

ISSN 2312-3206

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ

**100** *Років*  
ХЕРСОНСЬКОМУ ДЕРЖАВНОМУ  
УНІВЕРСИТЕТУ

**НАУКОВИЙ ВІСНИК  
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО  
УНІВЕРСИТЕТУ**



Серія:  
**ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ**  
Випуск 2  
Том 2

Херсон-2017

## РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

### Головний редактор:

**Блинова Олена Євгенівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та соціальної психології Херсонського державного університету

### Заступник головного редактора:

**Шапошникова Ірина Василівна** – доктор соціологічних наук, доцент, декан факультету психології, історії та соціології Херсонського державного університету

### Відповідальний секретар:

**Тавровецька Наталія Іванівна** – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної психології Херсонського державного університету

### Члени редакційної колегії:

**Бех Іван Дмитрович** – дійсний член Національної академії педагогічних наук України, доктор психологічних наук, професор, директор Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України;

**Бистрова Юлія Олександрівна** – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри корекційної освіти Херсонського державного університету;

**Бочелюк Віталій Йосипович** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Запорізького національного технічного університету;

**Бурлачук Леонід Фокович** – дійсний член Національної академії педагогічних наук України, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психодіагностики і клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка;

**Завацька Наталія Євгенівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної та практичної психології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля;

**Засекіна Лариса Володимирівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та соціальної психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки;

**Кікінежді Оксана Михайлівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка;

**Клименко Віктор Васильович** – доктор психологічних наук, професор, провідний науковий співробітник Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України;

**Кравцова Наталія Олександрівна** – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри клінічної психології ФДБОЗ ВПО «Тихоокеанський державний медичний університет» Міністерства охорони здоров'я Російської Федерації (Російська Федерація);

**Кузікова Світлана Борисівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка;

**Поваренков Юрій Павлович** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та соціальної психології ФДБОЗ ВПО «Ярославський державний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (Російська Федерація);

**Стратонов Василь Миколайович** – доктор юридичних наук, професор, ректор Херсонського державного університету;

**Федяєва Валентина Леонідівна** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри педагогіки, психології й освітнього менеджменту Херсонського державного університету;

**Швалб Юрій Михайлович** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної роботи Київського національного університету імені Тараса Шевченка;

**Яковлева Світлана Дмитрівна** – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри корекційної освіти Херсонського державного університету;

**Янчук Володимир Олександрович** – доктор психологічних наук, професор, декан факультету професійного розвитку фахівців освіти Академії післядипломної освіти (Республіка Білорусь).

**Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки» включено до переліку наукових фахових видань України з психології на підставі Наказу МОН України від 4 липня 2014 року № 793 (додаток № 8)**

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

**Рекомендовано до друку відповідно до ухвали вченої ради Херсонського державного університету (протокол від 29 травня 2017 р. № 13)**

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації – серія КВ № 20082-9882Р від 15.03.2013 р. видане Державною реєстраційною службою України



### ШАНОВНІ КОЛЕГИ!

*Херсонський державний університет – провідний науково-освітній центр Півдня України, який у 2017 році святкує свій 100-літній ювілей. Це не просто значний відтинок часу, а ціла епоха для нашого університету. Це шлях наполегливої праці багатьох поколінь досвідчених, творчих, талановитих фахівців. Це шлях утвердження власних принципів, пошуків, звершень, зростання та примноження здобутків.*

*Херсонський державний університет відомий своїми науковими школами, які розвиваються та виховують молодих науковців. За керівництва відомих учених у нашому навчальному закладі підготовлено не одне покоління висококваліфікованих фахівців. Серед них – народні й заслужені вчителі, артисти, народні депутати України, олімпійські чемпіони, чемпіони Європи та світу, видатні вчені, письменники, журналісти, економісти, менеджери, юристи, державні й політичні діячі тощо.*

*Університет є засновником багатьох журналів, 12 з яких – фахові наукові видання України. Філософія збірника наукових праць «Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки» полягає в науковому осмисленні та практичному застосуванні кращих світових, європейських і вітчизняних тенденцій психологічної науки.*

*Упевнений, що високий професіоналізм та самовіддана праця вчених Херсонського державного університету сприятимуть подальшому розвитку і примноженню освітнього й наукового потенціалу нашої держави.*

*Щиросердно вітаю редакційний колектив, авторів і читачів «Наукового вісника Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки» з ювілейною датою. Хвала і шана талановитим і невтомним творцям цього видання!*

*З повагою,*

Ректор Херсонського державного університету  
**Василь СТРАТОНОВ**





## ЗМІСТ

### СЕКЦІЯ 6

#### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

<b>Карпова Д.Є. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ТА ФУНКЦІЇ УЯВЛЕНЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ ШЛЮБНИХ ПАРТНЕРІВ.....</b>	<b>8</b>
<b>Титаренко О.І., Каулько Д.В. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ КЛАСНОГО КОЛЕКТИВУ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....</b>	<b>15</b>
<b>Кельнер С.С. ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ КОНЦЕПТУ «ЦІЛІСНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ».....</b>	<b>20</b>
<b>Котик І.О. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПРОСТІР БУТТЯ Й ОСОБИСТІСНА НАДІЙНІСТЬ ЛЮДИНИ.....</b>	<b>26</b>
<b>Малик Я.К. ПРОДУКТИВНІСТЬ ФУНКЦІЙ УВАГИ У БОКСЕРІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ.....</b>	<b>32</b>
<b>Марчук К.А., Пирог Г.В. НАРАТИВНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОЗИЦІЇ СТУДЕНТІВ ВНЗ.....</b>	<b>37</b>
<b>Мирошник О.Г. ОНТОГЕНЕТИЧНІ АСПЕКТИ РЕФЛЕКСИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ВИМІРАХ КУЛЬТУРНО-ІСТОРИЧНОГО ПІДХОДУ.....</b>	<b>42</b>
<b>Міщенко М.С. ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА НА РОЗВИТОК СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ.....</b>	<b>48</b>
<b>Олійник А.В. АБСУРДНІСТЬ ЛЮДСЬКОГО ЖИТТЯ ЯК ФАКТОР СУЇЦИДАЛЬНОСТІ.....</b>	<b>53</b>
<b>Павлик О.М., Василенко І.С. КОМУНІКАТИВНІ ТА ОРГАНІЗАТОРСЬКІ СХИЛЬНОСТІ ЯК ВАЖЛИВІ СКЛАДОВІ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТРЕНЕРА.....</b>	<b>59</b>
<b>Площинська А.А. МОЖЛИВОСТІ КОГНІТИВНОЇ ТЕРАПІЇ ГІПОДИНАМІЇ ЯК ДИСФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ІМПЛІЦИТНОЇ КОНЦЕПЦІЇ РУХОВОЇ ТА ЖИТТЄТВОРЧОЇ АКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....</b>	<b>65</b>
<b>Подкоритова Л.О. ЗНАЧЕННЯ РЕФЛЕКСІЇ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОЇ СФЕРИ.....</b>	<b>71</b>
<b>Потапчук Є.М. ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ ТА КОРЕГУВАННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ.....</b>	<b>76</b>
<b>Предко Д.Є. КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ФЕНОМЕНА ПОЧУТТЯ В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДИСКУРСУ.....</b>	<b>81</b>
<b>Сазонова О.В., Бабій Д.Б. ОСОБЛИВОСТІ СТИЛІВ МИСЛЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ІЗ РІЗНОЮ ПРОФЕСІЙНОЮ СПРЯМОВАНІСТЮ.....</b>	<b>87</b>
<b>Сіденко Ю.О. ВІЗУАЛІЗОВАНА РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ПЕРИНАТАЛЬНОГО ПЕРІОДУ РОЗВИТКУ ПСИХІКИ СУБ'ЄКТА У ГЛИБИННОМУ ПІЗНАННІ.....</b>	<b>94</b>
<b>Ткаченко О.А. РОЗВИТОК ФЕНОМЕНА МАЙДАНУ У ФОРМАТІ ГЕНЕТИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....</b>	<b>100</b>
<b>Фурман А.А., ЕПІСТЕМНА ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПІЗНАННЯ.....</b>	<b>106</b>
<b>Харченко С.В. ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....</b>	<b>112</b>





<b>Шамлян К.М.</b> ВОЛЯ У СИСТЕМІ ПСИХІЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЛЮДИНИ.....	117
<b>Шеленкова Н.Л.</b> ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ» ЗА ДОПОМОГОЮ ЗАСОБІВ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	122
<b>Шулдик Г.О.</b> МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	127
<b>Щербак Т.І.</b> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОБРАЗУ ФІЗИЧНОГО «Я» ТА ФІЗИЧНОГО ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ.....	132
<b>Якимчук І.П.</b> АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ В МАЙБУТНІХ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ЗДАТНОСТІ ДО ВСТАНОВЛЕННЯ ДОВІРЛИВИХ СТОСУНКІВ ІЗ КЛІЄНТОМ.....	137

## **СЕКЦІЯ 7 МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Денісієвська А.Є.</b> ОСОБЛИВОСТІ ПРОГНОСТИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В ЛЮДЕЙ ІЗ НЕВРОТИЧНИМИ ТА ПСИХОСОМАТИЧНИМИ РОЗЛАДАМИ (ТРИВОЖНО-ФОБІЧНИМ СИНДРОМОМ І ВИРАЗКОЮ ШЛУНКУ).....	142
<b>Завязкіна Н.В., Кендзерська А.Р.</b> РОЗШИРЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ ДЛЯ ДОСЛІДЖЕННЯ АУТОАГРЕСІЇ.....	148
<b>Крамченкова В.О.</b> РОЗРОБЛЕННЯ ТА АПРОБАЦІЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНОЇ МЕТОДИКИ «ПАЛІННЯ ЯК ЗАМІЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ГОЛОДУ».....	153
<b>Крупельницька Л.Ф., Шпортун О.М.</b> ГЕНЕРАТИВНА СТОРОНА ГУМОРУ В ОСІБ ІЗ ПСИХІЧНИМИ РОЗЛАДАМИ.....	160
<b>Литвинчук Л.М.</b> ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕПРЕСИВНИХ ЕПІЗОДІВ ОСІБ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД ОПОЇДІВ.....	171
<b>Малина О.Г.</b> СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ СТИГМАТИЗАЦІЇ ХВОРИХ НА ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ.....	176
<b>Николаенко С.А.</b> ПРОБЛЕМА ПОВЫШЕННЯ ЕФФЕКТИВНОСТІ ІНСТАЛЛЯЦІЇ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО САМОПРЕДСТАВЛЕННЯ В СТРУКТУРЕ СТАНДАРТНОЇ ПРОЦЕДУРИ ДПДГ-ПСИХОТЕРАПІЇ.....	181
<b>Харченко Д.М., Чистовська Ю.Ю.</b> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОСОМАТИЧНИХ СКАРГ В ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ СТИЛЯМИ ПОВЕДІНКИ.....	190

## **СЕКЦІЯ 8 СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ**

<b>Романець З.О.</b> ПСИХОЛОГІЧНЕ ПІДГРУНТЯ ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНО СВІДОМОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ У СОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	195
---	-----



## CONTENTS

### SECTION 6

#### GENERAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

<b>Karpova D.Ye.</b> PSYCHOLOGICAL MEANING AND FUNCTION CONCEPTS STUDENTS OF THE ROLE OF FAMILY MARRIAGE PARTNERS.....	9
<b>Titarenko O.I., Kaulko D.V.</b> FEATURES OF TEENAGERS' CLASS GROUP PSYCHOLOGICAL CLIMATE FORMATION BY MEANS OF ART THERAPY.....	15
<b>Kelner S.S.</b> PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE CONCEPT OF "PERSONAL INTEGRITY" .....	20
<b>Kotik I.O.</b> PSYCHOLOGICAL SPACE OF BEING A RELIABLE AND AUTHENTIC PERSONALITY .....	26
<b>Malik Y.K.</b> PERFORMANCE OF FUNCTIONS ATTENTION IN BOXERS WITH DIFFERENT LEVELS OF SPORTSMANSHIP.....	32
<b>Marchuk K.A., Pirog A.V.</b> NARRATIVE RESEARCH OF FORMING BASE VITAL POSITION OF STUDENTS FROM HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS.....	37
<b>Myroshnyk O.G.</b> ONTOGENETIC ASPECTS OF REFLEXIVITY PERSONALITY IN THE CULTURAL-HISTORICAL APPROACH .....	42
<b>Mishchenko M.S.</b> THE IMPACT OF INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONALITY PSYCHOLOGISTS FUTURE DEVELOPMENT SYNDROME EMOTIONAL BURNOUT.....	48
<b>Oliinyk A.V.</b> ABSURDITY OF HUMAN LIFE AS A FACTOR OF SUICIDE.....	53
<b>Pavlik H.M., Vasylenko I.S.</b> COMMUNICATION AND ORGANIZATIONAL APTITUDES AS IMPORTANT COMPONENTS OF PROFESSIONAL ABILITIES OF COACHES.....	59
<b>Ploshinska A.A.</b> POSSIBILITIES COGNITIVE THERAPY INACTIVITY AS A DYSFUNCTIONAL MOTOR AND LIFE CREATIVE IMPLICIT CONCEPT OF PERSONALITY.....	65
<b>Podkorytova L.O.</b> IMPORTANCE OF REFLECTION TO SOCIONOMIC SPHERE EXPERTS' PROFESSIONAL DEVELOPMENT.....	71
<b>Potapchuk Ye.M.</b> FEATURES OF DIAGNOSTICS AND CORRECTION OF PSYCHO-EMOTIONAL STATES OF THE COMBATANTS.....	76
<b>Predko D.Ye.</b> CONCEPTUALIZATION OF THE PHENOMENON "FEELING" IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGICAL DISCOURSE.....	81
<b>Sazonova O.V., Babiy D.B.</b> FEATURES OF THE THINKING STYLES OF SENIOR PUPILS WITH DIFFERENT PROFESSIONAL ORIENTATION.....	87
<b>Sidenko Yu.O.</b> VISUALISED REPRESENTATION OF PERINATAL PERIOD OF DEVELOPMENT OF THE PSYCHE OF A SUBJECT'S IN DEPTH COGNITION.....	94
<b>Tkachenko O.A.</b> DEVELOPMENT OF THE PHENOMEN "MAJDAN" IN FORMAT GENETIC RESEARCH.....	100
<b>Furman A.A.</b> EPISTEMIC ORGANIZATION OF PSYCHOLOGICAL COGNITION.....	106
<b>Kharchenko S.V.</b> FEATURES OF SOCIAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENCE.....	112
<b>Shamlyan K.M.</b> WILL IN THE SYSTEM OF A PERSON'S MENTAL SELF-REGULATION..	117



<b>Shelenkova N.L.</b> STUDY OF DISCIPLINE “FUNDAMENTALS OF PSYCHODIAGNOSTICS” BY MEANS OF DISTANCE LEARNING.....	122
<b>Shuldik G.O.</b> MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE IN STUDENTS.....	127
<b>Shcherbak T.I.</b> INTERRELATION OF BODY-IMAGE AND PHYSICAL PERFECTIONISM.....	132
<b>Yakimchuk I.P.</b> ANALYSIS OF PROBLEMS IN FUTURE PSYCHOLOGIST ABILITY TO ESTABLISH TRUSTING RELATIONSHIPS WITH CUSTOMERS.....	137

## SECTION 7

### MEDICAL PSYCHOLOGY

<b>Denisiievska A.Ye.</b> THE PROGNOSTIC COMPETENCE FEATURES OF PEOPLE WITH NEUROTIC AND PSYCHOSOMATIC DISORDERS (ANXIETY DISORDERS AND PEPTIC ULCER) .....	142
<b>Kendzerska A.R.</b> PSYCHODIAGNOSTIC OF SELF-AGGRESSION: EXTENDING RESEARCH TOOLS.....	148
<b>Kramchenkova V.O.</b> DEVELOPMENT AND TESTING OF THE PSYCHODIAGNOSTIC TECHNIQUE “SMOKING AS A SUBSTITUTE FOR PSYCHOLOGICAL HUNGER”.....	153
<b>Krupelnytska L.F., Shportun O.N.</b> GENERIC SIDE OF HOMOR OF PEOPLE WITH MENTAL DISORDERS.....	160
<b>Litvinchuk L.M.</b> RESEARCH DEPRESSIVE EPISODE PERSONS DEPENDENT ON OPIOIDS.....	171
<b>Malyna O.G.</b> SOCIO-PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF STIGMATIZATION OF PATIENTS WITH MENTAL DISORDERS.....	176
<b>Nikolaenko S.A.</b> THE PROBLEM OF IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF INSTALLING POSITIVE SELF-DETERMINATION IN THE STRUCTURE OF THE STANDARD PROCEDURE OF EMDR-PSYCHOTHERAPY.....	181
<b>Kharchenko D.M., Chystovska Yu.Yu.</b> FEATURES OF PSYCHOSOMATIC COMPLAINTS OF PERSONS WITH DIFFERENT BEHAVIOURS.....	190

## SECTION 8

### SPECIAL PSYCHOLOGY

<b>Romanets Z.O.</b> BACKGROUND OF FORMING PSYCHOLOGICAL ENVIRONMENTALLY CONSCIOUS INDIVIDUAL BEHAVIOR IN THE SOCIAL ENVIRONMENT.....	195
---	-----



## СЕКЦІЯ 6. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.9: 37.015.3

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ТА ФУНКЦІЇ УЯВЛЕНЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ ШЛЮБНИХ ПАРТНЕРІВ**

Карпова Д.Є., викладач  
кафедри практичної психології та педагогіки  
Хмельницький національний університет

Стаття присвячена розкриттю сутності поняття «уявлення студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів». Доведено, що на сьогодні в Україні є проблема: шлюбно-сімейні уявлення молоді відрізняються нечіткістю та не відповідають реальності, оскільки сім'я нині все менше відповідає сформованій у суспільстві схемі ролевого функціонування. У статті проаналізовані різні визначення поняття «уявлення», які подаються дослідниками зі сфери сімейної та соціальної психології, після чого сформульовано висновок, що під поняттям «уявлення» розуміють стійкі переконання особистості, які забезпечують типове реагування на ситуацію відповідно до сформованої в неї життєвої позиції. Особливу увагу приділено процесу формування в молоді уявлень про сімейні ролі шлюбних партнерів, в результаті чого з'ясовано, що для формування правильного уявлення студентської молоді про сімейні ролі подружжя важливим є наслідування прикладу поведінки обох батьків, оскільки саме вони подають дітям приклад того, як має будуватися спільне життя чоловіка і дружини, як відбувається розподіл сімейних обов'язків. Крім того, було з'ясовано, що на формування уявлень про сімейні ролі шлюбних партнерів у студентської молоді впливають особливості структури сімейного життя в батьківському домі, розподіл сімейних ролей між батьками, додержання їхнього виконання, уявлення про ідеал дружини чи чоловіка, статеві ідентичність. Висвітлено основні показники уявлень студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів за допомогою яких можна виявити рівні їх розвитку, крім цього, розкриті найважливіші функції уявлень молоді про сімейні ролі подружжя. Також охарактеризовано структуру уявлень на основі структури уявлень молоді про сім'ю.

**Ключові слова:** уявлення, студентська молодь, соціальні ролі, сім'я, шлюбні партнери, розподіл, ролеве очікування, наслідування.

Стаття посвящена раскрытию сущности понятия «представление студенческой молодежи о семейных ролях брачных партнеров». Доказано, что на сегодняшний день в Украине существует проблема, заключающаяся в том, что брачно-семейные представления молодежи отличаются нечеткостью и не соответствуют реальности, поскольку семья сейчас все меньше отвечает сложившейся в обществе схеме ролевого функционирования. В статье проанализированы различные определения понятия «представление» ученых, работающих в сфере семейной и социальной психологии, и сделан вывод, что под понятием «представление» подразумевают устойчивые убеждения личности, обеспечивающие типичное реагирование на ситуацию в соответствии со сложившейся у нее жизненной позицией. В статье внимание уделяется особенностям формирования у молодежи представлений о семейных ролях брачных партнеров, в результате чего выяснено, что для формирования правильного представления молодежи о семейных ролях супругов важен пример поведения обоих родителей, поскольку именно они дают детям образец того, как строить совместную жизнь супругов, как происходит распределение семейных обязанностей. Кроме того, было выяснено, что на формирование представлений о семейных ролях брачных партнеров у студенческой молодежи влияют особенности структуры семейной жизни в родительском доме, распределение семейных ролей между родителями, представление об идеале жены или мужа, половая идентичность. Освещены основные показатели представления студенческой молодежи о семейных ролях брачных партнеров, с помощью которых можно выявить уровни их развития, кроме этого, раскрыты важнейшие функции представлений молодежи о семейных ролях супругов. Также охарактеризована структура представлений на основе структуры представлений молодежи о семье.

