вибрати з них найбільш цінні, залежить успішність її життя.

Виділяючи пріоритетні орієнтири молода людина визначає Я-реальне (той, яким є зараз) і Я-ідеальне (той, яким буду). Підсумком переходу Я реального в Я ідеальне і є зайняття певної життєвої позиції, самоствердження в соціальній групі.

Серед особливостей формування системи цінностей молодого покоління слід відзначити те, що її формування відбувається в умовах кризи виховної функції батьківського покоління. Батьки найчастіше є носіями цінностей минулого періоду, що не завжди сприяють досягненню успіху в оновленому середовищі. По-друге, формування системи цінностей молоді відбувається в умовах кризи інституту освіти, що полягає, перш за все, у відсутності єдиної стратегії освіти, яка відповідає за формування стійкого, але разом з тим, гнучкого світогляду молодої людини, який «коригується» залежно від вимог середовища. По-третє, формування системи цінностей молоді відбувається в умовах дегуманізації ЗМІ. Наразі засобами масової інформації демонструються суперечливі цінності щодо успіху: передусім, демонструється модель самоствердження людини за допомогою придушення іншого, меншою мірою

модель утвердження власного Я у вигляді особистих зусиль, вкладених у творення якісного нового предмету матеріальної чи духовної культури.

Вивчення особливостей формування системи цінностей молоді щодо життєвого успіху дозволило зафіксувати неоднорідність адаптації різних груп молоді до середовища, що оновлюється. Відповідно до цього, виокремлено групи молоді залежно від орієнтації на ті чи інші цінності: перша група, у свідомості якої домінують цінності – індивідуалізм, раціоналізм, ініціатива, заповзятливість, цінність часу; друга група із суперечливою системою цінностей; третя група, у свідомості якої домінують цінності – колективізм, ірраціоналізм, безініціативність.

Таким чином, протиріччя систем цінностей різних груп молоді детермінує неоднорідність уявлень про життєвий успіх та способи його досягнення.

На основі даних проведеного дослідження розглянуто основні особливості соціальних уявлень учнівської, студентської та працюючої молоді про життєвий успіх та способи його досягнення, аналізуються провідні об'єктивні та суб'єктивні чинники формування та протиріччя в соціальних уявленнях, що пропонуються.

До об'єктивних чинників, що впливають на соціальні уявлення молоді про життєвий успіх, належать: домінуючі види діяльності: навчально-освітня (для учнівської та студентської молоді), професійна (для працюючої молоді), рівень матеріального благополуччя, задані референтні групи – групи, приналежність до яких не обумовлена особистим вибором молодої людини (для учнівської та студентської молоді), професійна група (для молоді, що працює), гендерні можливості.

Серед об'єктивних чинників, які впливають на соціальні уявлення молоді про способи досягнення життєвого успіху можна назвати: рівень матеріального благополуччя, рівень освіти, протекцію впливових родичів, знайомих, вдалиий збіг обставин, гендерні можливості.

До суб'єктивних чинників, що впливають на соціальні уявлення молоді про життєвий успіх, належать: різні за змістом думки та оцінки щодо успіху у представників різних соціальних груп, у рамках яких відбувається самоствердження особистості; обираються референтні групи. Серед суб'єктивних факторів, що впливають на соціальні уявлення молоді про способи досягнення життєвого успіху, можна виділити: особистий досвід у досягненні успіху.

Розгляд впливу об'єктивних та суб'єктивних чинників дозволив зафіксувати основні характеристики життєвого успіху у свідомості молоді та особливості їх прояву. Провідними критеріями життєвого успіху для всіх груп молоді є: наявність щасливої сім'ї, дітей та наявність високого заробітку (відповідно, 62,1% та 44,3% старшокласників, 61,6% та 42,5% студентів, 80,2% та 49,4% працюючої молоді), що підтверджує теоретичну модель.

Отже, зроблено висновок про існування у молодіжному середовищі орієнтації на прагматичний успіх, тобто прагнення забезпечити собі гідне соціальне становище за допомогою матеріального благополуччя. Заміщення цінностей професійної діяльності матеріальними цінностями є закономірним процесом і може розглядатися як реакція на економічну кризу, нестабільність життя, інфляцію.

Молоді, яка навчається, властиве прагнення наслідувати і належати до «групи рівних» – суттєвим критерієм успіху для цієї групи є наявність хороших друзів.

Студентській молоді властиве прагнення в індивідуалізації у групі, пошук та формування основ для майбутнього успішного життя – значущим критерієм успіху у цій групі є задоволеність в інтимному житті, коханні.

Групу працюючої молоді характеризує процес включення у професійну діяльність, досягнення матеріальної незалежності, створення сім'ї – домінуючими критеріями успіху у цій групі є створення щасливої сім'ї, дітей, наявність високого заробітку.

Результати емпіричного дослідження свідчать про існування у свідомості молоді двох суперечливих орієнтацій на успіх. З одного боку, існує персоніфікація досягнень, коли особиста стратегія досягнення формується в орієнтації досягнення вже успішних людей. Відповідно, успіх має наслідувальний характер – відтворює модель успіху інших людей. З іншого боку, існує деперсоніфікація досягнень. У цьому векторі успіх має яскраво виражений індивідуалістичний характер, оскільки стратегія досягнення формується в орієнтації на особистісні критерії успіху.