**Ключевые слова:** представление, студенческая молодежь, семейные роли, семья, брачные партнеры, распределение, ролевое ожидание, подражание.



## Karpova D.Ye. PSYCHOLOGICAL MEANING AND FUNCTION CONCEPTS STUDENTS OF THE ROLE OF FAMILY MARRIAGE PARTNERS

Article elucidates the essence of the concept of understanding students of the role of family marriage partners. Proved that today in Ukraine there is a problem in that marriage and family are different notions of youth unclear and does not correspond to reality, because the family now meets less current role in society circuit operation. The paper analyzed different definitions of the term “representation”, submitted by researchers from the field of family and social psychology then concluded that the concept of “representation” means the individual firm conviction that provide a typical response to the situation in accordance with the established her position in life. Particular attention is paid to the process of forming a young family ideas about the role of marriage partners, as a result found that to form a correct idea students of family roles spouses important example of imitation behavior of both parents, because they give children an example of how it should build a common life of husband and wife as the distribution of family responsibilities. In addition, it was found that the formation of ideas about the role of family marriage partners in students affected by: the features of the structure of family life in his father’s house; distribution of family roles between parents, the observance of their implementation; idea of the ideal spouse; sexual identity. The basic parameters of ideas students of the role of family marriage partners with which to detect the level of development other than that disclosed the most important functions of representations of family roles young couple. Also described structure based on the structure of representations of representations of young families.

**Key words:** *idea, students, social roles, family, spouses, distribution, role expectations follow.*

**Постановка проблеми.** На сьогодні в Україні існує проблема, пов’язана з тим, що шлюбно-сімейні уявлення молоді відрізняються нечіткістю, недостатньою наповненістю. Особливо неповними є уявлення молоді про соціальні ролі шлюбних партнерів. Насамперед, це пов’язано з незнанням принципів, законів сімейного життя, неврахуванням індивідуальних особливостей шлюбного партнера, неготовністю взяття на себе відповідальності, невмінням розподіляти домашні обов’язки. Актуальність даної теми зумовлюється тим, що уявлення молоді про шлюб та соціальні ролі партнерів зокрема дедалі більше деформуються, оскільки сім’я все менше відповідає сформованій у суспільстві схемі рольового функціонування. Крім цього, ми можемо спостерігати трансформацію уявлень молоді про те, які функції і ролі мають виконувати чоловіки і жінки у шлюбі. У дослідженні наша увага була спрямована на студентську молодь, оскільки ми вважаємо, що уявлення про майбутню сім’ю, місце в ній чоловіка та жінки формується в юнацькому віці. Варто відзначити, що на сучасному етапі розвитку суспільства підготовка студентів до сімейного життя є недостатньою та не відповідає віковим інтересам юнацтва. Важливою складовою частиною процесу підготовки студентської молоді є формування адекватних уявлень про майбутню сім’ю.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Існують окремі дослідження особливостей формування уявлень про майбутню сім’ю у студентської молоді. У сучасній психології вивченням поняття «уявлення» займалися такі вчені, як С. Московічі [14]

і Ф. Хайдер [25]. Дослідники звертають увагу на уявлення про сім’ю та особливості їхнього формування у старшокласників (Т. Демидова [6], В. Кравець [11]), частково у студентів (Т. Андрєєва [3], Л. Шнейдер [24]), у подружніх пар із різним стажем сімейного життя (М. Терещенко [17]). Водночас спеціальних досліджень, які б торкалися вивчення особливостей процесу формування уявлень про соціальні ролі подружжя, не виявлено, хоча ця проблема є дуже важливою складовою частиною підготовки молодого покоління до сімейного життя. Особливо гострого значення вона набуває у зв’язку з нівелюванням багатьох цінностей і пошуком молоддю нових ідеалів.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в уточненні сутності поняття «уявлення студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів» та з’ясування ролі і функцій таких уявлень.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Аналіз науково-психологічних джерел [10; 14; 19] свідчить про те, що окремі проблемні питання, пов’язані з уявленнями студентської молоді про сім’ю, розглядали у своїх дослідженнях такі вчені, як: І. Кон [10], Д. Фельдштейн [19] (наукові положення психології про закономірності процесу становлення особистості та міжособистісних взаємовідносин і статево-рольової поведінки у юнацькому віці), С. Московічі [14] (концепції формування уявлень). Проте уявлення про сімейні ролі подружжя, особливості функціонально-рольового розподілу поки що не стали предметом окремого дослідження. На це



вказує відсутність відповідної наукової літератури.

Як окремих компонент життєвої перспективи та життєвих планів уявлення про майбутнє сімейне життя ми можемо виділити з концепції життєвої стратегії, розробленої К. Абульхановою-Славською [1]. Відповідно до цієї концепції, вже в підлітковому віці в життєвих планах особистості є варіанти першочерговості розвитку: закінчити навчання, одружитися, збудувати сім'ю як фактор психологічної стабільності та захисту. Також складаються уявлення про найбільш вірогідний, із точки зору особистості, сценарій розвитку подій її сімейного життя, розподіл обов'язків між членами сім'ї, про сімейні функції. З метою позначення нормативних зразків поведінки в сім'ї, вимог відповідно до кожного типу поведінки, а також функцій, які виконують подружжя, психологи використовують термін «соціальна роль». Під соціальною роллю подружжя ми маємо на увазі модель поведінки, об'єктивно задану соціальною позицією особистості в системі об'єктивних чи міжособистісних відносин. Для того, щоб з'ясувати особливості формування уявлень студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів, варто звернутися до уявлень юнаків про сім'ю, шлюб, оскільки на основі засвоєних знань формуються уявлення про обов'язки в сім'ї, їх розподіл.

Процес становлення життєвої перспективи в багатьох аспектах залежить від сімейних стосунків у батьківській родині. Дослідники Е. Ейдемілер та В. Юстицький вважають, що образ родини залежить від сукупності уявлень про сценарну поведінку кожного члена сім'ї [7]. На їхню думку, сімейні уявлення – досить стійкі утворення, які забезпечують типове реагування особистості на ситуацію відповідно до сформованої в неї життєвої позиції на основі сімейного сценарію, оскільки уявлення про більшість ситуацій сформоване у людини ще до того, як вона з ними зіткнеться. У. Харли пропонує нам розглянути уявлення про сім'ю у вигляді мисленнєвих моделей, що проявляється у прогнозуванні своїх дій, розвитку подій, реакції членів родини на ці дії [21]. Схожу думку висловлює В. Менделевич [12], який вважає, що в процесі сімейного виховання формуються шаблони прогнозування, враховуючи які людина будує свою поведінку та взаємовідносини. За результатами аналізу наукових джерел [7; 12; 21] ми дійшли висновку, що під поняттям «уявлення студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів» варто розуміти стійкі переконання молодої людини, які забезпечують типове реагування

на ситуацію рольового розподілу відповідно до сформованої в неї життєвої позиції.

Як свідчить практика, батьки дають дітям приклад того, як має будуватися спільне життя чоловіка і дружини, як відбувається розподіл сімейних обов'язків [3; 7–9]. З метою формування правильного уявлення молоді про сімейні ролі подружжя важливим є наслідування прикладу поведінки обох батьків: матері та батька. У неповних сім'ях формування уявлення про сімейні ролі ускладнюється через деформацію рольової соціалізації. Відсутність одного з батьків позбавляє можливості формування правильного та адекватного уявлення про розподіл ролей, оскільки за відсутності шлюбного партнера, чоловік (дружина) бере на себе всі ролі. Юнаки ототожнюють себе з батьками відповідної статті. Вони ідентифікують їхні звичаї, поведінку, зразки поводження, манеру спілкування, сімейні обов'язки, способи вирішення конфліктів, інакше кажучи, засвоює свою майбутню подружню роль. Таким чином, на підставі аналізу низки досліджень [7; 9; 12] ми дійшли висновку, що основним механізмом формування уявлень про сімейні ролі шлюбних партнерів є процес ідентифікації, тобто придбання, чи засвоєння цінностей, ідеалів, ролей, моральних якостей. З точки зору П. Самсонової [15], уявлення про сімейні ролі подружжя формуються за допомогою двох механізмів: трансляції та компенсації. Під трансляцією ми маємо на увазі уявлення своєї сім'ї як копії батьківської. Сімейні ролі в такій сім'ї повністю відповідають ролям, які виконували їхні батьки у сім'ї. Яким буде рівень якості спілкування, ступінь негативних чи позитивних прогнозів розвитку сім'ї, чи будуть стосунки засновані на почутті любові, наскільки позитивним є образ майбутньої половини, які стилі вирішення конфліктів у майбутній сім'ї переважатимуть – все це залежить від рівня функціональності батьківської сім'ї. Другий механізм формування уявлення молоді – компенсація – передбачає внесення необхідних, на їхню думку, змін, додавання відсутніх сторін сімейного життя для побудови більш благополучної сім'ї. Наприклад, якщо у батьківській сім'ї з тих чи інших причин (смерть партнера, розлучення) всі сімейні ролі виконував один із членів, дитина, яка спостерігала таку картину, буде намагатися у своїй особистій сім'ї розподілити обов'язки таким чином, щоб кожен із подружжя виконував певну роль, властиву йому.

Варто зазначити, що досить часто вплив батьківської сім'ї набуває патологічного характеру. Е. Фромм наголошує, що влас-

на нерозірваність із батьками становить основу невротичної любові, коли вже будучи дорослими, люди переносять очікування і страхи, які переживали стосовно батьків, на кохану людину [20]. Наприклад, дитина, яка жила з батьками, постійно спостерігала за їхніми діями, розподілом між ними домашніх обов'язків та ролей. Пізніше вона буде намагатись відтворити цю систему у власній сім'ї, буде нав'язувати своєму партнеру ті обов'язки, які виконувалися в неї дома батьками. При цьому вона не враховує індивідуальність свого шлюбного партнера, його особистісні властивості, психологічні особливості.

Теоретичний аналіз проблеми рольових очікувань [2; 7; 15] дав нам змогу виявити конфліктогенні особливості розподілу сімейних ролей шлюбних партнерів, які безпосередньо впливають на неправильне формування уявлень у молоді про сімейні ролі подружжя: невизначеність рольових очікувань подружжя, суперечливість сімейних ролей, вузькі межі їх виконання, що не задовольняють особистісних потреб членів сім'ї, невідповідність сімейних ролей можливостям особистості, рольова перевантаженість шлюбних партнерів.

Враховуючи вищесказане, можемо дійти висновку, що на формування уявлень про сімейні ролі шлюбних партнерів у студентської молоді впливають: особливості структури сімейного життя в батьківському домі; розподіл сімейних ролей між батьками, додержання їхнього виконання; індивідуально-психологічні якості особистості подружжя (характер, ціннісні орієнтації, переконання, смаки, звички, особливості потребно-мотиваційної сфери); уявлення про ідеал дружини чи чоловіка (очікування, пов'язане зі шлюбом, вимоги до сімейного життя); просімейна мотивація; статева ідентичність; уявлення особистості про ролі чоловіка й жінки в сім'ї.

Узагальнивши результати наукового аналізу цієї проблеми В. Сисенко [16], який виділив комплекс вимог, обов'язків і соціальних стандартів поведінки, якими регулюється сумісне життя. На основі сформованості цього комплексу можемо виявити рівень сформованості уявлення молоді про сімейні ролі подружжя, рольовий розподіл. До них належать: готовність прийняти на себе нову систему обов'язків щодо свого шлюбного партнера, відповідальності за його поведінку; визнання принципу рівності в сімейних відносинах; врахування індивідуальних, вікових особливостей партнера; уміння пристосуватися до звичок і рис шлюбного партнера і розуміння його духовних рухів і станів;

здатність до самовідданості щодо партнера; уміння бути терпимим і поблажливим, приймати партнера зі всіма його особливостями і недоліками, пригнічувати власний егоїзм; підготовленість до конструктивного спілкування і співпраці, узгодження взаємодій;

Аналіз науково-психологічної літератури [6; 8; 14] дав нам можливість стверджувати, що на основі уявлень студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів Н. Москвічев [13] виділяє чотири групи сімей. Саме ці уявлення є шаблонами, які будуть використовуватись під час створення сім'ї. Це такі групи:

1. «Тепле коло спілкування, домашній затишок». Подружжя у такій сім'ї виступає у ролі друзів, тут головне взаєморозуміння, підтримка.

2. «Притулок, сховище, фортеця». Сімейні ролі у цій сім'ї пов'язані із захистом партнера, піклуванням про нього, можливістю захистити від складнощів зовнішнього світу.

3. «Стабільний організм, дерево, мурашник». Перш за все, це взаємна допомога та підтримка родичів у цілісному процесі функціонування сім'ї. Шлюбні партнери у такій сім'ї беруть на себе роль «добувача», вони забезпечують матеріальне становище сім'ї, її стабільність.

4. «Взаємна відповідальність», де кожен член родини несе відповідальність один за одного, за розвиток стосунків.

Знання і уявлення молоді про себе як людину певної статі зі специфічними для чоловіка і жінки потребами, ціннісними орієнтаціями, мотивами, інтересами і формами поведінки, а також уявленнями про соціальні ролі подружжя служать психологічним фоном шлюбу і впливають на міжособистісні відносини подружжя.

Наступне, що характерне для уявлень молоді про рольовий розподіл подружжя, – це їх нереалістичність. Дослідження поглядів студентів В. Зацепіним [8] показали, що уявлення молоді про якості, обов'язки шлюбного партнера перевищують його реальні можливості. Це може вказувати на розбіжності уявлень молоді про сімейні ролі свого супутника життя і потенційного партнера по повсякденному спілкуванню. С. Ковальов [9] підкреслює важливість формування адекватних шлюбно-сімейних уявлень молодих людей. Сьогодні уявлення про шлюб та сім'ю у молодих людей має низку негативних особливостей. Як зазначає вчений, завдання полягає в тому, щоб сформувані у молоді адекватні ролі очікування та намагатись створити правильне розуміння рольового розподілу.





На сьогодні ми й справді спостерігаємо значне підвищення вимог до особистісних можливостей та психологічних особливостей партнера, що сприяють формуванню неадекватних уявлень про сімейні ролі подружжя в сім'ї. Так, у дослідженні Т. Андреевої [3] щодо образу майбутнього чоловіка/дружини у студентів університету виявилось, що чимало дівчат висуває повний набір усіх теоретично можливих якостей людини – від краси, розуму, сильної волі до фінансової забезпеченості. Це свідчить про наявність важливої проблеми, яка може призвести до неадекватності вибору майбутнього чоловіка/дружини – ідеалізації партнера. Провівши аналіз наукової літератури [2–3; 6; 11], ми дійшли висновку, що проблема ідеалізації має як негативні, так і позитивні сторони. Ідеалізація відіграє деструктивну роль і може призвести до глибокої незадоволеності обраним партнером, оскільки вона необґрунтовано завищує очікування від партнера і взаємодії з ним. Через це молода людина усвідомлює те, що вона не відповідає ідеальному образу. З іншого боку, ідеалізацію партнера в дошлюбних уявленнях можна назвати конструктивною. Вона полягає в тому, що ідеалізація партнера є стимулом для розвитку його особистості.

У. Харлі виділяє кілька основних очікувань у ставленнях до партнера [21]. У чоловіків це – статеве задоволення, супутниця для відпочинку, приваблива дружина, ведення домашнього побуту або моральна підтримка а у жінок це – ніжність або атмосфера романтизму, піклування, можливість поговорити, чесність та відкритість, фінансова підтримка, відданість чоловіка сім'ї або виконання ним батьківських обов'язків.

Уявлення студентів про соціальні ролі шлюбних партнерів характеризуються специфічним змістом, структурою і рівнями розвитку. Аби мати уявлення про соціальні ролі, варто знати особливості сім'ї. Враховуючи це, ми можемо припустити, що структура уявлень молоді про соціальні ролі базується на структурі уявлень про сім'ю, яка включає: когнітивний (система знань про сімейне життя і себе як майбутнього сім'янина), емоційно-оцінний (ставлення до майбутньої сім'ї, батьків і сімейного життя і їх оцінка) і поведінковий (ідентифікаційна поведінка у сім'ї) компоненти. Коли йдеться про структуру уявлень молоді про сім'ю, виникає потреба детальніше розглянути основні її компоненти.

Як свідчать результати аналізу наукової літератури, когнітивний компонент уявлень про сім'ю характеризується: неповним усвідомленням студентів функцій сім'ї;

орієнтованістю на рівноправність у господарсько-економічних відносинах; усвідомленням відносин влади – підкорення; поверхневими уявленнями про якості, що є необхідними для щасливого сімейного життя; розбіжностями уявлень у визначенні якостей ідеальних чоловіка і дружини; обмеженими уявленнями про організацію сімейного життя, про права й обов'язки подружжя, матеріально-побутову організацію сімейного життя; володіння конструктивними способами вирішення сімейних конфліктів; спрямованістю на створення інтимно-особистісного шлюбу. Емоційно-оцінний компонент уявлень студентів про сім'ю характеризується позитивним ставленням до сімейного життя, народження дітей, партнера, критичним сприйняттям сімейного життя своїх батьків і ідентифікацією себе з батьками тієї самої статі. У поведінковому компоненті уявлень про сім'ю характеризується ступенем ідентифікації батьківської родини з образом майбутньої сім'ї, стилем реагування особистості в конфліктних ситуаціях, особливостями статево-рольової поведінки.

Розглядаючи структури уявлень, варто звернути увагу на основні функції уявлень студентської молоді про соціальні ролі шлюбних партнерів. Теоретичний аналіз науково-психологічної літератури [14; 18; 22] свідчить, що найважливішою функцією уявлень вчені вважають те, що вони служать інструментом пізнання. Тобто за допомогою уявлення ми спочатку описуємо, потім класифікуємо і лише тоді пояснюємо об'єкти уявлень. С. Московічі [14] говорить, що саме уявлення спонукають нас формувати звички. Іншими словами, людина бачить навколишній світ не таким, яким він є насправді, а крізь призму власних бажань, інтересів і уявлень. Другою важливою функцією уявлень є функція орієнтації поведінки. Ця функція спостерігається як у поведінці, так і емоційних проявах людини. Так, Р. Харре [22], дослідивши вираження емоцій у різних культурах, виявив, що поява тих чи інших емоцій і їхні динамічні параметри залежать від соціальних уявлень, що існують в тих чи інших культурах. Інакше кажучи, соціальні уявлення трактуються як незалежна змінна, що детермінує все різноманіття поведінки людини. Третьою функцією соціальних уявлень є адаптаційна. Вона допомагає індивіду адаптуватися до соціуму, а також до вже сформованих і наявних у суспільстві поглядів, думок і оцінок.

Підсумувавши вищесказане, можемо дійти висновку, що уявлення студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів



формується на основі їхніх знань, які були засвоєні на прикладі батьківської родини, і вони, як правило, не відповідають реальним можливостям партнера. У зв'язку з цим у майбутній сім'ї будуть виникати конфлікти, пов'язані з розходженням уявлень про рольовий поділ партнерів. Для експериментального дослідження уявлень молоді ми пропонуємо використовувати такі методики:

– методика «Розподіл ролей у сім'ї» (Ю. Альошина, Л. Гозман, Є. Дубовська) [2] – для визначення ступеню реалізації чоловіком і дружиною тієї або іншої ролі (відповідального за матеріальне забезпечення сім'ї, господаря (господарки) будинку, відповідального за виховання дітей, організатора сімейної субкультури, розваг, сексуального партнера);

– опитувальник «Рольові очікування й домагання у шлюбі» (О. Волкова, Г. Трапезникова) [5], який визначає уявлення подружжя про значущість у сімейному житті сексуальних стосунків, особистісної згуртованості чоловіка і дружини, батьківських обов'язків, професійних інтересів кожного з подружжя, господарсько-побутової сфери, моральної й емоційної підтримки, зовнішньої привабливості партнерів;

– методика «Соціально-рольова адекватність» В. Торохтія [17] – для визначення ступеню адекватності уявлень людини про соціальні ролі партнера.

Досліджуючи уявлення молоді про соціальні сімейні ролі шлюбних партнерів, доречним буде використання методик, які досліджують індивідуально-психологічні властивості партнера, його характер, для встановлення відповідності очікуванням партнера і його реальним можливостям.