Дослідження показало, що амбівалентність орієнтації на успіх притаманна всім групам молоді, проте можна назвати і специфічні риси. Досить значна кількість старшокласників, 40%, хотіли б бути схожими на батьків, родичів. Студенти здебільшого хотіли б бути схожими на себе – 33,4%. Молоді люди, які працюють, хотіли б бути схожими на батьків – 26,8%, на колег – 24,7%,

на себе – 23,3%. Також слід відзначити суперечність між орієнтаціями на власні зусилля та орієнтацію на допомогу ззовні при досягненні успіху.

Превалювання орієнтації за власні зусилля у досягненні успіху – позитивна тенденція, оскільки свідчить про життєву мобільність, конструктивність, індивідуальність у прагненні до успіху, відповідальність за успішність/неуспішність свого життєвого шляху.

Результати емпіричного дослідження показали, що такі способи досягнення успіху як освіта, професіоналізм та наполеглива робота, професійна діяльність відзначають, відповідно, 79,8% та 51,4% старшокласників, 70,4% та 48,9% студентів, 72,1% та 55,3% працюючої молоді.

Було проведено аналіз гендерної специфіки соціальних уявлень про життєвий успіх та способи його досягнення. Дослідження показало, що для чоловіків успіх у житті пов'язаний із соціальним визнанням своєї особистості; для жінок – із душевною рівновагою, гармонією.

Запропоновано типологію соціальних уявлень молоді про життєвий успіх та основні сутнісні характеристики виділених типів. Теоретичний та емпіричний аналіз проблеми дозволив розробити типологію уявлень молоді про життєвий успіх з двох підстав.

В основі першої типології лежать такі ознаки як суб'єктивна оцінка успішності життя, ступінь реалізації намічених цілей, завдань. Відповідно до цього, виділено три типи: «раціоналіст, що самореалізувався» (54,2% опитаної молоді), «ідеаліст, що частково реалізувався» (21,3%), «несамореалізований ірраціоналіст» (24,5%).

Превалювання першого типу – «раціоналіст, що самореалізувався» – над другим і третім типами є позитивною тенденцією. Разом з тим, досить численним є останній тип – ірраціоналіст, який «несамореалізувався» – і це викликає тривогу, оскільки свідчить про непристосованість досить великої групи молоді до самостійного життя.

Результати дослідження показали, що перший тип представлений переважно студентською та працюючою молоддю. Це цілком закономірно, оскільки ці групи молоді більш досвідчені у досягненні успіху. Відповідно, до другого типу належить більше учнівської молоді.

В основі другої типології лежать такі ознаки як умови досягнення успіху (суб'єктивна оцінка), суб'єктивна оцінка ефективності різних способів досягнення успіху. Відповідно до цього, виділено три типи: «конструктивіст» (18% опитаної молоді), «адаптивіст» (52%) та «конформіст» (30%).

Результати дослідження показали, що тип «конструктивіст» представлений переважно студентською та працюючою молоддю. Тип «конформіст», навпаки, більшою мірою представлений молоддю, що навчається. Тип «адаптивіст» практично однаково представлений усіма групами молоді. Ці відмінності можливо пояснюються специфікою домінуючих соціальних потреб у досягненні життєвого успіху різними групами молоді.

Конформна поведінка учнівської молоді, залежність від групових правил і норм поведінки у досягненні успіху можна пояснити існуванням потреби бути зрозумілою та прийнятою у групі «значних інших». Конструктивна поведінка студентської та працюючої молоді у досягненні життєвого успіху взаємопов'язана з потребами в індивідуалізації, самоствердженні самореалізації.

Розроблена типологія дозволила зафіксувати неоднорідність та різноманітність уявлень молоді про життєвий успіх та способи його досягнення, а також неоднорідність поведінки різних груп молоді у досягненні успіху.

Суперечливість у поведінці молоді при досягненні життєвого успіху обумовлена неоднорідністю адаптації різних груп молоді до соціального середовища, що постійно оновлюється.

Крім того, слід наголосити на гендерній специфіці поведінки у досягненні життєвого успіху. Що стосується першої типології, то тип «раціоналіст, що самореалізувався» представлений переважно жінками, тип «ідеаліст, що частково реалізувався» – чоловіками. Якщо говорити про другу типологію, то тип «конструктивіст» представлений переважно жінками, тип «конформіст» – чоловіками.