**Висновки з проведеного дослідження.** У дослідженні нами було встановлено, що в Україні існує проблема: шлюбно-сімейні уявлення молоді відрізняються нечіткістю та не відповідають реальності, оскільки сім'я нині дедалі менше відповідає сформованій у суспільстві схемі рольового функціонування. За результатами аналізу наукових джерел [7; 12; 21] ми дійшли висновку, що під поняттям «уявлення» варто розуміти стійкі переконання особистості, які забезпечують типове реагування на ситуацію рольового розподілу відповідно до сформованої в неї життєвої позиції. Значною мірою уявлення студентської молоді про сімейні ролі подружжя формуються за допомогою двох механізмів: трансляції та компенсації, які пов'язані зі знаннями про батьківську сім'ю, тобто на основі її сімейного сценарію. Крім того, було з'ясовано, що на формування уявлень

про сімейні ролі шлюбних партнерів у студентській молоді впливають: особливості структури сімейного життя в батьківському домі; розподіл сімейних ролей між батьками, додержання їхнього виконання; уявлення про ідеал дружини чи чоловіка; статева ідентичність. Нами було сформульовано висновок, що явлення студентів про сімейні ролі шлюбних партнерів характеризується специфічним змістом, структурою і рівнями розвитку. Зважаючи на це, серед подальших розвідок із цього напрямку є з'ясування впливу уявлень студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів на їхню готовність до шлюбу.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Абульханова К. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности) : Избранные психологические труды / К. Абульханова. – М. : Московский психолого-социальный институт, Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 1999. – 224 с.
2. Алешина Ю. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений / Ю. Алешина, Л. Гозман, Е. Дубровская. Спецпрактикум по социальной психологии. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 120 с.
3. Андреева Т. Семейная психология / Т. Андреева. – Санкт-Петербург, 2004. – 382 с.
4. Берн Э. Игры, в которые играют люди : Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры : Психология человеческой судьбы / Э. Берн. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2002. – 480 с.
5. Волкова А. Методические приемы диагностики супружеских отношений / А. Волкова, Т. Трапезникова // Вопросы психологии. – 2002. – № 5. – С. 110–116.
6. Демидова Т. Психологические особенности формирования представлений о будущей семье у юношей и девушек / Т. Демидова // Психология. Збірник наукових праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, Випуск 18. – 2002. – С. 150–153.
7. Ейдемиллер Е. Семейная психотерапия / Е. Ейдемиллер, В. Юстицкис. – Л. : Медицина, 1989. – 186 с.
8. Зацепин В. Семья. Социально-психологические и этические проблемы / В. Зацепин, Л. Бучинская, И. Гавриленко и др. – К. : Политиздат, 1989. – 255 с.
9. Ковалев С. Психология современной семьи / С. Ковалев. – М. : Просвещение, 1988. – 184 с.
10. Кон И. Психология ранней юности / И. Кон. – М. : Просвещение, 1989. – 286 с.
11. Кравець В. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді / В. Кравець. – К. : Київська правда, 2000. – 688 с.
12. Менделевич В. Клиническая (медицинская) психология : [Учебное пособие] / В. Менделевич. – 6 е изд. – М. : МЕДпресс информ, 2008. – 432 с.
13. Москвичева Н. Образ семьи и ее динамика до геногенеза / Н. Москвичева. – СПб. : СПбГУ, 2003. – 215 с.
14. Московичи С. Социальное представление : исторический взгляд / С. Московичи // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 1. – С. 3–18; № 2. – С. 3–14.



15. Самсонова П. Роль родительской семьи в формировании представлений подростков о будущей семье / П. Самсонова. – М., 2005. – 560 с.
16. Сысенко В. Новобрачные в зеркале собственных взглядов, суждений, оценок / В. Сысенко. – М. : Мысль, 1985. – 235 с.
17. Терещенко М. Дошлюбні уявлення про сімейне життя як чинник подружнього взаєморозуміння / М. Терещенко // Вісник психології і педагогіки. Збірник наук. праць. – Випуск 13. – № 6. – С. 106–114.
18. Торохтий В. Психологическое здоровье семьи и пути его изучения / В. Торохтий // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 1996. – № 3. – С. 36–44.
19. Фельдштейн Д. Психология развития личности в онтогенезе / Д. Фельдштейн. – М. : Педагогика, 1989. – 206 с.
20. Фромм Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб. : Азбука, 2002. – 221 с.
21. Харли У. Законы семейной жизни / У. Харли, Ф. Уиллард. – М. : Протестант, 1992. – 208 с.
22. Харре Р. Вторая когнитивная революция / Р. Харре // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17. – № 2. – С. 3–15.
23. Чудновский В. Становление личности и проблема смысла жизни / В. Чудновский. – М., 2006. – 511 с.
24. Шнейдер Л. Психология семейных отношений. Курс лекций / Л. Шнейдер. – М. : Апрель-Пресс, издательство ЭКСМО-Пресс, 2000. – 275 с.

УДК 373.5.015.311:[159.922:7]

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ КЛАСНОГО КОЛЕКТИВУ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

Титаренко О.І., старший викладач  
кафедри психології

*Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького*

Каулько Д.В., магістрант

*Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького*

У статті проаналізовано особливості формування психологічного клімату класного колективу підлітків засобами арт-терапії. Обґрунтовано доцільність використання методів арт-терапії в даному питанні. Представлено розроблену програму формування психологічного клімату класного колективу і результати дослідження її ефективності.

**Ключові слова:** психологічний клімат, арт-терапія, спільне малювання, класний колектив.

В статье проанализированы особенности формирования психологического климата классного коллектива подростков средствами арт-терапии. Обоснована целесообразность использования методов арт-терапии в данном вопросе. Представлены разработанная программа формирования психологического климата классного коллектива и результаты исследования её эффективности.

**Ключевые слова:** психологический климат, арт-терапия, совместное рисование, классный коллектив.

Titarenko O.I., Kaulko D.V. FEATURES OF TEENAGERS' CLASS GROUP PSYCHOLOGICAL CLIMATE FORMATION BY MEANS OF ART THERAPY

The article analyzed the features of teenagers' class group psychological climate formation by means of art therapy. The study justified the appropriateness of art therapy using this issue. The article presented a developed program of class group's formation and the results of its efficiency.

**Key words:** psychological climate, art therapy, combined drawing, class group.

**Постановка проблеми.** Психічне здоров'я дітей викликає нині у медиків і педагогів серйозну тривогу. Зростає кількість неврозів, відзначається втрата інтересу до навчання і суспільного життя; часті прояви загальної апатії чи, навпаки, підвищеної дратівливості й агресивності; спостерігається тяга до тютюнопаління, алкоголю та наркотиків. У сучасну школу приходять діти, різні за характером і поведінкою, за рівнем свого розвитку і ступеню підготовленості.

Психологічний клімат є чинником, через який переломлюється, опосередкується будь-яка діяльність колективу. При цьому переважний настрій людей визначає не тільки міру включеності кожного в діяльність, але й характер її спрямованості, її ефективність. Природно, що вплив психологічної атмосфери на особистість може бути двояким – як стимулюючим, так і гальмуючим, що пригнічує творчу ініціативу, активність і енергію.

Таким чином, проблеми формування позитивного соціально-психологічного клімату в колективі є актуальними у наш час.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженню особливостей пси-

хологічного клімату приділяли увагу такі вітчизняні вчені: Г. Андреєва, В. Мясіщев, Б. Паригін, К. Платонов, А. Свенцицький.

Вивчення клімату шкільного класу почалося завдяки зусиллям М. Аникеева, О. Лутошкіна, І. Шварца та інших у зібранні «Учителю про психологічний клімат в колективі». Психологічний клімат – це емоційне забарвлення психологічних зв'язків членів колективу, що виникає на основі їх симпатії, збігу характерів, інтересів, схильностей [9, с. 56].

Л. Буєва та Є. Кузьмін розглядають клімат як суспільно-психологічний феномен, як стан колективної свідомості [3, с. 89].

А. Русалінова та А. Лутошкін підкреслюють, що сутнісною характеристикою психологічного клімату є загальний емоційно-психологічний настрій колективу [6, с. 58].

В. Шепель і В. Покровський аналізують психологічний клімат через стиль взаємин людей, що перебувають у безпосередньому контакті один з одним [10, с. 79].

В. Косолапов та А. Щербань визначають клімат у термінах соціальної та психологічної сумісності членів колективу, їх морально-психологічної єдності, згуртованості,



наявності загальних думок, звичаїв і традицій [2, с. 48].

Також у вивченні психологічного клімату використовували й арт-терапію, яка виникла в контексті теорій З. Фрейда і К. Юнга, а в подальшому набувала більш широку концептуальну базу, включаючи гуманістичні моделі розвитку особистості К. Роджерса і А. Маслоу [1, с. 41].

Методологічну основу арт-терапевтичного напрямку в психології заклали такі відомі психологи і психотерапевти, як О. По-стальчук, М. Мауро, К. Тісдейл, К. Кейз, Т. Боронська, М. Лібманн, К. Дрюкер, С. Льюїс, Д. Байєрі, П. Луззатто, Д. Калманович, Б. Ллойд, Д. Мерфі, Е. Крамер, К. Кейз і Т. Деллі, Д. Вудз, Д. Енлі.

**Постановка завдання.** Метою статті є аналіз особливостей формування психологічного клімату класного колективу підлітків засобами арт-терапії, а завданням – аналіз використання арт-терапевтичних методів спільного малювання у процесі формування психологічного клімату класного колективу, розроблення програми формування психологічного клімату класного колективу та дослідження ефективності розробленої програми.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У наш час спостерігається зниження рівня психічного здоров'я школярів. Причини різноманітні: це і обтяжена спадковість, і екологічні проблеми, і соціальна криза. Все це спонукає шукати нові психолого-педагогічні засоби попередження таких негативних проявів.

Часто дитина підсвідомо домагається уваги, тому що боїться самотності, переймається, що про неї забули, не помітили. Або ж за неадекватною поведінкою приховується відчай, втрата надії на успіх. Дитина може взяти нав'язану їй роль невдахи, нездібної, безнадійної людини, яка у відповідь на ці невдачі зненавиділа весь світ. Ці та багато інших причин призводять до того, що в класі складаються негативні стосунки між дітьми, формується нездоровий психологічний клімат, а він призводить до взаємного нерозуміння, до того, що діти не можуть змістовно спілкуватись і продуктивно взаємодіяти, не почуваються прийнятими на рівних, не мають друзів, хороших приятелів у своєму класі.

Одним із таких засобів є арт-терапія, яка допомагає дітям впоратись зі своїми психологічними проблемами, відновлювати емоційну рівновагу, переключатись із негативних переживань на позитивно забарвлені почуття і думки. Багато навчальних труднощів і конфліктних ситуацій виникають на психологічній основі, тому допомогти

дитині впоратись з особистими проблемами може тільки психолог, що спеціалізується на роботі з дітьми шкільного віку. Він має грамотно встановити істинні причини шкільних проблем і забезпечити адекватну допомогу учням. Тому одним із напрямів психолого-педагогічного супроводу може виступати застосування арт-терапії.

У наш час арт-терапія набула педагогічного спрямування, яке пов'язане зі зміцненням психічного здоров'я дитини, і виконує психогігієнічні (профілактичні) та корекційні функції.

Як відомо, мова образотворчого мистецтва є мовою дітей та підлітків. Діти мислять образами, кольорами, звуками, відчуттями загалом, як писав К. Ушинський, закликаючи вчителів опиратися на ці особливості дитячого мислення. Робота фантазії виявляється у візуальних образах і лише потім – у словах. Образотворча робота – безпечний і природний для дитини вид діяльності, «транзитний простір» (Р. Гудман, Д. Джонсон). Ще Л. Виготський вважав, що малювання є своєрідним оповіданням про свій розвиток і формування окремих систем психіки [4, с. 40].

Діти та підлітки, порівняно з дорослими, більш спонтанні, але менш здатні до рефлексії своїх почуттів та поведінки. Художній метафоричний образ – це посередник між внутрішнім світом дитини та оточенням. Через образи відбувається встановлення зв'язку з глибинно-психологічними та міфологічними пластами колективного несвідомого. Використання арт-терапевтичних методів розвиває схильність до аналізу продуктів власної творчості, рефлексії своїх психологічних особливостей. Арт-терапія відіграє значну роль у зміцненні ідентичності, розробленні нових, більш відповідних логіці внутрішнього розвитку особистості й суспільства патернів поведінки [4, с. 41].

Як відзначає Л. Лебедева, є широкий спектр показань для проведення арт-терапевтичної роботи в системі освіти, причому не тільки з дітьми, але й у педагогічному колективі [5, с. 25]. Серед них:

- негативна «Я-концепція», дисгармонійна, перекошена самооцінка, низький ступінь самоприйняття;
- труднощі емоційного розвитку, імпульсивність, підвищена тривожність, страхи, агресивність;
- переживання емоційного відкидання, почуття самотності, стресові стани, депресія;
- неадекватна поведінка, порушення стосунків із близькими людьми, конфлікти у міжособистісних відносинах, незадово-



леність у сімейній ситуації, ревності, ворожість до оточуючих.

Арт-терапевтичні заняття ефективні у разі порушення адаптації з метою психологічної допомоги молодшим школярам, що зазнають труднощів в навчанні.

Багато психічних та деяких фізичних відхилень роблять дитину пасивною. Коло її інтересів стає вузьким, потреба в активній взаємодії зі світом знижується. Через це знижується і здатність до адаптації. Дитина «поринає у себе», вважає, що не зможе знайти вихід із ситуації, що склалася. Арт-терапія дає змогу розірвати це порочне коло. Коли дитина займається творчістю, вона винаходить нові й нові засоби вираження своїх емоцій і поступово – нові засоби спілкування зі світом, тобто втрачені здібності відновлюються.

Дослідження, проведені під керівництвом Л. Лебедевої, показали, що арт-терапевтичні заняття дають змогу вирішувати подальші важливі педагогічні завдання [7].

**Виховні.** Взаємодія будується таким чином, щоб діти вчилися коректному спілкуванню, співпереживанню, дбайливим взаєминам з однолітками і дорослими. Це сприяє моральному розвитку особистості, забезпечує орієнтацію в системі моральних норм, засвоєнню етики поведінки. Відбувається більш глибоке розуміння себе, свого внутрішнього світу (думок, почуттів, бажань). Складаються відкриті, довірливі, доброзичливі стосунки з педагогом.

**Корекційні.** Досить успішно коригується образ «Я», який раніше міг бути деформованим, поліпшується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими людьми. Також хороші результати досягнуті в роботі з деякими відхиленнями в розвитку емоційно-вольової сфери особистості.

**Психотерапевтичні.** «Лікувальний» ефект досягається завдяки тому, що в процесі творчої діяльності створюється атмосфера емоційної теплоти, доброзичливості, емпатичного спілкування, визнання цінності особистості іншої людини, турбота про неї, її почуття, переживання. Виникають відчуття психологічного комфорту, захищеності, радості, успіху. У результаті мобілізується цілющий потенціал емоцій.

**Діагностичні.** Арт-терапія дає змогу одержати відомості про розвиток і індивідуальні особливості дитини. Це коректний спосіб поспостерігати за нею у самостійній діяльності, краще дізнатися про її інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, неповторність, особистісну своєрідність, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції. У процесі занять лег-

ко проявляються характер міжособистісних відносин і реальне становище кожного в колективі, а також особливості сімейної ситуації. Арт-терапія виявляє і внутрішні, глибинні проблеми особистості. Володіючи багатобічними діагностичними можливостями, вона може бути віднесена до проєктивних тестів.

**Розвиваючі.** Завдяки використанню різних форм художньої експресії складаються умови, за яких кожна дитина переживає успіх у тій чи іншій діяльності, може самостійно впоратись із важкою ситуацією. Діти вчаться вербалізації емоційних переживань, відкритості у спілкуванні, спонтанності. Відбувається особистісне зростання людини, набувається досвід нових форм діяльності, розвиваються здібності до творчості, саморегуляції почуттів і поведінки.

Арт-терапія пропонує дитині та дорослому висловити свої емоції, почуття за допомогою ліплення, малювання, конструювання із природних матеріалів. Використовуючи прийоми арт-терапії, досягаються такі цілі: вираження емоцій і почуттів, пов'язаних із переживаннями своїх проблем, самого себе; активний пошук нових форм взаємодії зі світом; підтвердження своєї індивідуальності, неповторності і значимості; і, як наслідок трьох попередніх, підвищення адаптивності в постійно мінливому світі (гнучкості).

Важливим у наш час є використання методу спільного малювання. Дитина вчиться розуміти, наскільки важливим є вміння співпрацювати і спілкуватись у колективі і під час спільного завдання. Це досить важливе вміння і навички в сучасному житті. Можна дати зрозуміти дитині важливість комунікації, наочно показавши їй важливість взаємодопомоги і дружньої участі.

Спільне малювання – це особливий ігровий метод, у процесі якого дитина малює різні предмети, ситуації з життя дитини і його родини, різноманітні сюжети зі світу людей і природи. Таке малювання обов'язково супроводжується емоційним коментарем. Використання спільного малювання на заняттях можливе після того, як налагоджений емоційний контакт. Метод спільного малювання надає нові цікаві можливості:

1. Виникає ситуація, що спонукає дитину до активних дій. Під час спільного малювання виникає ситуація емоційного і ділового спілкування.

2. Ситуація спільного малювання створює нові можливості для формування психологічного клімату класу.

3. Використання методу спільного малювання дає можливість розвивати засоби комунікації.



4. Спільне малювання допомагає у проведенні з дитиною терапевтичної роботи.

Виділяють такі етапи: налагодження емоційного контакту, залучення інтересу до нового виду діяльності; малювання «за замовленням» дітей; поступове введення різних варіантів виконання одного малюнка, нових деталей зображення.

Дитячий колектив, як і колектив дорослих людей, має свій психологічний клімат. Під психологічним кліматом розуміють емоційно-психологічний настрій колективу, в якому на емоційному рівні відображаються особисті та ділові стосунки членів колективу з їхніми моральними нормами та інтересами.

Психологічний клімат – це стиль, емоційне забарвлення спілкування і взаємодії людей, яке впливає на їхню спільну діяльність; це переважний порівняно стійкий емоційний настрій людей у колективі [8].

Учніський колектив – могутній засіб формування особистості, але лише тоді, коли психологічний клімат у ньому позитивний, безконфліктний. Тому його вивчення є дуже важливим. Адже він впливає на виховання, гармонійний розвиток особистості учнів, значною мірою зумовлює риси характеру окремих учнів та стосунки в колективі.

У разі, коли психологічний клімат виявляється нездоровим, виникає потреба з'ясувати причини, що призвели до цього.

Негативна поведінка дітей часто має глибокі психологічні причини. Поведінка кожного учня так само, як характер психологічного клімату у класі залежать, перш за все, від індивідуальних психологічних особливостей дітей.

Проблемою організації сприятливого психологічного середовища доводиться найбільше займатися класному керівнику.

У школярів є сильна потреба в діалогічному спілкуванні з педагогами. Здоровий психологічний клімат на уроках – наслідок змістовного спілкування поза уроком. Атмосфера на уроці залежить від загального настрою колективу загалом [9, с. 54–56].

Як вже згадувалося, психологічний клімат на емоційному рівні відображає сформовані в колективі взаємини, характер взаємного співробітництва, ставлення до значущих явищ життя. Він складається завдяки «психологічній атмосфері» – також групового емоційного стану, яка, однак, має місце у порівняно невеликій відрідки часу і, у свою чергу, створюється ситуативними емоційними станами колективу.

Для того щоб знайти шляхи оптимізації психологічного клімату, треба спочатку діагностувати рівень його розвитку, а потім

вже шукати закономірності та шляхи формування.

Почате експериментальне дослідження спрямоване на вивчення впливу розробленого нами тренінгу на характер і рівень формування психологічного клімату класного колективу. Експериментальну базу дослідження складає група з 20 школярів 6 класу КЗ «Кам'янська ЗОШ I-III ступенів» Запорізької області віком 12 років.

З метою проведення дослідження нами було використано кілька методик: «Соціометрію» Дж. Морено, анкетування «Індивідуально-типологічний опитувальник Л. Собчик», з метою визначення внутрішньої групових взаємодій між учнями класу, а також ролі кожного учня в класному колективі – методика «Дерево».

Спочатку був проведений зріз, що констатує.

Потім була проведена розроблена нами програма формування психологічного клімату класного колективу, яка розрахована на 10 занять по 45 хвилин, із частотою зустрічей 1–2 рази на тиждень. Програма складається з трьох частин: вступ (перше заняття), основна частина (з другого по восьме заняття), заключна частина (дев'яте та десяте заняття). Кожне із занять має власну мету, яка, у свою чергу, підпорядковується головній меті тренінгу.

Мета тренінгу – формування психологічного клімату класного колективу за допомогою арт-терапевтичних методів спільного малювання.

Завдання:

1. Розвиток навичок групової взаємодії на основі спільного малювання.
2. Надання підтримки учнів, які відчувають труднощі.
3. Розвиток умінь працювати в команді.
4. Згуртування класу.

Структура тренінгу:

Вступ.

1 заняття. Визначення мети, завдань, принципів роботи у групі. Створення атмосфери довіри, спільності та взаєморозуміння. Налаштування на подальшу роботу. Вправи: «Сніжний ком», «Вступне коло», «Мауглі», рефлексія, «Завершальний шерінг».

Основна частина.

2 заняття. Допомога дітям прояснити свої цілі на час навчання у школі. Вправи: «Вступне коло», «Гра з м'ячем», «Чарівний килим», «Завершальний шерінг».

3 заняття. Усвідомлення дітьми, які якості важливі у дружбі. Вправи: «Вступне коло», «Справжній друг», «Малювання самого себе», «Завершальний шерінг».

4 заняття. Ознайомлення зі шкільними правилами і усвідомлення особливостей

своєї поведінки в різних шкільних ситуаціях. Вправи: «Вступне коло», «Портрет групи», «Завершальний шерінг».

5 заняття. Сприяння саморозкриттю дітей і розвитку емпатії. Вправи: «Вступне коло», Спільне малювання «Планета мого класу», «Малювання свічкою та аквареллю», «Завершальний шерінг».

6 заняття. Сприяння розвитку уяви та навичок сумісної діяльності. Вправи: «Вступне коло», «Змішуємо фарби», «Клякси», «Завершальний шерінг».

7 заняття. Навчання розпізнавати свої шкільні страхи, пошук способів їх подолання. Вправи: «Вступне коло», «Чого я боюсь?», «Завершальний шерінг».

8 заняття. Розвиток навичок спілкування і вирішення конфліктів. Вправи: «Вступне коло», «Назви почуття», «Парне малювання», «Як розв'язати конфліктні ситуації», «Завершальний шерінг».

Заключний блок.

9 заняття. Формування навичок прийняття особистих негативних емоцій. Вправи: «Вступне коло», «Малюємо образу», «Малювання пальцем», «Завершальний шерінг».

10 заняття. Встановлення емоційного контакту, осмислення і закріплення досвіду отриманого у процесі тренінгу. Вправи: «Дерево», «Доброзичливе послання», «Завершальний шерінг».

Групові обговорення й дискусії супроводжуються коментарем психолога. В основі програми лежить принцип поетапності розвитку групи і поступовості у глибшому розумінні кожним учасником самого себе. Кожна нова зустріч логічно впливає з попередньої і є змістовною основою для наступної.

Після проведеного тренінгу ми провели повторний зріз, який показав, що за результатами соціометрії кількість прийнятих підвищилась на 15%, а ізольованих – зменшилось на 5%. За результатами «Індивідуально-типологічний опитувальника Л.М. Собчик» в середньому було виявлено підвищення таких якостей, як відчуття відповідальності (на 15%) і самовираження (на 25%). За показником методики «Дерево» було виявлено в середньому покращення в таких якостях, як дружба підтримка, лідерство, товариськість, а також зменшення тривожності (10%) та замкнутості (10%).

Дослідження внутрішньо групові взаємодії між учнями класу, визначення ролі кожного учня у класному колективі, а також виявлення соціально-психологічного рівня адаптації особистості в соціальній групі дало змогу скласти «портрет» класного колективу, а також надати консультацію пе-

дагогам та батькам.

Таким чином, запропонована програма є ефективною для формування психологічного клімату у класному колективі. Вправи підібрано таким чином, щоб забезпечити взаємодію всіх дітей, включити у взаємодію і тих, спілкування з якими часто уникають. Позитивний психологічний клімат та ефективна групова взаємодія у класі можуть стати стимулом, ресурсом для особистісного розвитку, покращення успіхів у навчанні, спілкуванні з батьками та вчителями або ресурсом для подолання повсякденних проблем підлітка.

**Висновки з проведеного дослідження.** Формування психологічного клімату як емоційно-психологічного настрою колективу, в якому на емоційному рівні відображаються особисті та ділові стосунки членів колективу з їхніми моральними нормами та інтересами є системним та потребує уваги. Тому учнівський колектив – могутній засіб формування особистості, але лише тоді, коли психологічний клімат у ньому позитивний, безконфліктний. Адже він впливає на виховання, гармонійний розвиток особистості учнів, значною мірою зумовлює риси характеру окремих учнів та стосунки в колективі.

Ми вважаємо, що одним з ефективних методів у цьому процесі є арт-терапія.

Арт-терапевтичні заняття ефективні під час порушення адаптації з метою психологічної допомоги школярам, що зазнають труднощі в навчанні. Завдяки методу спільного малювання у дітей формуються усвідомлені ставлення як до власних потреб, так і до людей, які їх оточують. Спільне малювання постає як спосіб розуміння себе і навколишньої дійсності, як засіб висловлювання різноманітних емоцій, зокрема і негативних. Тому він буде доцільним також для зняття психічної напруги, стресових станів, у разі корекції неврозів, страхів.

Узагальнюючи найбільш важливі результати нашої роботи, можна сказати, що використання арт-терапевтичних методів спільного малювання у формуванні психологічного клімату класного колективу є ефективним та сприяє налагодженню емоційного контакту, залученню інтересу учня до нового виду діяльності. Запропонована програма сприяє розвитку навичок групової взаємодії на основі спільного малювання, розвитку уміння працювати в команді, згуртуванню класного колективу, що, в свою чергу, призводить до створення позитивного морально-психологічного клімату колективу. Таким чином, позитивний психологічний клімат та ефективна групова взаємодія у класі можуть стати стимулом, ресурсом





для особистісного розвитку, покращення успіхів у навчанні, спілкуванні з батьками та вчителями або ресурсом для подолання повсякденних проблем дитини.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Аникеева, Н. Учителю о психологическом климате в коллективе / Н. Аникеева. – М. : Просвещение, 1983. – 94 с. – (Психол. наука – школе).
2. Кричевский Р. Психология малой группы: Теоретический и прикладной аспекты / Р. Кричевский, Е. Дубовская. – М. : Изд-во Моск. ун-ту, 1991. – 152 с.
3. Кузьмин, Е. Основы социальной психологии : [монография] / Е. Кузьмин. – Ленинград : ЛГОЛУ им. А.А. Жданова, 1967. – 173 с.
4. Лебедева Л. Педагогические аспекты арт-терапии / Л. Лебедева // Дидактика. – 2000. – № 1. – С. 106–125.
5. Лебедева Л. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Лебедева. – СПб. : Речь, 2008. – 256 с.
6. Мокшанцев Р. Социальная психология. учебное пособие для ВНЗ / Р. Мокшанцев, А. Мокшанцева. – М., 2001. – 401 с.
7. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии / Пер. с англ. – М. : Независимая фирма Класс, 2012. – 336 с. – ( Библиотека психологи и психотерапии, вып. 20).
8. Психологический словарь / Под ред. В. Давыдова и др. – М. : Педагогика, 1983. – 448 с.
9. Титаренко О. Навчально-методичний посібник. Використання арт-терапії у навчально-виховному процесі / О. Титаренко. – Мелітополь: Видавництво «Мелітополь», 2014. – 112 с.
10. Шепель В. Социологические и психолого-педагогические основы хозяйственного руководства химическими предприятиями / В. Шепель. – М., 1974. – 362 с.

УДК 159.9.072

## ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ КОНЦЕПТУ «ЦІЛІСНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ»

Кельнер С.С., аспірант  
кафедри практичної психології

Центральноукраїнський державний педагогічний університет  
імені Володимира Винниченка

У статті здійснено спробу висвітлення феномену цілісності. У межах системного й цілісного підходів розглядаються особливості поняття «цілісність», «цілісність особистості». На підґрунті концептуальних положень психологічних та філософських напрямів визначається специфіка концепту «цілісність особистості». Акцент здійснюється на «концепті» саме для висвітлення психологічних особливостей зазначеного поняття. Виокремлюються сутнісні характеристики й методологічні можливості концепту цілісності особистості як підґрунтя інтеграції психологічного, філософського і християнсько-богословського підходів у розумінні особистості. Цілісність як концепт вирізняє такі аспекти: рівень особистості й рівень особистісного; вертикаль і горизонталь буття особистості; континуум «онтична індивідуальність універсальність особистості». Визначаються перспективи розвитку даного напрямку.

**Ключові слова:** *концепт, особистість, системний підхід, цілісність, цілісність особистості.*

В статье рассмотрен феномен целостности. В рамках системного и целостного подходов представлены особенности понятия «целостность», «целостность личности». На основании концептуальных положений психологических и философских направлений определяется специфика концепта «целостность личности». Акцент осуществляется на «концепте» именно для освещения психологических особенностей данного понятия. Выделяются сущностные характеристики и методологические возможности концепта целостности личности как основы интеграции психологического, философского и христианско-богословского подходов в понимании личности. Целостность как концепт выделяет следующие аспекты: уровень личности и уровень личностного; вертикаль и горизонталь бытия личности; континуум «онтическая индивидуальность универсальность личности». Определяются перспективы развития данного направления.

**Ключевые слова:** *концепт, личность, системный подход, целостность, целостность личности.*

Kelner S.S. PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE CONCEPT OF “PERSONAL INTEGRITY”

The article attempts to light the phenomenon of wholeness. The features of the concept of “integrity”, “personal integrity” As part of a systematic and holistic approach. Based on the concepts of the psychological and philosophical trends determined by the specificity of the concept of “personal integrity”. Emphasis is done on the “concept” is to illuminate the psychological characteristics of this concept. It stands out the essential characteristics and methodological possibilities of the concept of personality integrity as the basis for the integration of psychological, philosophical and Christian-theological approaches to understanding personality. Integrity as a concept highlights the following aspects: the level of the individual and personal level; the vertical and the horizontal life of the person; continuum “ontic individuality versatility of the individual”. Determined prospects of development of this direction.

**Key words:** *concept, personality, system approach, integrity, integrity of the individual.*



**Постановка проблеми.** Висвітлення проблеми цілісності особистості суттєво пов'язане з методологічною переорієнтацією останнім часом з аналізу факторів становлення особистості, її статусно-рольових позицій у суспільстві на підходи інтегративного характеру. Зрозумілою стає необхідність залучення в методологію системного підходу додаткових посилок, які орієнтували б, насамперед, на бачення фундаментального буттєвого змісту особистості. І, хоча нині у науці здійснюються лише спроби створення цілісної теорії людини, які ще не мають значущих результатів, важливо вказати на існування потужної протипаги деконструктивістським тенденціям розуміння людини й особистості. Це концепції, котрі утворюють основу діалогу, що долає бінарну опозицію «наука – релігія». Сьогодні вже очевидно, що розуміння людини й особистості поза сферою релігійного збагнення виявляється збідненим. Більше того, говорячи саме про особистість, не можна ігнорувати християнське коріння як саме поняття особистості, так і положень, котрі стосуються розуміння того, що є особистість як онтологічна реальність.

У філософсько-релігійних системах Середньовіччя інтерес до проблеми цілісності особистості знаходить вираження в розробленні низки проблем, як-от проблема подвійності природи людини, сходження людини «від образу до подоби», свободи людини [4]. Серед головних представників патрістичного й схоластичного богослов'я Августин Блаженний, Боецій, св. Григорій Назіанзін, преп. Іоанн Дамаскін, Іринеї Ліонський, Максим Сповідник, Фома Аквінський [2; 4].

У новоевропейській філософії І. Кант, визначивши людину як «власну останню мету», прагнув з'єднати онтологію, гносеологію й моральну філософію. Одним із найважливіших антропологічних досягнень І. Канта є уявлення про трансцендування як вихід людини за межі її наявного буття, що згодом набуло вагомого значення під час розроблення проблеми цілісності особистості в метафізичному плані.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У працях сучасних західних дослідників представників шкіл гуманітарно-антропологічного напрямку утримуються окремі судження, ідеї й концепції, що належать до осмислення людського буття з погляду його тотальності, цілісності, прагнення до універсального самовизначення. Це концепції персоналізму (Е. Муньє, Ж. Лакруа), філософії життя (А. Шопенгауєр, Ф. Ніцше, А. Бергсон), екзистенціалізму (М. Гайдегер, К. Ясперс, Ж.-П. Сартр), філософ-

ської антропології (А. Гелен, Г. Плеснер), феноменології (Т. Гуссерль), психоаналізу (З. Фройд, Е. Фромм, К. Юнг). У рамках цих напрямів запропоновані різні моделі, критерії і способи інтеграції й самоідентифікації людини, однак спеціального рефлексивного аналізу поняття «цілісність» у працях цих авторів не знайшло.

Релігійна філософія в особі таких її представників, як В. Соловйов, С. Булгаков, В. Зеньковський, Н. Лосський, С. Франк націлена на пошук цілісності, синтетичної єдності всіх сторін персонологічної реальності як підстави рухів людського духу. У нашій статті акцент зроблено на положення супранатуралістичної концепції особистості С. Франка, його уявлень про душу як цілісну єдність, домінування ірраціонального в людині, наділеність особистості фундаментальним буттєвим статусом.

Особливе місце в розробленні проблеми цілісності особистості належить вітчизняній філософії й науці 80-х рр. ХХ ст. Збагнення особистості розбудовувалося на методологічних принципах системності, детермінізму, єдності свідомості й діяльності. Особистість розглядалася переважно як доданок біологічного й соціального, індивідуального й суспільного. Спочатку спеціальних наукових праць із проблеми цілісності особистості було замало, хоча були дослідження, присвячені цій проблемі (А. Мілтс, М. Айрумян, Г. Колбіна, В. Єременко). Надалі ця проблема розроблялася у працях філософів і психологів Б. Ананьєва, Г. Андреевої, Л. Анциферової, В. Афанасьєва, С. Батеніна, М. Кагана, Б. Ломова, Р. Навасардяна, К. Платонова, Л. Станкевича й інших дослідників.

Висування проблеми людини як цілісної відкритої системи у центр уваги вітчизняних науковців наприкінці 80-х рр. ХХ ст. ознаменувало певний етап осмислення методологічних основ комплексного дослідження людини. У працях К. Абульханової-Славської, В. Баруліна, Б. Григоряна, П. Гуревича, Б. Маркова, В. Стюпіна, І. Фролова відображені багаторічні дослідження в галузі розуміння людини як соціальної істоти, пов'язаної із суспільством через систему соціальних відносин і форм діяльності, котра формується під впливом соціальних умов, що постійно змінюються. На початку 90-х рр. ХХ ст. з'явилися роботи В. Борзенкова, Ю. Волкова, П. Гуревича, В. Полікарпова, Б. Юдіна й інших дослідників, в яких ставилося завдання розробити інтегративний підхід до людини.

На сучасному етапі розвитку наукового пізнання проблема цілісності особистості досліджується в рамках соціально-фі-



лософської антропології, неklasичної психології й філософії з позицій системного, синергетичного, аксіологічного підходів у роботах В. Баруліна, В. Барішкова, Ю. Волкова, Л. Дорфмана, Б. Маркова, В. Петровського, Н. Тельнової, Г. Тульчинського, В. Філатова. Праці І. Александрова, Ю. Волкова, В. Сагатовського, Е. Спіріна містять ідеї пізнання особистості як істоти космопланетарної. Цікавий, зокрема, антропосинергетичний підхід Н. Тельнової, в якому представлені нові імпульси щодо висвітлення природи людини, відкриваються можливості обґрунтування глибинної причетності, узгодженого функціонування всіх змістових елементів її буття.

Особливий ракурс розгляду проблеми цілісності особистості пов'язаний із тенденцією, що набирає обертів в останні десятиліття щодо зближення наукового, філософського, психологічного й релігійного підходів до людини. Така проблематика широко обговорюється в працях дослідників, як-от С. Аванесов, В. Біблер, П. Гайденко, В. Катасонов, Л. Косарева, Ю. Кулаков, В. Лекторський, Л. Маркова, Г. Миненко, В. Стьопін, С. Хоружий, І. Барбур, Д. Брук, С. Вшолек, А. Пікок, Д. Полкінхорн, М. Хеллер, К. Хюбнер, А. Уайтхед. Найбільшу значущість для розуміння складності співвідношення психології, філософії й релігії має робота Г. Гегеля «Філософія релігії» [10; 11].

Також варто звернутись до праць сучасних дослідників Б. Братуся, М. Дворецької, В. Зінченко, Є. Ісаєва, В. Слободківа, Л. Шеховцової, які намагаються узгодити наукову психологію із християнською антропологією. Однією з перспективних є психологічна концепція Л. Дорфмана, в якій автор, звертаючись до принципу холономності, здійснює спробу визначити додаткові можливості системного підходу в рамках емпіричної психології [13].

Ключовою концепцією, що склала основний орієнтир у вивченні зазначеної проблеми є персоналістична онтологія Хр. Яннараса, в якій автор намагається синтезувати східно-християнську патріотичну традицію із сучасною філософською думкою, зокрема з ідеями М. Гайдеґґера. Найціннішим є здійснене Хр. Яннарасом повернення до джерел онтологічного розуміння особистості й ствердження його значущості для «онтологічного розуміння» сучасності.

Аналіз літератури дав змогу виявити низку суперечливих моментів у межах персоналістичного знання загалом та у феномені цілісності особистості зокрема. Виокремлено кілька напрямів, за якими виявляються протиріччя й недостатня розробленість проблеми.

В історичному плані відсутня універсальна (наскрізна) рефлексія феномена цілісності особистості. У світлі положень універсального методологічного принципу цілісності історичний контекст збагнення цілісності особистості виступає як суперечливий через або повну відсутність рефлексивної оцінки предиката цілісності, або через відсутність виходу на найбільш суттєвий для особистості онтологічний план її збагнення. Отже, варто звернутись до сучасних концепцій, що ґрунтуються на принципах системно-цілісної методології й звертаються до глибинної сутності особистості.

У теоретичному плані психологічний, філософський й християнсько-богословський напрями персонологічного пізнання виступають як неузгоджені в ключовому пункті. У патрістичній персонологічній традиції вимальовується досить певний у змісті послідовності розвитку напрям осягнення феномена особистості в найбільш глибинному онтологічному плані. У філософському персонологічному контексті така універсальність і поступовість відсутні, насамперед, через часту зміну пізнавальних орієнтирів, тому особистість виступає тут як онтологічний, етичний (у концепції І. Канта) феномен, взагалі зникає в соліпсистському погляді на людину (у концепціях сенсуалістів і у постмодернових теоріях).

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у здійсненні спроби висвітлення феномену цілісності, розгляді особливостей поняття «цілісність», «цілісність особистості».

З огляду на стан розробленості проблеми у літературі й виявлені тут протиріччя, ми в такий спосіб формуємо проблему нашої статті: якими є сутнісні характеристики й методологічні можливості концепту цілісності особистості як підґрунтя інтеграції психологічного, філософського й християнсько-богословського підходів у розумінні особистості. Значущість розгляду цієї проблеми визначається персоналізацією усіх напрямів життєдіяльності постіндустріальних науково-технічних суспільств.

Виклад основного матеріалу дослідження. Внесемо уточнення щодо вживання певних термінів. «Релігія» виступає для нас як свого роду світосприймання й світовідчужання, в основі якого віра в існування «іншого», надприродного світу, у його божественну сутність і розумне влаштування всіх матеріальних і духовних форм буття. Аналіз зазначеної проблеми буде ґрунтуватися на зверненні до патристики як доктринальної форми рефлексії християнської релігії.

Поняття «релігійний персонологічний дискурс» вживається для позначення тієї частини психології, філософії й богослов'я (і, насамперед, патристики), де так чи інакше представлені положення щодо особистості Творця й особистості людини. Термін «теологія» розуміється як теоретична саморефлексія християнства, як богослов'я, розбудоване на основі текстів, прийнятих як божественне одкровення, але таке, що увібрало в себе раціональний дух античної філософії.

Поняття дискурсу використовується нами не в постмодерністській його інтерпретації як мовної конструкції, створюваної в певному значеннєвому полі, що й характеризує особливу ментальність, виражену в тексті, а у традиції психології як дискурсивного мислення, що розгортається в послідовності понять і суджень на противагу інтуїтивному мисленню. Багато концепцій, теоретичних положень щодо особистості у різних джерелах мають характер інтуїтивних прозрінь і тому вимагають інтерпретації в більш доказовій, раціонально-аналітичній формі.

Незважаючи на те, що й «цілісність», і «особистість» фігурують у психології як поняття й навіть концепції, конструкт «цілісність особистості» важко було б використовувати як понятійне утворення через його генетичний зв'язок із положеннями про актуальну нескінченність [5; 6; 14]. Тому ми звернулися до його позначення як концепту. «Концепт» використовується нами в значенні «розуміння» одиничного й різноманітного, де універсальне з'являється як «повнота конкретності» (П. Абеляр). Це відрізняє «концепт» із його різноплановою «синтетичною» структурою (Л. Мікешина) від логічно більш чітких концептуальних утворень «поняття», «концепція», «теорія» і робить його більш прийнятним для осмислення зазначеної проблеми.