Таким чином, розроблена типологія доповнює вивчення основних характеристик життєвого успіху та особливостей їх прояву у свідомості учнівської, студентської та працюючої молоді

Висновки. Визначено психологічний зміст поняття «соціальні уявлення». Показано, що життєвий успіх розуміється як самоствердження особистості в конкретному середовищі за допомогою ціледосягнення внаслідок впливу соціальної заданості та наявних від природи задатків до різних видів діяльності. Виявлено ієрархію життєвих цінностей, що визначають соціальні уявлення молоді про життєвий успіх. Провідними цінностями є сім'я, матеріальне благополуччя. Виявлено особливості соціальних уявлень різних груп молоді про життєвий успіх, вони характеризуються: у старшокласників: превалюванням критерію наявності хороших друзів, перевагою способу підтримки друзів при досягненні успіху; у студентської молоді: домінуванням критерію задоволеності

в інтимному житті, любові, перевагою способів – освіта, наполеглива праця, професійна діяльність при досягненні успіху; у працюючої молоді: превалюванням критеріїв наявності щасливої сім'ї, дітей, наявності високого заробітку, перевагою таких способів досягнення успіху в житті як освіта, наполеглива праця, професійна діяльність. Виявлено основні протиріччя в уявленнях молоді про життєвий успіх: протиріччя між персоніфікацією та деперсоніфікацією особистих досягнень; протиріччя між орієнтацією на власні зусилля та орієнтацією на допомогу ззовні. Виявлено основні об'єктивні та суб'єктивні чинники, що впливають на формування соціальних уявлень молоді про життєвий успіх та способи його досягнення в умовах проблемного соціуму. Дослідження проблеми дозволило розробити типології соціальних уявлень молоді про життєвий успіх. Відповідно до першої типології виділено такі типи молоді: «раціоналіст, що самореалізувався», «ідеаліст, що частково реалізувався», «іраціоналіст, що несамореалізувався». Відповідно до другої типології виділено такі типи: «конструктивіст», «адаптивіст», «конформіст».

Висновки та результати дослідження можуть бути використані для подальшої розробки теоретичних та практичних засад концепції життєвого успіху молоді та вирішення методологічних проблем її дослідження; для систематизації понятійного апарату життєвого успіху молоді; для отримання емпіричної інформації про подання молоді про життєвий успіх та прогнозування на цій основі тенденцій їх розвитку.

Література

1. Вінков, В. (2018). Уявлення молоді про життєвий успіх: структурно-змістовий аспект дослідження. *Проблеми політичної психології*, 21(1), 161-173.
2. Гудзенко, О. З. (2010). Міжпоколінські відмінності уявлень про фактори досягнення життєвого успіху. *Соціологія майбутнього: науковий журнал з проблем соціології молоді та студентства*, (1), 106–113.
3. Мелашенко, К. (2009). Життєвий успіх у гендерному вимірі: соціологічні розвідки. *Соціальні виміри суспільства*, (12), 208–220.

References

1. Vinkov, V. (2018). Ujavlennia molodi pro zhyttievyi uspih: strukturno-zmistovyi aspekt doslidzhennia. *Problemy politychnoi psykholohii*, 21(1), 161-173.
2. Hudzenko, O. Z. (2010). Mizhpokolinski vidminnosti uavlenn pro faktory dosiahnennia zhyttievoho uspihku. *Sotsiolohiia maibutnoho: naukovyi zhurnal z problem sotsiolohii molodi ta studentstva*, (1), 106–113.

3. Melashchenko, K. (2009). Zhyttievyi uspikh u hendernomu vymiri: sotsiologichni rozvidky. Sotsialni vymiry suspilstva, (12), 208–220.

Omelianiuk S.M.

YOUNG PEOPLE'S SOCIAL PERCEPTIONS OF LIFE SUCCESS IN THE CONDITIONS OF A PROBLEM-GENERIC SOCIETY

The article reveals the social perceptions of young people about life success in the conditions of a problem-generating society. It is shown that life success is understood as the self-affirmation of an individual in a specific environment through goal-achievement due to the influence of social predilections and naturally existing predispositions to various types of activity. A hierarchy of life values has been identified that determine the social perceptions of young people about life success. The leading values are family, material well-being. The peculiarities of social perceptions of different groups of young people about life success have been identified, they are characterized by: in high school students: the prevalence of the criterion of having good friends, the preference of the method of supporting friends in achieving success; in student youth: the dominance of the criterion of satisfaction in intimate life, love, the preference of methods - education, hard work, professional activity in achieving success; in working youth: the prevalence of the criteria of having a happy family, children, having high earnings, the preference of such ways of achieving success in life as education, hard work, professional activity. The main contradictions in the ideas of youth about life success are revealed: the contradiction between the personification and depersonalization of personal achievements; the contradiction between the orientation to one's own efforts and the orientation to outside help. The main objective and subjective factors that influence the formation of social ideas of youth about life success and ways of achieving it in the conditions of a problem-prone society are revealed.

Key words: youth, social ideas, life success, problem-prone society.

Омелянюк Сергій Миколайович – кандидат психологічних наук, докторант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля.

**ТЕОРЕТИЧНІ І ПРИКЛАДНІ
ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ**

Збірник наукових праць

**№ 3(65) 2024
Том 2**

Відповідальний секретар випуску

Ю.А. Завацький

Підписано до друку 01.06.2024 р.
Видавництво Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля
Формат 70x108¹/₁₆. Папір офсетний. Гарнітура Times.
Умов. друк. арк. 21,5. Обл. вид. арк. 22,7.
Наклад 300 прим. Вид. №. Замов. №. Ціна вільна.