Проблема розуміння сутнісних характеристик і методологічних можливостей концепту цілісності особистості є складною, багатомірною проблемою, що розгортається у колі онтологічної, гносеологічної, антропологічної і власне персоналістичної проблематики. У цій багатомірності полягає головна складність її вивчення. Потрібне розроблення особливої методологічної стратегії аналізу проблеми, яка відповідала б глибині й специфіці досліджуваного феномена й урахувала християнсько-богословські джерела самої ідеї особистості, що припускає розуміння особистості як онтологічної реальності. Виходячи з виявлених в історичному й теоретичному плані протиріч, нами був зроблений висновок про

те, що жодна з психологічних або філолофсько-релігійних концепцій сама по собі не може бути визнана достатньою для розуміння особистості як онтологічної реальності. Найбільш значущі кроки, що створюють передумову досягнення поставленої мети й вирішення намічених завдань, стосуються обов'язкового залучення християнсько-богословської патристичної традиції до осмислення особистості як онтологічної реальності, а також системно-цілісної методології, на основі якої можна здійснити багатобічну рефлексію цілісності як предиката особистості.

Один з основних моментів стосується розуміння того, що цілісність із простого й самоочевидного предиката особистості може стати підґрунтям широкої психологічної, філолофсько-методологічної рефлексії особистості [14]. У зв'язку із цим ми вважаємо за необхідне розмежувати два конструкти: «особистість як цілісність», де цілісність виступає фундаментальною методологічною основою розуміння особистості, і «цілісність особистості», де цілісність виступає як репрезентант онтологічної сутності особистості. Крім того, експлікувавши основні положення системно-цілісної методології, ми виявили евристичні можливості універсального методологічного принципу цілісності як підстави інтеграції психології, філософії і християнської теології у розумінні особистості як онтологічної реальності. У системно-цілісній методології закладений досить потужний потенціал для розуміння особистості в її онтологічній сутності, що зумовлює можливість наділити особистість атрибутами незавершеності, нескінченності, потенційності, розглядати особистість у ракурсі «за межами». Ця можливість зумовлена такими аспектами методологічного принципу цілісності, як ідеальність підстави (субстанції цілісності); незавершеність як умова її буття; інтуїтивність розуміння. Тобто в плані гносеології цілісність дана нам не раціонально, а інтуїтивно, у плані онтології цілісність ідеальна, у плані безпосередньо існування цілісність виступає як незавершеність, виявляючи свій потенціал щораз у співвідношенні з різними реаліями.

Необхідність включення персонологічних установок християнської онтології в системно-цілісний методологічний контекст розуміння особистості зумовлена недостатністю осмислення особистості як металогічного, трансфінітного феномена у контексті тільки однієї пізнавальної сфери. Особистість у християнсько-богословському вимірі виступає як можливість поєднання природного й соціального, як межа





становлення людського в людині. Тут уперше рефлексивно відкривається вертикальність буття людини, аспект векторності, пов'язаний із можливістю горизонтальної або вертикальної спрямованості особистісного становлення. Тому «вихід» у сферу нескінченності, незавершеності особистості, здійснений у контексті методологічного принципу цілісності, одержує чіткий вектор саме в контексті патріотичної традиції.

У гносеологічному плані метатеоретичний принцип додатковості дав змогу представити системно-цілісний аналіз особистості й патріотичну онтологію особистості як два різних за своїми пізнавальними установками напрями, котрі розкривають особистість через її розуміння, що є підставою для інтеграції цих напрямів.

На основі вище зазначених передумов ми здійснили спробу змістовно експлікувати цілісність особистості як концепт, виокремивши найбільш суттєві його сторони. Насамперед, було проаналізовано феномен багаторівневості особистості й виділені такі аспекти:

- рівень особистості й рівень особистісного. Перший співвідноситься з тілесною, духовною основами людини, виступає як більш статична зовнішня форма, як проекція конкретної соціальної, культурної реальності. Другий співвідноситься з духовною і ментальною основами людини й, виражаючи онтологічну невідмінність особистості, концентрує в собі її цілісність, виступаючи разом із тим як проекція нелінійності, складної динамічності буття;

- вертикаль і горизонталь буття особистості, що виражають якість залученості особистості в контекст буття через спрямованість її становлення або як соціальну сутність (горизонталь), або як металогічну, трансфінітну сутність (вертикаль);

- континуум «онтична індивідуальність універсальність особистості» фокусує у собі всі позначені рівні й грані особистості, що й виражає перспективу становлення й розвитку особистості в бутті через реалізацію її онтологічної сутності.

Проаналізувавши в контексті психолого-філософських концепцій, а також християнсько-богословської персоналістичної традиції феномен свідомості особистості як найбільш важливого механізму, що пов'язує особистість і світ (а в межі буття), ми відзначили, що пізнання, яке здійснюється особистістю на його основі виконує, насамперед, функцію онтологічного зростання особистості. Відкриття змісту у власному особистісному бутті задає певний вектор пізнавальної спрямованості особистості на світ і дає їй змогу викону-

вати смислоутворювальну функцію в бутті, що ми позначили як значеннєву граничність особистості. У гносеологічному плані уявлення про значеннєву граничність дає змогу розглядати особистість як своєрідний контекст світосприймання.

Аналіз співвідношення «системи» особистості із системою соціальної реальності дав змогу дійти висновку про те, що в контексті соціальної реальності особистість, саме у вигляді наявності онтологічної сутності виступає як основа, що задає динаміку й спрямованість процесам, які відбуваються в ній. Це вимагає розглядати особистісне становлення в контексті соціальної реальності: не стільки в аспекті оволодіння функціями, скільки в аспекті оволодіння змістами; не стільки з погляду результату, скільки з погляду процесу, і при цьому процесу не психологічного, а онтологічного.

Звернення до аналізу феномена особистості аспекту її потенційності, нескінченності дало змогу окреслити проблематику векторності особистісного становлення в бутті. Тут значущість набуває можливих векторів актуалізації особистісного. Цілісність особистості має бути протиставлена її самодостатності, автономності, а основною умовою реалізації особистісного плану людини варто розглядати вихід із площини горизонтальності (особистості як онтичної індивідуальності) у нескінченність вертикальності (особистості як онтологічної реальності).

Вищезазначене має суттєві перспективи для подальшого розуміння феномена цілісності особистості. Інтеграція психологічного, філософського й християнсько-богословського напрямів персонологічного дискурсу розширює уявлення про дихотомічність особистості. Поряд із такими співвідношеннями, як «душа–тіло», «зовнішнє–внутрішнє», варто виокремити й такі аспекти дихотомії особистісного буття, як: «горизонталь–вертикаль»; «завершеність–незавершеність»; «кінцеве–нескінчене»; «каузальність–телеологія»; «актуальне–потенційне»; «емпіричне–метафізичне»; «раціональне–ірраціональне». На одному полюсі виявляються характеристики, у котрих особистість представляється як системне явище, коли соціальна реальність виступає як гранична сфера реалізації особистісного. Йдеться про характеристики горизонтальності, завершеності, кінцеве, каузальності, актуальності, емпіричності, власне раціонального. Якщо брати до уваги протилежний полюс, на якому особистість представляється в характеристиках вертикальності, незавершеності, нескінченно-



сті, телеологічності (значеннєвий навантаженості), потенційності, метафізичності, ірраціональності, тут особистість виступає як свого роду форма, що найбільш адекватно відповідає реалізації духовного у світі, як носій потенціалу, що виводить світ до онтологічно інших обріїв.

Отже, розведення двох планів особистісного буття – власне особистості й особистісного – дає змогу більш чітко окреслити зовнішні й внутрішні межі особистості. Про межі можна говорити стосовно зовнішнього прояву особистості, що стосується особистісного плану: саме тут особистість, володіючи абсолютною свободою, виявляється принципово незавершеною, як незавершений і незавершимо нескінченний світ.

У процесі дослідження визначилось кілька невирішених проблемних питань, що вимагають подальшого розроблення. Усі ці питання пов'язані з розширенням значеннєвого змісту самого концепту «цілісність особистість», а точніше, його найбільш актуального й активного рівня, що стосується функціонування концепту як соціального факту в сфері «колективних уявлень».

Позначимо, насамперед, питання співвідношення раціонально-аналітичного, власне теоретичного плану розуміння цілісності особистості із позараціонально-інтуїтивним, більш практичним планом особистісного становлення. Тут необхідні не тільки соціально-психологічні критерії, пов'язані з уявленнями про соціальну роль, статус людини, але й соціально-онтологічні критерії, пов'язані з рефлексією людиною значеннєвої перспективи свого буття у світі. Йдеться про винайдення людиною смислу, по-перше, як особистості взагалі, і, по-друге, як конкретної особистості, становлення котрої відбувається в конкретних соціальних умовах, де й має відбутись її індивідуальна реалізація.

Особливої уваги вимагає також проблема свідомості, розроблення її структури, дослідження феномену діалогічності свідомості у зв'язку з онтологічним статусом особистості, що володіє свідомістю. Тут необхідно залучити не тільки психологічні, філософські, теологічні концепції, але й наукові концепції, зокрема, з галузі нейронаук, присвячені дослідженню тонких ментальних процесів, а також необхідної й достатньої для реалізації процесів свідомості активності структур мозку.

Актуальності набувають проблеми, пов'язані з превалюванням у сучасному суспільстві інформаційно-духовного сектору, зокрема, низки питань, що стосуються розуміння мови як форми буття особистості: питання про роль мови, мовленнєвих

конструктів у відкритті нових граней феномена цілісності особистості, функціонування й роль мовленнєвих засобів у становленні особистості як онтологічної реальності. До них можна віднести також аналіз уяви як особливої конструктивної здатності особистості.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Особливо відзначимо також деякі перспективи розроблення зазначеної проблеми:

– вивчення ролі особистості як онтологічної реальності в інформаційному суспільстві, що зумовлене, насамперед, загрозою втрати людиною самої себе, власної ідентичності;

– розгляд особистості (персонологічної онтології) як підґрунтя інтеграції науки, психології, філософії, християнсько-богословської традиції в межах концепцій, що розробляються (феномени, що розкривають природу інтуїції, нерівноваги, нелінійності);

– розроблення особистісної персонологічної онтології й пов'язане із цим розширення онтологічних і гносеологічних уявлень у тій частині сучасної психологічної, філософської проблематики, яка стосується гостро поставлених питань «смерті суб'єкта», «закінчення історії», а також найбільш загального питання «демонтажу» онтології.

---

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Аванесов С.С. Личность как синергичная конституция [Текст] / С.С. Аванесов // *Философские науки : науч. образоват. просветит. журн.*, 2008. – № 2. – С. 32–46.
2. Августин. Исповедь Текст / Августин ; общ. ред. и вступ. ст. А.А. Столярова. – М. : Канон+, ОИ «Реабилитация», 2005. – 464 с.
3. Александров И.А. Космический феномен человека: человек в антропном мире [Текст] / И.А. Александров. – М. : АГАР, 1999. – 432 с.
4. Антология средневековой мысли (Теология и философия эпохи Средневековья) Текст : в 2 т. Т. 2. / под ред. С.С. Неретиной. – СПб. : РХГИ, 2001. – 635 с.
5. Баранцев Р.Г. Структурная методология целостного подхода: от анализа к синтезу [Текст] / Р.Г. Баранцев // *Реальность и субъект*, 2001. – Т. 5. – № 1. – С. 67–72.
6. Блауберг И.В. Целостность и системность [Текст] / И.В. Блауберг // *Системные исследования. Ежегодник–1977* / авт.-сост.: А.А. Малиновский, Н.В. Тимофеев-Ресовский и др. – М. : Наука, 1977. – С. 5–28.
7. Брук Дж.Х. Наука и религия: Историческая перспектива [Текст] / Дж.Х. Брук ; пер. с англ. Л. Сумм; под ред. М. Серебрякова. – М. : Библ.-богосл. ин-т св. апостола Андрея, 2004. – 352 с.
8. Волков Ю.Г. Homo humanus. Личность и гуманизм (Социологический аспект) [Текст] / Ю.Г. Волков. – М. : Высш. шк., 1995. – 156 с.



9. Гайдено П.П. Христианство и наука: к истории понятия бесконечности [Текст] / П.П. Гайдено // Вестн. Рос. гуманитар. науч. фонда. 2000. – № 3. – С. 5–18.

10. Гегель Г.В. Философия религии [Текст]: в 2 т. / Г.В. Гегель; пер. с нем. М.И. Левиной. – М.: Мысль, 1975. – Т. 1. – 532 с.

11. Гегель Г.В. Философия религии [Текст]: в 2 т. / Г.В. Гегель; общ. ред. А.В. Гулыги; пер. с нем. П.П. Гайдено и др. – М.: Мысль, 1975. – Т. 2. – 573 с.

12. Гуревич П.С. Проблема целостности человека [Текст] / П.С. Гуревич. – М.: ИФ РАН, 2004. – 178 с.

13. Дорфман Л.Я. Метаиндивидуальный мир: Методологические и теоретические проблемы [Текст] / Л.Я. Дорфман. – М.: Смысл, 1993. – 456 с.

14. Маркова Л.А. Целостность [Текст] / Л.А. Маркова // Новая философская энциклопедия: в 4 т. / Ин-т филос. Рос. акад. наук, Нац. обществ.-науч. фонд; науч.-ред. совет: акад. РАН В.С. Степин (пред.) и др. – Т. 4. Т–Я. – М.: Мысль, 2000. – 317 с.

УДК 159.923.2:316.6

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПРОСТІР БУТТЯ Й ОСОБИСТІСНА НАДІЙНІСТЬ ЛЮДИНИ

Котик І.О., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри психології

*Вінницький соціально-економічний інститут  
Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»*

У статті висвітлюється поняття «особистісна надійність», що постає як здатність людини контролювати, захищати й розбудовувати свій психологічний простір. Зазначається, що власне узагальнений досвід успішної автономної поведінки є запорукою даної властивості. Вона являє собою форму суб'єктності людини.

**Ключові слова:** автентичність, буттєвий простір, особистісна надійність, психологічний простір особистості.

В статье освещается понятие «личностная надежность», которое выступает как способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство. Отмечается, что собственно обобщенный опыт успешного автономного поведения является залогом данного свойства. Оно представляет собой форму субъектности человека.

**Ключевые слова:** аутентичность, бытийное пространство, надежная аутентичность личности, психологическое пространство личности.

Kotik I.O. PSYCHOLOGICAL SPACE OF BEING A RELIABLE AND AUTHENTIC PERSONALITY

The article highlights the concept of “reliable authenticity of the individual”, which serves as a person’s ability to control, protect and develop their psychological space. It is noted that the actual generalized experience of successful autonomous behavior is the key to this property. It is a form of human subjectivity.

**Key words:** authenticity, existential space, reliable authenticity of identity, psychological space of the individual.

**Постановка проблеми.** У сучасному світі однією з найбільш значущих властивостей особистості є гармонійність організації її внутрішнього світу, узгодженість потреб і цілей, що дає людині змогу повною мірою реалізувати свої можливості й бути успішною у різних сферах взаємодії із суспільством [7; 8]. З одного боку, складність та інтенсивність соціально-психологічних процесів висувають особливі вимоги до особистої автономії, волі й відповідальності, ставлять людину перед необхідністю створення та збереження суверенного буття. А з іншого боку, наше суспільство стрімко входить в інформаційну епоху, коли персональні контакти знеособлюються, і людині стає складніше самовизначитися у світі людей, речей і технологій.

Варто зазначити, що проблематика, яка стосується становлення психологічного простору людини, тісно взаємопов'язана з комунікацією [11; 16]. Психологія має пройти свій шлях до суб'єкта й тому, що становить зміст його буття, як зазначають А. Адлер, Ф. Брентано, Е. Гуссерль, В. Дільтей, У. Джемс, К. Левін, Е. Еріксон, К. Юнг, К. Ясперс, а також К. Абульханова-Славська, Л. Анциферова, Г. Балл, М. Бахтін, Б. Братусь, Л. Виготський, Л. Карамушка, О. Леонтьєв, С. Максименко, С. Нартова-Бочавер, В. Петровський, С. Рубінштейн, В. Слободчиков, Т. Титаренко, В. Турбан, Н. Чепелева тощо.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема соціального буття людини взаємопов'язана з проблемою формуван-

ня людиною особливої онтології («життєвий простір»), що, у свою чергу, перетворює когнітивні теорії соціального пізнання, зумовлюючи їх аксіологічну напруженість. «Враховуючи той факт, що людина реально існує в цьому створеному (побудованому, сконструйованому) світі, не можна виключити і його емоційне освоєння, також як ігнорувати й інші психічні процеси, наприклад мотивацію» (Г. Андрєєва). Тому важливо встановити факт взаємозв'язку екзистенціальних ідей із психологією соціального пізнання (Ш. Тейлор, С. Фіске і ін.), із теоріями когнітивної відповідності, що пропонують різні «психотехнології» пошуку змісту (Ф. Гайдер, Т. Ньюком, Ч. Осгуд, П. Танненбаум, Л. Фестінгер тощо).

Людина досягає почуття благополуччя, якщо їй вдається реорганізувати середовище, створити буттєві простори, автентичні її цінностям, сформувані ситуацію середовища, що підкріплює такий стиль поведінки й спосіб життя, за яких вона почуває затребуваність усіх своїх потенціалів і переживає це як повноту життя. У свою чергу, буття (як процес) формує особистість із певним досвідом прожитого життя й середовище, перетворене або «таке, що потерпіло від використання» людиною й громадськістю. Тому через рефлексію науковий аналіз буття відкриваються можливості вдосконалення особистості й середовища [1]. Характеристики буття є критерієм їх конструктивної гармонії. Організоване певним чином середовище стає для людини обставинами її життя. І ці обставини можуть як перешкоджати людині, так і підтримувати її в прагненні стати особистістю й реалізувати свій потенціал.

У концепції З. Рябікіної структурно особистість являє собою полісистемне утворення, що включає поряд із просторами власне психічних, суб'єктивних явищ (структура особистісних смислів і буттєвий пласт психіки) також і об'єктивні простори особистісний, буттєвості (організм, події середовища, діяльність) [12]. Простір об'єктивної реальності існує поза особистістю й випереджає її, але у процесі формування особистості реорганізується нею відповідно зі структурою особистісних смислів і в такий спосіб перетворюється на буттєвий простір особистості [6].

З одного боку, опановуючи належні їй простори й породжуючи нові, особистість самоактуалізується, відтворюючи структуру суб'єктивних особистісних смислів у навколишньому середовищі, продовжуючи себе в них [17]. Ці процеси спрямовані на «мати, щоб бути в іншому собою». З іншого боку, розширюючи своє буття,

«середовищна особистість» потребує підтвердження себе зовнішнім, об'єктивним, вона «приміряє» на себе ті або інші зовнішні утворення, ототожнюючись із ними, і це дає їй змогу «бути в іншому іншим» (Л. Дорфман, З. Рябікіна). Однак потреба у внутрішній узгодженості й збереженні цілісності не дає змоги особистості нескінченно розширювати свої межі й спонукає її вертатися «на круги свої», у свій буттєвий простір, де тільки й можлива рефлексія та інтеграція пережитого досвіду в структуру особистісних смислів, співвіднесення й узгодження зовнішнього й внутрішнього, об'єктивного й суб'єктивного просторів особистості.

Специфічна потреба людини в самоті, анонімності, інтимності, конфіденційності у психології середовища асоціюється з поняттям "privacy". І. Алтман у своїй теорії "privacy" докладно розглянув співіснування й поляризацію властивих особистості тенденцій відкритості-закритості [5].

Буттєвий простір особистості на рівні повсякденної свідомості представлений поняттям «особисте життя». Наповнене суб'єктивними смислами, що являє безумовну цінність, «особисте життя» захищається суб'єктом від вторгнень за допомогою регуляції відкритості/закритості її меж (Е. Гофман, Е. Гідденс, М. Черноушек тощо).

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у висвітленні психологічних особливостей життєвого простору особистості та його зв'язку з особистісною надійністю людини на підґрунті теоретичного аналізу наукових досліджень.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Поняття «психологічний простір» підкреслює незмішуваність суб'єкта зі світом, одночасно утверджуючи їх єдність. Особливості цього простору з різних методологічних позицій розкривають поняття «життєвий простір» (К. Левін), «життєвий світ» (Ф. Василюк), «особистісний простір» (К. Ясперс), «значенневе поле» (Л. Виготський), «трансуб'єктивний простір» (Д. Узнадзе), «багатомірний світ» (О. Леонт'єв), «багатомірний простір життя» (В. Клочко), «життєвий світ особистості» (Т. Титаренко), «суверенність особистості» (С. Нартова-Бочавер). Поняття «психологічний простір» особистості в тому або іншому контексті представлено в роботах У. Джемса, К. Левіна, Е. Еріксона, Ф. Перлза, В. Зінченко, В. Чудновського, О. Орлова, О. Тхостова. У концепції С. Нартової-Бочавер висвітлений феномен психологічної (особистісної) суверенності





як здатності особистості контролювати, захищати й розбудовувати свій психологічний простір.

Поняття про внутрішній світ особистості виникло з появою свідомості й розглядалось із позицій філософії суб'єктності [13; 14]. Згодом були сформульовані критерії самосвідомості, серед яких ідентичність «Я» і протиставлення «Я» і «не-Я». У теоретичних дослідженнях описані різні типології особистісного простору, в яких виділяється як саме середовище (предметне й соціальне), так і процес переживання (інтеріоризації) суб'єктом присвоєння зовнішнього й трансформація його у зміст внутрішнього світу.

Так, Т. Титаренко, автор теорії особистісного життєконструювання, значення якої полягає у розробленні теоретико-методологічних підходів до особистості, визначає основні її модуси: ідентифікування, автономізація, діалогування та практикування; опрацювання можливостей вибору, що сприяє трансформації смислів шляхом розгортання нових причинно-наслідкових рядів самоздійснення; вивчення закономірностей функціонування життєвих домагань як механізм самоздійснення особистості та можливостей їх оптимізації; визначення чинників постановки життєвих завдань та їхніх ключових характеристик, що сприяють самоконституюванню особистості; розроблення концептуальної моделі впливу соціально-психологічних практик на особистісне життєконструювання [15].

Пізніше для опису інтегральної системи значень людини було введено поняття «образ світу», в якому втілилася ідея цілісності й наступності у зародженні, розвитку й функціонуванні пізнавальної сфери особистості. Образ світу визначається фахівцями як «інтегратор» наслідків взаємодії людини з об'єктивною дійсністю [10].

В історично детермінованому комплексі еволюція уявлень про психологічний простір особистості пройшла шлях від уявлень про «психологічне поле», «особисту автономію», «ідентичність», «особистісний світ» до уявлень про «життєвий світ», «трансуб'єктивний (багатомірний) світ», «ментальний простір» [3; 4].

Представники суб'єктно-середовищного підходу стверджують, що людина має психіку й свідомість, живе у психологічному просторі, побудованому відповідно до її актуальних потреб і реальних можливостей. Між суб'єктом і середовищем відбувається постійне взаємопроникнення.

Психологічний простір особистості (особистісний простір) тлумачиться як суб'єктивно значимий фрагмент буття, виокрем-

лений людиною з усього багатства проявів світу, що й визначає його актуальну діяльність і стратегію життя. Значимими ці явища стають завдяки володінню особистісним змістом, і тому межі психологічного простору опікуються суб'єктом за допомогою доступних йому фізичних і психологічних засобів.

Психологічний простір особистості є складним поліфеноменальним поняттям і являє собою інтегральну єдність вітальної, функціонально-рольової, самоактуалізаційної, ціннісної й духовної сфер. Функції особистісного простору пов'язані з його структурними компонентами. Тілесна суверенність виконує функції самоприйняття, забезпечення базової довіри світу, територіальна й темпоральна автономія позначають і підтримують соціальну ідентичність, реалізують можливість контролю інтенсивності соціальних контактів. Сфера міжособистісної взаємодії відповідає за встановлення відносин психологічної інтимності, вибір референтної групи або значимого іншого, прийняття відповідальності за стосунки з людьми. Ціннісні орієнтації визначають ставлення до навколишніх і власне себе, підтримують внутрішню цілісність особистості і є джерелами смислоутворення. Сфера смисложиттєвих орієнтацій формує стійкість образу світу; визначає смисл й майбутні наміри, а також можливість свідомого контролю процесів протікання життя; життєві ідеали сприяють формуванню образу бажаного майбутнього.

Суверенність психологічного простору особистості (психологічна або особистісна суверенність) є важливою характеристикою, тому що надає людині почуття впевненості, безпеки, довіри світу, переживання незалежності власного «Я». До основних функцій особистісних норм (меж) належать: визначення відмінностей «Я» і «не-Я» і визначення особистої ідентичності; можливість активно вибирати способи самовираження й самоствердження, що не порушують особистої волі; можливість вибору зовнішніх впливів і захистів від руйнівних впливів, визначення особистої відповідальності [9]. Психологічна суверенність є цілісним утворенням, що відповідає розмаїттю потреб людини, і являє собою найважливішу умову її розвитку й благополуччя, посилення її суб'єктності й підтримки психічного здоров'я; дає змогу особистості адаптуватися, розбудовуватись і бути продуктивною у всіх сферах життя.

Категоризація простору становить найважливіший компонент семантичної «сіт-



ки» будь-якої мови. Незважаючи на те, що уявлення людей про структуру простору, конкретні форми прояву просторових відносин зазнають змін від епохи до епохи й від культури до культури, є щось загальне, яке відображає об'єктивні властивості реального простору, незмінно властиві йому. Однією з таких незмінно притаманних простору властивостей є єдність дискретності й безперервності. Сутнісним вираженням цієї невід'ємної властивості реального простору соціальної норми є межа.

В одному з філософських словників межа визначається як «початок або кінець усякого певного буття; межа, що відокремлює щось від іншого; місце прямого зіткнення, єднання й взаємопроникнення суміжно співіснуючих предметів». У цьому визначенні відображено діалектичний характер власне феномена межі як поняття. Через концепт «межа» виявляється єдність таких протилежностей, як зовнішнє й внутрішнє, своє й чуже, кінцеве й нескінчене, «Я» та «інші», статика й динаміка (перехід) тощо. Як зазначав Гегель, межа водночас розділяє і поєднує саме існування границі, припускає можливість і навіть повинність її подолання. Завдяки межі щось є те, що воно є, має в ній своє.

Межа завжди присутня як у бутті, так і в пізнанні. Розмежування, аналіз є настільки ж необхідним елементом людського пізнання, як і синтез. Межа є місцем з'єднання і розрізнення. Завдяки своїй функції розділяти й з'єднувати вона являє собою механізм формо- і смислоутворення. Ця здатність зумовлена структурою межі, її двобічністю.

Відтворення межі, як і інших просторових явищ реального світу, у мові й людській культурі не є їх дзеркальним відображенням, створенням точних аналогів. Їх об'єктивні параметри одержують специфічне переломлення в структурі кожної конкретної мовленнєвої картини світу.

Вивченню просторових концептів присвячена значна кількість теоретичних досліджень, що утворювались у рамках когнітивного й комунікативного підходів у лінгвістиці. Однак концепт «межа» належить до числа найменш вивчених.

Простір становить суттєву умову сприйняття людиною реальної дійсності, а, отже, і є компонентом, що властивий будь-якій картині світу. Разом з тим сприйняття простору варіюється залежно від особливостей сприйняття людиною дійсності, зумовлених історичними й культурними чинниками. Існують різні типи сприйняття простору й відображення просторових фе-

номенів і відносин у картинах світу. Так, міфологічна модель простору характеризується підпорядкованістю системі бінарних опозицій, через що вона, за своєю сутністю, є такою, що може ділитися, дискретною, межі є її невід'ємним і найважливішим елементом.

Навпаки, модель простору, що сформувалася в Новий час, характеризується симетрією й гомогенністю. Ідея доступності для людини будь-якої точки простору істотно сформувалася під впливом вражень про великі географічні відкриття цієї епохи. Водночас практика активного землевпорядкування й угод із землею одержала власне відображення в новій моделі простору простору внутрішньо розмежованого людиною як її власником і активним користувачем. У зв'язку з розвитком права міжнародних відносин, в європейській свідомості актуалізувалося поняття межі як рубежу, що охороняється, межі території країни, елемента політичного простору світу.

Для сучасної свідомості характерне уявлення про відносність і множинність простору, нечіткість й мінливість меж. У науці і філософії сформувалося розуміння варіативності просторових уявлень, залежності змісту категорії простору від прийнятої теоретичної моделі.

У західноєвропейській семантичній парадигмі концептуалізація простору заснована на уявленні про зовні обмежений, локалізований, статичний й внутрішньо дискретний простір, стосовно якого межа виступає як внутрішній, органічно йому властивий елемент. У слов'янській парадигмі концептуалізація простору відбувається на іншій значеннєвій основі, що передбачає діалектичну протилежність між простором і межею. Етимологічний аналіз кореневої лексики «простір» показав, що базисну основу змісту цього концепту становлять значеннєві елементи, пов'язані зі стрімким рухом, перетинанням меж, зближенням нескінченно вилучених точок світу.

Разом з тим є й загальні закономірності, що проявляються в концептуалізації межі в різних мовах і зумовлені сутнісними характеристиками цього елемента простору.

Сучасна свідомість пов'язує концепт «межа» не тільки із просторовими відносинами, але й такими сферами, як час, людський досвід, свідомість, мистецтво тощо. Незалежно від контексту вживання, концепт «межа» демонструє високий рівень абстракції. Він лежить в основі цілої низки утворених шляхом метафоризації понять сучасної філософії, займає важливе місце в теорії мистецтва й літературознавстві,



соціальних науках, у структурі контексту сучасного геополітичного дискурсу.

Актуалізація певних значенневих (у тому числі ціннісних) компонентів концепту «межа» залежить від локалізації суб'єкта мовлення в просторі щодо межі: межа може мислитися як зовнішня (обмежує «свій» простір) або як внутрішня (розмежує його). Складом значенневих компонентів концепту «межа» визначаються контури семантичного простору. Цей простір представлений такими значенневими векторами, як «своє чуже», «влада підпорядкування», «залежність воля», «закрите відкрите», «спокій рух», «захист напад», «центр периферія», «батьківщина зарубіжжя» тощо.

Співвідношення змісту концепту «межа» у мовленнєвій картині світу визначається подібністю й відмінністю таких цінностей, як влада, земля, держава, батьківщина, свобода пересування, а також іншим ціннісних констант, пов'язаних із концептом «межа». Формування змісту концепту «межа» у складі картини світу відбувається під впливом конкретно-історичних умов, включаючи умови географічні, соціокультурні, політичні.

У мовленнєвій картині світу існують дві основних сфери значень лексеми «межа»: по-перше, це значення конкретно-просторової семіосфери (гранича володінь, держав), по-друге, значення абстрактно-просторової семіосфери (вони можуть позиціонуватися або як переносні, або як самостійні).

Існування відмінностей між зазначеними семантичними сферами зумовлено особливостями категорії простору, яка містить у собі як простір у власному, конкретно-фізичному (географічному) змісті, так і нескінченну безліч абстрактних «просторів», що відтворюють структурні властивості реального, фізичного простору, зокрема, його подільність.

У процесі аналізу було з'ясовано ще одну важливу відмінність, що не знайшла відображення в словникових визначеннях, а саме параметричної відмінності всередині концепту, пов'язаного з локалізацією суб'єкта дискурсу в просторі. Ця відмінність виражається в тому, що, залежно від положення локусу сприйняття, межа виступає або як «гранича між (чимось)», або як «гранича (чогось)». При цьому залежно від положення локусу сприйняття, ця межа мислиться або як зовнішня границя простору локалізації суб'єкта (гранича «свого» простору), або як границя об'єктного простору, стосовно якого суб'єкт дискурсу займає зовнішнє положення.

Дана значеннева відмінність не одержує лексичного або синтаксичного вираження в мовленні, воно виявляється тільки за допомогою аналізу контексту.

Особистісна надійність є цілісною функцією і як процес, і як стан збалансованості, гомеостатичності організуючих рівнів. Рівень психічного розвитку особистості, особливості онтогенезу, рівень розвитку соціальних навичок, культури й свідомості мають самостійне значення для ефективності процесів адаптації, становлення особистісної надійності. Ці рівні також значимі для здатності особистості до самоадаптації.

Для успішності професійної адаптації необхідною умовою є психологічна надійність, адаптованість на всіх рівнях самоорганізації особистості. Порушення психологічної надійності на одному з рівнів (фізіологічному, індивідуально- або соціально-психологічному) значно погіршує прогноз адаптації цілісної особистості.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, на основі теоретичного аналізу проблеми меж й психологічної надійності особистості ми дійшли таких висновків.

Особистісна надійність – це здатність людини контролювати, захищати й розбудовувати свій психологічний простір, яка базується на узагальненому досвіді успішної автономної поведінки. Вона являє собою форму суб'єктності людини й дає змогу в різних формах спонтанної активності реалізувати її потреби. Протилежний полюс конструкта може бути позначений як ненадійність. Надійність має прояв у переживанні власної самості й авторства власного буття (упевненості особистості в тому, що вона діє згідно з власними бажаннями й переконаннями), відчутті своєї доречності у просторово-тимчасових і ціннісних обставинах свого життя, які вона створює або приймає. Ненадійність характеризується переживанням особистісної нестабільності й підпорядкованості, відчуженості, фрагментарності власного життя й характеризується труднощами у пошуку об'єктів середовища, з якими особа себе ідентифікує, відчуваючи себе «на чужій території» і не у своєму часі. Особистісна надійність являє собою еволюційно й соціально усталену системну якість особистості, що є необхідною умовою її нормального функціонування й розвитку. Виокремлено такі рівні досліджуваної якості, як наднадійність, нормальна (помірна) надійність, ненадійність і розбалансованість.

На відміну від традиційного уявлення про прояви самостійності й незалежності,

які залишалися усередині інтрапсихічної парадигми, ми розглядаємо особистісну надійність як стан меж психологічного простору. Психологічний простір особистості у контексті нашої роботи це суб'єктивно значущий фрагмент буття, що визначає актуальну діяльність і стиль життя особистості, що й включає комплекс фізичних, соціальних і психологічних явищ, з якими особистість себе ототожнює. Зокрема, виділено такі виміри: тілесність, соціальні норми, особисті норми (межі), особистий простір, власні речі, соціальні зв'язки, смаки й цінності. Особистісна надійність викарбовується станом меж психологічних (когнітивних, емоційних і поведінкових) позначок, що відокремлюють сферу залежності однієї людини від іншої. Межі зумовлюють ідентичність людини, представляють інструмент рівноправної взаємодії і вибору зовнішніх впливів, позначають границі особистої відповідальності, визначають специфіку особистісної надійності. Як порушення, так і підтримка меж закріплюються в «Я-концепції» і виражається в об'єктивній поведінці людини.

Особистісна надійність людини – динамічне явище; одиницею збільшення й виміру надійності є психологічна ситуація, яка вирішується за допомогою психологічних захистів й психологічного опанування. Активні способи опановуючої поведінки поєднуються з досягненням особистісної надійності, а пасивні ненадійності. Фрустрація прагнення до надійності певним чином психологічного простору через символічний характер останнього призводить або до заміщення цього виміру іншим, або до зниження рівня надійності (ненадійність), або його надмірного посилення (наднадійність). Такі порушення, як ненадійність і наднадійність, можуть компенсуватись у процесі життєдіяльності або цілеспрямованого розвивального впливу, що полягає, відповідно, в посиленні особистого контролю над різними сферами буття або у визнанні соціальних та особистісних меж іншої людини як цінності.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з подальшими теоретичними та експериментальними дослідженнями, пов'язаними із формуванням особистісної надійності людини, розробленням теоретичної моделі надійності й автентичності фахівця, виходячи зі специфіки взаємодії з феноменом соціальних меж, соціальних норм.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Г. Социальная психология в современном мире / под ред. Г. Андреевой, А. Донцова. – М. : Аспект пресс, 2002. – 364 с.
2. Антология мировой философии. В 4 т. – М. : Мысль, 1969–1972. – Т. 1. – 720 с.
3. Архангельский Л. Наука и нормы: альтернатива или единство / Л. Архангельский // Вопросы философии, 1979. – № 3. – С. 119–127.
4. Балл Г. Ориентиры современного гуманизма (в социальной, образовательной, психологической сферах) / Г. Балл. – 2-е изд., доп. – Житомир : Рута; Волинь, 2008. – 232 с.
5. Бурлачук Л. Словарь-справочник по психологической диагностике. / Л. Бурлачук, С. Морозов. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб. : Питер, 2006. – 528 с.
6. Вакулич Н. Свобода личности как принцип бытия человека в культуре / Н. Вакулич / Философия культуры и философия науки: проблемы и гипотезы: Межвуз. сб. науч. тр. – Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 1999. – С. 40–47.
7. Котик І. Соціокультурні кореляти особистісної надійності / І. Котик Актуальні проблеми економічного розвитку України в умовах глобалізації: Збірник наукових праць Міжнародної науково-практичної конференції. – Вінниця : Центр підготовки навчально-методичних видань ВТЕІ КНТЕУ, 2009. – Ч. 1. – С. 194–199.
8. Котик І. Розвиток особистісної надійності у сучасній освітній системі / І. Котик Актуальні проблеми сучасної освіти у світлі вимог Болонського процесу: матеріали міжнародної наукової конференції, 21–23 вересня 2009 р./ Міністерство освіти і науки України, СевНТУ. – Севастополь: Вид-во СевНТУ, 2009. – С. 81–83.
9. Напреенко А. Психическая саморегуляция / А. Напреенко, К. Петров. – К. : Здоров'я, 1995. – 238 с.
10. Проблеми психологічної герменевтики: Монографія / Ін-т психології ім. Г. Костюка АПН України; За ред. Н. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2004. – 273 [3] с.
11. Реан А. Социальная педагогическая психология. / А. Реан, Я. Коломинский. – СПб. : Питер Ком, 1999. – 416 с.
12. Рябикина З. Проблема личности и «личности» в современном мире / З. Рябикина // Человек. Сообщество. Управление. Научно-информационный журнал. – 1999. – № 1. – С. 51–62.
13. Столович Л. Красота. Добро. Истина. Очерк эстетической аксиологии / Л. Столович. – М. : Республика, 1994. – 464 с.
14. Столович Л. Природа эстетической ценности. /Л. Станкевич. – М. : Политиздат, 1972. – 271 с.
15. Титаренко А. Структура нравственного сознания. Опыт этико-философского исследования / А. Титаренко. – М. : Мысль, 1974. – 278 с.
16. Устьянцев В. Ценностные структуры жизненного пространства человека / В. Устьянцев // Культура и человека в современной картине мира: Межвуз. науч. сб. – Саратов: Юл, 2001. – С. 3–11.
17. Leanny I. Psychological distance to reward: a human replication // J. Exp. Anal. Behav. – 1989. – V. 51. – № 3. – P. 342–352.





УДК 159.953-796.83

## ПРОДУКТИВНІСТЬ ФУНКЦІЙ УВАГИ У БОКСЕРІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Малик Я.К., старший викладач  
кафедри педагогіки та психології

*Харківська державна академія фізичної культури*

На основі психодіагностичного обстеження 168 боксерів визначені особливості їх психічної продуктивності. Показано, що в обстежених боксерів відзначаються порушення уваги у вигляді легкого й помірного звуження обсягів, недостатності процесів концентрації, розподілу й перемикавання; доведено, що зниження рівня психічної продуктивності у висококваліфікованих боксерів мало більш виражений характер, ніж у боксерів групи первинної підготовки.

**Ключові слова:** *функції уваги, психічна продуктивність, боксери, спортсмени.*

На основе психодиагностического обследования 168 боксеров определены особенности их психической продуктивности. Показано, что у обследованных боксеров отмечаются нарушения внимания в виде легкого и умеренного сужения объемов, недостаточности процессов концентрации, распределения и переключения. Доказано, что снижение уровня психической продуктивности у высококвалифицированных боксеров имело более выраженный характер, чем у боксеров группы первичной подготовки.

**Ключевые слова:** *функции внимания, психическая продуктивность, боксеры, спортсмены.*

Malik Y.K. PERFORMANCE OF FUNCTIONS ATTENTION IN BOXERS WITH DIFFERENT LEVELS OF SPORTSMANSHIP

Based psychodiagnostic survey identified 168 boxers especially their mental performance. Shown that surveyed boxers observed violations of attention in the form of light and moderate narrowing of the volume, as well as lack of concentration processes, distribution, switching, proved that the reduction in mental performance high qualified boxers was more pronounced than in the group of initial training boxers.

**Key words:** *cognitive functions, intellectual performance, boxers, athletes, competitive activity.*

**Постановка проблеми.** Професійна діяльність в спорті вищих досягнень характеризується надзвичайно високими фізичними та психічними навантаженнями, що обумовлює дуже високий професійний ризик для здоров'я спортсмена, який визначається високою ймовірністю формування професійної захворюваності і виробничого травматизму [8; 16].

До професійних захворювань у спортсменів-однборців варто відносити хвороби кістково-м'язової системи, зумовлені фізичними перевантаженнями і функціональним перенапруженням, до професійно зумовлених – хвороб системи кровообігу внаслідок хронічного фізичного перенапруження. Невід'ємним супутником професійного боксу є травматизм. Як показали дослідження, найбільше травм виникає у спортсменів ігрових видів спорту (в процесі своєї діяльності їх мали 44% спортсменів). Потім слідує однокориджіві, спортсмени складно-координативних, швидкокісно-силових і циклічних видів спорту. Серед спортивних травм найбільша частка припадає на суглоби нижніх кінцівок (25%), потім слідує пошкодження м'язів і зв'язок ніг, переломи рук, пошкодження суглобів м'язів і зв'язок рук, струсу мозку та ушкодження тканин обличчя [1; 7; 11; 15].

Причини захворювань у спортсменів можна розділити на дві великі групи: 1) не пов'язані і 2) пов'язані із заняттями спортом [2; 8; 14].

До першої групи належать усі дії зовнішнього середовища (охолодження, різні інфекції тощо). Другу, найбільшу, групу причин захворюваності складають причини, пов'язані із заняттями спортом. Цю групу можна розділити на 2 підгрупи. До 1-ї підгрупи відносяться причини, що залежать від неправильної організації тренувального процесу, нераціонального використання засобів і методів тренування, від відсутності або недостатньої індивідуалізації ступеня фізичного навантаження на тренуваннях, що призводить до перевантаження і перенапруження міокарда окремих систем і органів [3; 10].

Однак захворювання у спортсменів можуть виникати і за правильної організації та методики тренування, але за певних умов. Причин, здатних викликати захворювання у спортсменів, в 1-й підгрупі багато. Вони залежать від неправильних дій як спортсмена, так і тренера. Найбільш істотними при цьому є відсутність або недостатня індивідуалізація навантажень, що створюють умови для перевантаження організму спортсмена. У спортсменів за великого фізичного та емоційного навантаження, зокрема перевантаження,



можуть виникати стани втоми, перевтоми і перенапруги.

Стомлення являє собою фізіологічну реакцію на навантаження і проходить після певного періоду відпочинку. Перевтома – це крайня ступінь стомлення, особливий стан, що виникає після великого й тривалого навантаження, застосовуваного одноразово або певний час. Вона характеризується загальною втомою, млявістю, відчуттям необхідності відпочинку тощо, функціональний стан погіршується, проте в різних органах і системах ступінь функціонального зниження може бути різним. При цьому стані знижуються також імунобіологічні властивості організму, що робить такого спортсмена більш схильним до впливу негативних факторів зовнішнього середовища, зокрема інфекції [6; 7; 12].

Стан перевтоми, хоча і є крайнім ступенем стомлення, відрізняється від нього. Стомлення варто розглядати як фізіологічну реакцію на навантаження, перевтома являє собою вже перед патологічний стан, тобто фон, на якому легко виникають і розвиваються різні патологічні зміни в органах і системах організму. Після певних для різних ступенів перевтоми періодів відпочинку, та застосування відповідних відновлюючих засобів всі ці явища минають, функціональний стан відновлюється, і спортсмен може приступати до тренувань.

Перенапруження – стан, що характеризується порушеннями зазвичай в якомусь одному, а іноді одночасно в кількох органах у разі надмірного фізичного і емоційного навантаження. Нині відомі патологічні зміни в серці, нирках, крові, кістках, що виникають у разі перенапруження спортсмена. На початкових стадіях перенапруження окремих органів і навіть поєднання цих станів у кількох органах може не викликати жодних скарг і не відбиватися на спортивних результатах. Воно діагностується найчастіше об'єктивними методами дослідження (ЕКГ, клінічні та біохімічні аналізи крові і сечі, безконтрастна і контрастна рентгенографія тощо) [2; 15; 16].

Але, якщо не вжити відповідних заходів (наприклад, не знизити або з припинити тренування, не провести відповідне реабілітаційне лікування і т.д.), зворотні в початкових стадіях зміни стають незворотними з усіма наслідками.

Закриті травми внутрішніх органів і головного мозку – третя група причин смерті у спорті. Після травми живота описані шлункові кровотечі, розриви печінки, кишечнику, селезінки. Можливі смертельні випадки після закритих травм черепа. Це в основному відноситься до боксу. Вважається, що сила

удару кваліфікованого боксера становить 7000 Н (700 кгс), 1000 Н (100 кгс) скидається на рукавичку. Природно, що удар такої сили, що наноситься на будь-яку ділянку тіла, не може пройти безслідно. Часті, здавалося б, несильні, удари по голові, не приводять до нокауту або до нокдауну, можуть викликати внутрішньочерепні крововиливи зі смертельним результатом. Особливо типові для боксу субдуральні крововиливи, що відбуваються внаслідок розриву дрібних вен або травматичних аневризми [2, 15].

У роботах, присвячених вивченню когнітивних порушень при черепно-мозковій травмі (ЧМТ) відзначається, що посттравматична мозкова патологія вкрай рідко протікає без інтелектуально-мнестичних розладів. Для пацієнтів, що перенесли ЧМТ характерні такі когнітивні дисфункції: порушення пам'яті та уваги, зниження швидкості переробки інформації, а також розлади функції планування, організації, прийняття рішень. В дослідженнях присвячених вивченню порушень когнітивних функцій залежно від ступеню тяжкості ЧМТ показано, що в ранньому віддаленому періоді закритої черепно-мозкової травми має місце пряма залежність когнітивних порушень від тяжкості закритої ЧМТ, зі збільшенням катамнестичного періоду ця залежність зменшується [6, 8, 10].

**Актуальність** даної роботи визначається необхідністю уточнення особливостей психічної продуктивності боксерів різної спортивної кваліфікації.

**Метою** нашої роботи стало дослідження психічної продуктивності боксерів різної спортивної кваліфікації.

Для вивчення рівня психічної продуктивності боксерів використовувалася методика «Таблиці Шульте».

В дослідженні взяли участь спортсмени, які займаються боксом у кількості 168 осіб, вони були розділені на три групи. До 1-ї групи увійшли боксери групи первинної підготовки (ГПП) в кількості 70 осіб, що мають мінімальний досвід спортивної діяльності від 1 до 3 років; до 2-ї групи – 58 кандидатів у майстри спорту (КМС), досвід спортивної діяльності яких від 3 до 6 років; до 3-ї групи – досліджувані, що мають максимальний спортивний стаж від 6 до 14 років, у кількості 40 осіб, всі майстри спорту (МС).

**Результати дослідження.** Першим етапом дослідження стало вивчення особливостей продуктивності функцій уваги у спортивній діяльності боксерів та аналіз даних результатів залежно від рівня спортивної кваліфікації обстежених спортсменів та залежно від етапу тренувально-змагального процесу. Слід зазначити, що найважливішою особливістю протікання психічних процесів є



їх вибірковий, направлений характер. Сама увага свого змісту не має, а проявляється в продуктивності пізнавальних процесів, і будучи невіддільною від них, характеризує динаміку їх протікання. Дослідження функцій уваги проводилося за допомогою методики «Таблиці Шульте». Результати методики дозволили оцінити обсяги довільної уваги, розподіл і перемикавання уваги у обстежених боксерів.

Результати дослідження психічної продуктивності (продуктивності функцій уваги) боксерів, із урахуванням рівня спортивної майстерності, представлено в табл. 1.

Згідно даних представлених у табл. 1, ефективність роботи у боксерів ГПП складала –  $36,97 \pm 4,25$  сек. «Крива працездатності» відрізняється достатнім вихідним рівнем ( $30,09 \pm 3,73$  сек. – час, витрачений на першу таблицю) і поступовим і неухильним зниженням показників, без помітних коливань у бік поліпшення ( $35,02 \pm 2,00$  сек. – час, витрачений на другу таблицю;  $34,80 \pm 6,95$  сек. – час, витрачений на третю таблицю;  $47,39 \pm 6,47$  сек. – час, витрачений на четверту таблицю;  $37,54 \pm 6,10$  сек. – час, витрачений на п'яту таблицю). Дані результати свідчать про те, що в обстежених боксерів ГПП продуктивність функцій уваги відзначається легким й помірним звуженням обсягів, а так само недостатністю процесів концентрації, розподілу й перемикавання.

Спостереження за характером поведінки боксерів ГПП в дослідженні та аналіз їх висловлювань, дозволяє констатувати, що ці спортсмени проявляли активність на протязі всіх етапів діагностики - з зацікавленістю та бажанням включалися в роботу, адекватно реагували на успіх на невдачу, цікавилися результатами дослідження. Така поведінка боксерів ГПП під час дослідження, характеризує достатній рівень їх адекватності, активності та емоційно-вольової ресурсності.

Але слід також відмітити, що при всій мотивованості діяльності боксерів ГПП, інструкції вони виконували часто лише після повторного пред'явлення, що може свідчити про наявність когнітивних порушень у спортсменів даної групи (спортивний стаж яких не перевищував 3 роки, всі вони були – «любители», в рингу боксували лише у шлемах).

Як показано у табл.1, набагато гірше впоралися із завданням за методикою «Таблиці Шульте» висококваліфіковані боксери. «Крива працездатності» боксерів КМС відрізняється достатнім вихідним рівнем ( $37,41 \pm 8,27$  сек. – час, витрачений на першу таблицю) і поступовим і неухильним зниженням показників, без помітних коливань у бік поліпшення ( $77,53 \pm 27,34$  сек. – час, витрачений на другу таблицю;  $68,82 \pm 18,29$  сек. – час, витрачений на третю таблицю;  $75,35 \pm 16,46$  сек. – час, витрачений на четверту таблицю;  $77,00 \pm 31,08$  сек. – час, витрачений на п'яту таблицю). Ефективність роботи з таблицями у боксерів КМС складала -  $67,22 \pm 20,29$  сек. Тобто, в обстежених боксерів КМС продуктивність функцій уваги характеризується помірним й вираженим звуженням обсягів і вираженою недостатністю процесів концентрації, розподілу й перемикавання.

Спостереження за характером поведінки боксерів КМС в дослідженні та аналіз їх висловлювань, дозволяє констатувати, що ці спортсмени не завжди проявляли активність на протязі всіх етапів діагностики. Часто вони демонстрували настороженість, в процедуру дослідження включалися з тривогою, напругою, невпевненістю, іноді проявляли підозрілість, але в процесі роботи нівелюються; разом з дисциплінованістю та старанністю, мала місце дисоціація між суб'єктивними переживаннями та зовнішнім вразливим компонентом поведінки («затримана форма поведінки»).

Таблиця 1

### Результати дослідження продуктивності функцій уваги боксерів із урахуванням рівня спортивної майстерності

Оцінювані параметри (в сек.)	Боксери, n=168		
	ГПП, n=70	КМС, n=58	МС, n=40
Час, витрачений на першу таблицю	$30,09 \pm 3,73$	$37,41 \pm 8,27$	$45,21 \pm 11,39^{**}$
Час, витрачений на другу таблицю	$35,02 \pm 2,00$	$77,53 \pm 27,34$	$61,11 \pm 24,09^{**}$
Час, витрачений на третю таблицю	$34,80 \pm 6,95$	$68,82 \pm 18,29$	$53,35 \pm 11,57^{**}$
Час, витрачений на четверту таблицю	$47,39 \pm 6,47$	$75,35 \pm 16,46$	$63,68 \pm 12,64$
Час, витрачений на п'яту таблицю	$37,54 \pm 6,10$	$77,00 \pm 31,08$	$57,67 \pm 12,04$
Ефективність роботи (EP)	$36,97 \pm 4,25$	$67,22 \pm 20,29$	$56,21 \pm 14,34^{**}$

Примітка: \* - вірогідність відмінностей за критерієм Ст'юдента,  $p < 0,05$  (M - середнє арифметичне  $\pm$  m - середнє статистичне відхилення)

Як показано у табл.1, у боксерів МС середній час виконання завдання за методикою «Таблиці Шульте» склав –  $56,21 \pm 14,34$  сек., що достовірно більше ніж у спортсменів ГПП ( $p < 0,05$ ). «Крива працездатності» боксерів МС відрізняється низьким вихідним рівнем ( $45,21 \pm 11,39$  сек. – час, витрачений на першу таблицю) і поступовим і неухильним зниженням показників, без помітних коливань убік поліпшення ( $61,11 \pm 24,09$  сек. – час, витрачений на другу таблицю;  $53,35 \pm 11,57$  сек. – час, витрачений на третю таблицю;  $63,68 \pm 12,64$  сек. – час, витрачений на четверту таблицю;  $57,67 \pm 12,04$  сек. – час, витрачений на п'яту таблицю). Дані результати свідчать про те, що у боксерів МС продуктивність функцій уваги характеризується помірним й вираженим звуженням обсягів, а так само грубою недостатністю процесів концентрації, розподілу та перемикання.

Спостереження за характером поведінки боксерів МС в дослідженні та аналіз їх висловлювань, дозволяє констатувати, що ці спортсмени крім активності на протязі всіх етапів діагностики демонстрували формально-відповідальне відношення до процедури психодіагностики, в період змагань спортсмени виконували вимоги психолога без особистісної зацікавленості, емоційна реакція на якість завдань в такі моменти була відсутня, результатами не цікавились. Емоційна грубість змінювалася емоційною лабільністю, і у спортсменів змінювався натрій за різними, часто не значними обставинами.

Так само 126 (75%) обстежених спортсмена допускали в роботі з таблицями різні помилки – пропускали окремі числа; шукали однозначне число показували у двозначному, до складу якого воно входить. Нерівномірний темп роботи й збільшення кількості помилок з кожною наступною таблицею свідчать про підвищену стомлюваність уваги боксерів (прогресуюче ослаблення інтенсивності уваги в процесі роботи). Слід зазначити, що зазвичай боксери починали працювати з таблицями в достатньому темпі, але вже на середині першої таблиці мала місце швидка втомлюваність, що призводило до зростання кількості помилок та збільшення загального часу роботи з методикою. Здебільшого обстежені боксери емоційно реагували на невдалі проби, починали коментувати свою роботу. Така поведінка обстежених спортсменів свідчить не тільки про недостатність продуктивності функцій уваги, але і про наявність проблематики з боку контролю діяльності.

Таким чином, у 75% обстежених боксерів відзначається звуження обсягу довільної уваги від легкого до важкого ступеня виразності. Звуження обсягів довільної уваги сполучається з порушеннями процесів концентрації, розподілу й перемикання.

На підставі результатів методики «Таблиці Шульте» були побудовані прямі стомлюваності обстежених боксерів (рис. 1).

Як видно з мал. 1, «Крива стомлюваності» у боксерів ГПП відрізняється невисоким вихідним рівнем, має характер ламаної лінії

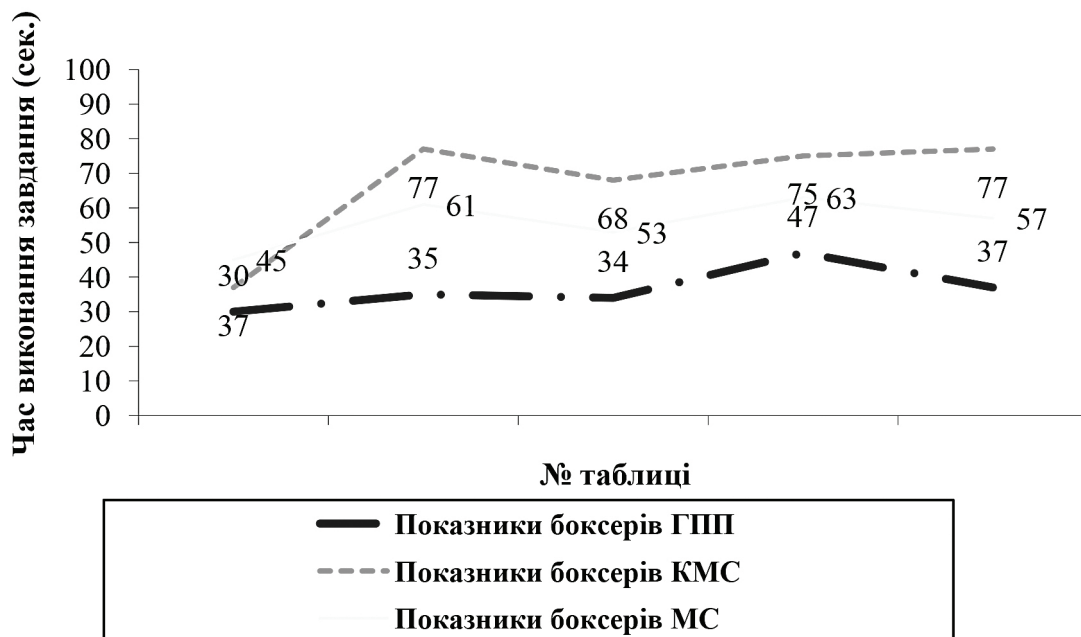


Рис. 1. «Криві психічної працездатності» боксерів з різним рівнем спортивної майстерності



й такий вигляд (30,09; 35,02; 34,80; 47,39; 37,54), характеризує стомлення психічної працездатності обстежених спортсменів. «Крива стомлюваності» боксерів КМС має характер ламаної лінії й такий вигляд (37,41; 77,53; 68,82; 75,35; 77,00), відрізняється низьким зачатковим рівнем, неухильним його спадом і поверненням до вихідних показників та діагностує виснаження зальної психічної продуктивності у даної групи спортсменів. «Крива працездатності» боксерів МС має характер ламаної лінії й такий вигляд (45,21; 61,11; 53,35; 63,68; 57,67), відрізняється невисоким вихідним рівнем, зигзагоподібним характером і поступовим зниженням показників, що свідчить про виснаження функцій уваги у даної групи спортсменів.

**Висновки з проведеного дослідження.** Таким чином, у висококваліфікованих боксерів продуктивність функцій довільної уваги мала більш виражений характер, ніж у боксерів ГПП. Дані відмінності статистично значимі згідно із критерієм Ст'юдента ( $p < 0,05$ ). В обстежених боксерів ГПП відзначаються порушення уваги у вигляді легкого й помірного звуження обсягів, недостатності процесів концентрації, розподілу й перемикання. У боксерів КМС та боксерів МС відзначаються порушення уваги у вигляді помірного й вираженого звуження обсягів і виразної недостатності процесів концентрації, розподілу й перемикання.

Перспективи дослідження полягають у вивченні психологічних чинників забезпечення інтелектуальної продуктивності у боксерів на різних етапах спортивної підготовки.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. Собрание сочинений в 6 томах / Л.С. Выготский. – М., 1984. – Т. 1. – 508 с.
2. Гаврилова Е.А. Внезапная смерть в спорте / Е.А. Гаврилова // Международная научно-практическая конференция государств участников СНГ по проблемам ФК и спорта: доклады пленарных заседаний. – Минск, 2010. – С. 91–96.
3. Гант О.С. Диагностика перцептивно-гностичної сфери спортсменів, на початкових етапах підготовки, як умова збереження їх психологічного здоров'я / О.С. Гант // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки. – 2014. – Вип. 2. – С. 18–31.
4. Гант Е.Е. Характеристика функций внимания спортсменов как показатель психической работоспособности / Е.Е. Гант, О.Н. Долиновская // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2011. – Вип. 4. – С. 272.
5. Гант О.С. Характеристика функций зорової пам'яті боксерів з різними спортивним стажем / О.С. Гант, Я.К. Малик // Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки, 2015. – Вип. 4. – С. 17–21.
6. Гант О.С. Нейропсихологічні передумови зміни здоров'я спортсменів / О.С. Гант // Проблеми екстремальної та кризової психології. – 2014. – Вип. 15. – С. 40–49.
7. Гант Е.Е. Исследование нейропсихологического статуса боксеров / Е.Е. Гант, Я.К. Малик // Матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я», Харків: 2014. – С. 226–228.
8. Гант Е.Е. Когнитивные ресурсы спортсменов в условиях соревновательной деятельности / Е.Е. Гант // Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців», ХНУ, 2014. – С. 135–137.
9. Гант Е.Е. Когнитивная продуктивность скалолазов как представителей экстремального вида спорта / Е.Е. Гант // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Здоровий спосіб життя – здорова людина – здорове суспільство», Кіровоград, 2012. – С. 226–228.
10. Дехтярев Ю.В. Когнитивные нарушения у боксеров высокой квалификации / Ю.В. Дехтярев, Ю.П. Давиденко, А.В. Муравський // Мат-ли III Всероссийского конгресса «Медицина для спорта–2013» – Москва, 2013. – Вип. 1 (10). – С. 91–94.
11. Малик Я.К. Характеристика продуктивности мнестичних функцій боксерів початкового періоду підготовки / Я.К. Малик // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки. – 2015. – Вип. 2. – С. 47–51.
12. Малик Я.К. Загальна характеристика рівня інтелектуальної продуктивності боксерів / Я.К. Малик // матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я» – Харків, 2015. – С. 305–306.
13. Перелигіна Л.А. Роль психопрофілактики в підготовці ризиконебезпечних професій до дій в екстремальних умовах / Л.А. Перелигіна, К.О. Вандер // Збірник наукових праць «Проблеми екстремальної та кризової психології» – Харків, 2009. – Вип. 6. – С. 94–101.
14. Передельський А.А. Спорт и иллюзия спорта: методические материалы для магистрантов и аспирантов физкультурно-спортивных вузов / А.А. Передельський [и др.]. – М. : Физическая культура, 2011. – 64 с.
15. Федосеев В.А. Клинические особенности психических расстройств при экстремальных ситуациях / В.А. Федосеев, Т.В. Селюкова // Збірник наукових праць «Проблеми екстремальної та кризової психології» – Харків, 2013. – Вип. 14. – Част. II. – С. 272–380.
16. Folstein M.F. Mini-Mental State: a practical guide for grading the mental state of patients for the clinician / M.F. Folstein, S.E. Folstein, P.R. McHugh // JPsychRes. – 1975. – V. 12. – P. 189–198.



УДК 359.923.2

## НАРАТИВНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ БАЗОВОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОЗИЦІЇ СТУДЕНТІВ ВНЗ

Марчук К.А., к. філол. н.,  
асистент кафедри теоретичної психології та психології розвитку  
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Пирог Г.В., к. філософ. н.,  
доцент кафедри теоретичної психології та психології розвитку  
Житомирський державний університет імені Івана Франка

У статті розкрито результати нарративного дослідження формування базової життєвої позиції студентів ВНЗ. Проаналізовано студентські автонаративи за типами (емоційно-нейтральний, емоційно-позитивний, емоційно-негативний, амбівалентний); окреслено особливості формування базової життєвої позиції студентів у кожному з типів автонаративу.

**Ключові слова:** *нарратив, автонаратив, мімесис, дієгезис, емоційно-нейтральний, емоційно-позитивний, емоційно-негативний, амбівалентний типи автонаративу.*

В статье представлены результаты нарративного исследования формирования базовой жизненной позиции студентов вуза. Проанализированы студенческие автонарративы по типам (эмоционально-нейтральный, эмоционально-позитивный, эмоционально-негативный, амбивалентный); определены особенности формирования базовой жизненной позиции студентов в каждом из типов автонарратива.

**Ключевые слова:** *нарратив, автонарратив, мимезис, диэгезис, эмоционально-нейтральный, эмоционально-позитивный, эмоционально-негативный, амбивалентный типы автонарратива.*

Marchuk K.A., Pirog A.V. NARRATIVE RESEARCH OF FORMING BASE VITAL POSITION OF STUDENTS FROM HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

In the article the results of narrative research of forming of base vital position of students from higher educational establishments are exposed. It is analysed student autonarratives after types: emotionally-neutral, emotionally-positive, emotionally-negative, ambivalent; the features of forming of students' base vital position in each of types of autonarrative are outlined.

**Key words:** *narrative, autonarrative, mimesis, diegesis, emotionally-neutral, emotionally-positive, emotionally-negative, ambivalent types of autonarrative.*

**Постановка проблеми.** Особливості організації особистістю власного життя, формування базової життєвої позиції, усвідомлення людиною цінності власного життєвого досвіду, розуміння його змісту – наукові психологічні проблеми, які у контексті дослідження особистості у різні часи опинялися в центрі уваги зарубіжних та вітчизняних науковців, однак не втратили своєї актуальності і сьогодні.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ці проблеми розкривають у своїх роботах С. Рубінштейн, Є. Варламова, С. Степанов, М. Мдівані, П. Кодесс, У. Джеймс, А. Маслоу та ін. Дослідження становлення життєвої позиції особистості у різних аспектах здійснювали К. Альбуханова-Славська, Б. Ананьев, Е. Берн, Л. Божович, Р. Грановська, І. Макаров, В. Марков, С. Прядко, С. Рубінштейн, Л. Сохань, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.

Однак оприлюднений спектр робіт не вичерпує заявленої проблематики, а, навпаки, спрямовує на пошуки нових шляхів та методів дослідження життєвої позиції осо-

бистості. Так, актуальним та перспективним видається нарративний підхід, який дає змогу простежити етапи формування цінностей, ідеалів, переконань особистості, які визначають основоположні принципи її поведінки та становлять основу її базової життєвої позиції.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у дослідженні базової життєвої позиції студентів ВНЗ шляхом нарративної інтерпретації їхніх життєвих історій.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Заради досягнення поставленої мети здійснено дослідження, в якому взяли участь 180 студентів I, II та III курсів соціально-психологічного факультету Житомирського державного університету ім. І. Франка спеціальностей «Психологія» та «Соціальна педагогіка». Досліджуваним було запропоновано виконати інструкцію: «Напишіть історію свого життя: від народження і до сьогодні (жанр, форма, обсяг не мають значення). За бажання, можете



дописати цю історію – змодельовати власне майбутнє». Отже, кожен зі студентів створив текст, який відображає історію його життя, власний автонаратив.

У розкритті поняття «автонаратив» відштовхуємось від положень, запропонованих Н. Чепелевою, у межах яких автонаратив постає як «засіб розкриття внутрішніх основ особистості, змісту її «Я-концепції» шляхом опису тих подій, які кардинально вплинули на усвідомлення власного «Я» та розвиток особистості» [4, с. 106].

Варто зазначити, що процес породження автонаративу має певну специфіку, що відрізняє його від процесу створення інших видів текстів: «1) в процесі породження наративів визначаються і будуються так звані інтервали самоідентичності, <...> які призводять до якісних змін особистості; 2) усвідомлюється «Я-концепція» особистості, що здійснюється шляхом аналізу викладених в автонаративі життєвих подій, на підставі яких людина робить висновки про притаманні їй риси характеру та якості особистості; 3) усвідомлюються життєві стратегії, що відбуваються на підставі особливої форми рефлексії досвіду свого життя; 4) інтенсифікується самопізнання, яке здійснюється шляхом дослідження внутрішніх основ самої особистості (ресурсів, перешкод, суперечностей, що знаходять вияв у конкретних подіях життя)» [4, с. 115]. Отже, породження людиною автонаративу шляхом опису тих подій життя, які кардинально вплинули на усвідомлення власного «Я», ілюструє формування базової життєвої позиції, усвідомлення власного досвіду.

Наративний метод використовує оповідальну природу людської поведінки, тобто характер взаємодії людини із власним досвідом через оповідання про нього, оскільки особистість не лише розуміє себе за допомогою мови, а й конструює себе у мовленні. Він дав змогу інтерпретувати отримані тексти відповідно до основних наративних категорій та охарактеризувати тип автонаративу, який є виразником базової життєвої позиції особистості. Життєві позиції молодих людей було розглянуто через їхні життєві історії, завдяки роботі не лише безпосередньо з особистістю, а й тексту.

Результати, отримані у процесі експериментального дослідження, дали підставу припустити, що залежно від сприймання власного досвіду особистість породжує різні типи текстів-наративів, кожен з яких, крім того, є виразником її базової життєвої позиції.

Спираючись на типологію автонаративів, запропоновану Н. Чепелевою [4], здійсню-

ємо власну наративну інтерпретацію отриманих у процесі дослідження студентських життєвих історій.

Для автобіографічних наративів емоційно-нейтрального типу (характеризуються нейтральним ставленням до власного життєвого досвіду) характерне документальне викладення минулих подій, часто описується час, місце, дії персонажів. Однак тут не розкриваються переломні моменти життя, конфлікти, відсутній також аналіз фіксованих подій. Наратовані ситуації найчастіше стосуються соціального, зокрема професійного становлення, натомість, особистісна сфера залишається далеко «за кадром», як і ціннісна спрямованість та емоційна наповненість. Автобіографії такого типу нагадують, швидше, «звіт про виконану роботу» – розгорнутий, багатоелементний документ.

Автонаративи із невизначеним ставленням розповідача до свого життя (амбівалентний тип) характеризуються високою емоційністю. Н. Чепелева цей факт пов'язує з тим, що людина не може прийняти окремі події свого життя, переосмислити їх із точки зору теперішнього і постійно повертається до них, емоційно переживаючи. Під час розкриття свого минулого досліджувані цієї групи найбільшу увагу звертають на невизначені події свого життя, тобто події, до яких мають невизначене ставлення: одна і та сама подія може сприйматися як позитивно, так і негативно.

Детальніше зупинимось на автонаративах емоційно-позитивного та емоційно-негативного типів, які, за нашим припущенням, є виразниками сформованої життєвої позиції молодих людей.

В автонаративах осіб із позитивним ставленням до свого досвіду переважає розкриття важливих або переломних подій життя. У тексті зберігається хронологічна сітка, однак подієва наповненість часто нерівномірна. Розділяючи своє життя на логічні вікові або соціальні періоди («домашнє» дитинство, дитячий садочок, школа, університет), досліджувані виділяють більш значимі події, деталізують їх, увиразнюють шляхом міметичного (сценічного, ілюстративного) викладу матеріалу, натомість, цілі ряди подій, з якими пов'язані тривалі відрізки життя, подають лаконічно і узагальнено, одним-двома реченнями.

Прикладом автонаративу такого типу може слугувати життєва історія Наталії К. (студентки II курсу спеціальності «Психологія»): «*Народилася я 13 серпня 1997 р. в с. Привороття Брусилівського р-ну. Росла як звичайна сільська дівчинка, любила гратися з однолітками та робити шко-*

ду. В 5 років пішла в садочок, там я так само продовжувала гратися та бешкетувати. В 6 років пішла до школи, там мені дуже сподобалося, пам'ятаю своє перше знайомство з однокласниками та першою вчителькою, яке пройшло дуже добре, що, мабуть, і посприяло моєму захопленню школою. В 5 класі я стала старостою класу і пробула нею аж до кінця школи. Під час навчання десь з 7 класу брала участь у різних шкільних заходах. Десь приблизно в цьому самому віці я почала відвідувати недільну школу, там займалася співом та постановками різних казок. У 10 класі стала замом президента школи. В 2014 році закінчила 11 класів. Склала ЗНО, вступила до ЖДУ ім. І. Франка на соціально-психологічний факультет, тут навчаюсь уже другий рік і не припиняю активності».

В автонаративах цього типу відбувається зіставлення життєвих ситуацій та особистісних характеристик, розкривається побудова, вибір цілей і тактик поведінки, основні риси, якості особистості, вибудовується певна життєва позиція. Розкриваються дії людини, які призводять до змін, вказуються час, місце, дії персонажів. Н. Чепелева зазначає: «Невірно було б сприймати ці автобіографії як виключно позитивне емоційне ставлення до власного досвіду. Як правило, в них розкриваються певні протиріччя, ускладнення, конфлікти, але діючі особи намагаються подолати ці перешкоди» [4, с. 108]. Досліджуваний творчо переосмислює пережиті події, оцінює, зважає і, зрештою, сприймає як цінний життєвий досвід, урок, через що часто доводиться здійснювати роботу над помилками: «Я народилася дуже цікаво. Мабуть, моя мати у свої шістнадцять вирішила, що уже готова до подорожі в дорослість і погодилася на пропозицію «руки та серця» мого тата після двох тижнів знайомства. Весела мольд була у ті роки, я думаю.

Так от, на світ божий я з'явилася двадцять першого березня у палкій 1994-й, через два роки. Мабуть, мені було добре (якби було погано, я б запам'ятала).

У 1997-му році мама за щось добренько насварила мене, від чого я почала ридма ридати. А потім я впала, посиніла і стала хапати ротом повітря, як риба, яку викинуло на берег, яку принесли у відрі чекати свого фінального завершення. За два тижні мене оперували. А ось ці моменти я добре запам'ятала. Лікар тримав щось над моїм лицем і говорив лічити до десяти. Я точно знаю, що не долічила, знаю, що перед очима поступово і швидко темнішало. Не знаю, що то було, але батьки настраждалися, вигребли всі статки на ту операцію.

А далі – веселіше. Я ніби з ланцюга зірвалася – гасала днями, гойдалася на воротах, збирала недопалки з хлопцями, з якими товаришувала. Яюсь удень батьки вкладали мене спати, я їх приспала, а сама вирішила пошукати чогось смачненького. У маминій сумці я знайшла гарненьку паечку з жовтенькими пігулками, на смак вони були солодкі, а на язиці – гладенькі. Тоді мене відкачали. Одним словом, дитинство було веселим, особливо сподобалось батькам.

Наступні роки я пам'ятаю лише шкільними. Найяскравішим періодом був підлітковий вік (я й досі його згадую), мені здається, що я й досі можу відчути, як гормони нишпорили у моїй крові, як грюкали в мозок, ніби колектори у двері боржників. У дев'ятому класі перспектива скніти за партою з особами, які вже або деградували, або ще не почали розвиватися, мене зовсім не тішила, і я пішла вчитися малювати до дідка Леонарда. Потім вступила до Будівельного коледжу на архітектора. Через півроку я зрозуміла, що, обираючи навчальний заклад, я тікала від математики і прибігла прямо в її пазурі. Але після другого курсу, коли та каторга закінчилася, я почала ловити кайф від своєї діяльності. Хоч нас і мучили, як свиней, але результати були дивовижними. У тому самому коледжі я зустріла своє перше кохання, якому довелося допомагати з навчанням, і я працювала за двох, непогано працювала. Я відчувала себе мамою, щодня до опівночі креслила, лампа була моїм найкращим другом, скоро стала чи не єдиним, але я була щаслива.

Моє життя змінилося саме тоді. Я зустріла його – своє чудо. Спочатку совість не давала спокою, я виїла себе всю, але потім таки покинула одну людину, а вийшло – що увесь звичний світ. Але я мала своє чудо і була щаслива. Заради нього я залишила свої креслення у майбутньому – щоб нікуди не виїздити.

Потім я захистила диплом. Потім отримала результати ЗНО. Потім занесла документи до ЖДУ. Потім вступила на соціального педагога.

Як я вижила після такої палітри емоцій, мені й досі не відомо. Але я знаю, що то був перелом. Я знаю, що то закінчилося дитинство, мій підлітковий кретинізм. Цілі були досягнуті. Я залишилася жити в нього. Життя стало іншим, дорослим» (Марина Б., II курс, «Соціальна педагогіка»).

У цих наративах даються оцінки подіям, що відбуваються, виражається ставлення до того, що сталося. Таким чином людина розкриває історію власного життя, інтерпретує власний життєвий досвід, укладаю-





чи його в рамки соціальної та особистісної сфер.

Наративи з позитивним ставленням досліджуваного до власного життєвого досвіду дають змогу простежити розгортання у тексті авторського трактування формування базової життєвої позиції. Часто прикінцеві текстуальні висновки розкривають вплив на формування життєвої позиції особистості конкретних осіб або обставин життя.

Для автобіографій досліджуваних із негативним ставленням до власного досвіду характерна репрезентація минулого досвіду за допомогою послідовності впорядкованих речень, що передають часову послідовність подій, хоча вони не завжди розміщені у хронологічному порядку. У цих автобіографіях відображаються дії, які призводять до деяких змін особистого стану людини чи оточення. Ці зміни частіше сприймаються як негативні.

Як приклад автонаративу такого типу можна розглянути життєву історію студента II курсу спеціальності «Психологія» Максима З.: *«Двадцять восьмого травня славного 1996 року в сонячний день з'явився я. По життю був меланхолійним хлопчиком, дитинство майже не пам'ятаю, в шкільні роки був тихим, спілкувався з малою кількістю людей, тобто коло знайомих було завжди цікавим. Розвивався я нормально, захоплювався читанням змалечку, ріс без батька. З 10 років жив із бабусею і дядьком. То були найкращі часи в моєму житті. У 13 бабуся померла. Почалося життя гірше нікуди. Додому повернувся батько, але зі своєю родиною, яку я несильно любив, я бачив в їхніх очах лицемірство і відразу, коли вони дивилися на мене. Мама працювала за кордоном заради втілення нашої спільної мрії – купівлі власної квартири. У 14 приїхала мама, купила квартиру і залишила жити зі старшою сестрою. Так я прожив півроку, сестра поїхала в Київ, а я залишився жити один, у сусідньому під'їзді проживала моя тітка, яка наглядала за мною, але через кілька місяців я вчинив деякі помилки, за що поїхав жити до батька. Спочатку я жив із дядьком, який, до речі, мені був як батько, але потім переїхав до батька. Це було жахливо: 4 людини в одній кімнаті гуртожитку, плюс – мої захоплення не збігалися із захопленням сестри і було тяжко. Через деякий час мене назвали злодієм і я поїхав звідти, хоча за життя нічого не вкрав. З 18 до 19 жив окремо, з 19 живу з мамою. На цьому кінець».*

Досліджуваний формує автонаратив, фіксуючи значимі події свого життя, при цьому дає їм переважно негативну

оцінку. Градація таких подій посилюється звуженням подієвого спектру наприкінці історії і категоричністю її закінчення. Однак, проаналізувавши автонаративи такого типу, не можемо стверджувати, що людина негативно ставиться до себе чи оцінює себе, швидше, йдеться про негативну оцінку окремих подій свого життя.

Часто розповідь про події негативного плану обривається, залишається незакінченою. Таким чином, наявні лише факти, які сприймаються негативно, але поза контекстом лишаються причини, які до них призвели, не окреслюються можливі шляхи подолання цих ситуацій. Такі автонаративи Н. Чепелева називає «перерваними», оскільки вони можуть свідчити про витіснення власних проблем і небажання їх розв'язувати. У процесі їх породження відбувається вибір життєвих стратегій. «Незважаючи на наявність негативної концепції життя, такі наративи виконують конституювальну функцію, оскільки в процесі їх породження відбувається усвідомлення власного досвіду, відбувається власна «Я-концепція» [4, с. 111].

В автонаративах із негативним ставленням досліджуваного до власного досвіду часто зображено конфліктні, проблемні ситуації. Розкриття конфлікту супроводжується оцінкою (переважно негативною) та вираженням ставлення автора до того, що сталося. Н. Чепелева подібні автобіографії вважає такими, в яких розкриваються травмуючі події життя, які особистість з тієї чи іншої причини не може прийняти. «Розкриття травмуючих подій дає змогу перевести травмуючий досвід у вигляд зовнішньої історії і таким чином пережити життєві ускладнення. В даному випадку наратив виконує захисну функцію» [4, с. 111]. Так само захисну функцію в автонаративі виконує художній образ. Закодовуючи неприємний досвід у художнє полотно, автор тексту ніби віддаляє його від себе. Разом із тим художність тексту допомагає точніше, яскравіше, емоційніше передати думки і почуття:

*«Жизнь – это вечная война. Иногда с собой, иногда с внешним миром. Моя война началась 4 августа семнадцать лет назад, когда я впервые увидела белый свет. И даже тот мир был мне куда понятней. Тот мой первый крик не сравнится в отчаянии с нынешним молчанием моим. Детство было одним из самых ярких, светлых, вкуснопахнувших пятен в книге моей жизни. Оно было не омрачено ничем, что я не могла бы понять, было душистым, с грязными руками от орехового сока. Не знало оно, зеленое, гнева и несправедливости. И пролетело очень быстро.*



*Дверь захлопнулась очень быстро, отесняя меня от душистого летнего поля. Чьи-то холодные руки подняли меня, грубо усадили на чертовски длинную тропу и пнули, чтобы я побыстрее шевелилась. Тропа часто виляла, я сходила с нее и сворачивала не туда, куда нужно. Я спасала птиц, потом же чесала руки от их укусов, но искала глазами в небе их следы, пытаюсь понять – долетели они или нет.*

*Однажды, лежа на промерзшей земле леса, я поклялась, что когда смерть меня схватит, она почувствует у себя на роже мой кулак. То было новое начало и новый конец» (Дарина Г., I курс, спеціальність «Соціальна педагогіка»).*

Незважаючи на негативне ставлення до певних подій свого життя, досліджувані виявляють чітку базову життєву позицію, цілком сформовану, на що вказує наявність у наративах авторських висновків, часто філософського, художнього характеру, фіксування значимих, переломних моментів життя, наявність причинно-наслідкових зв'язків.

**Висновки з проведеного дослідження.** Проінтерпретували ряд студентських наративів, помічаємо стійку закономірність: життєві історії досліджуваних із позитивним ставленням до подій свого минулого ілюструють чітку сформовану базову життєву позицію особистості. Кожна ситуація, навіть досить травматична, сприймається як цінний життєвий досвід, матеріал для формування, гартування характеру, як ресурс для подальших життєвих звершень, як будівельний матеріал для світоглядної призми, базової життєвої позиції. Наративи досліджуваних із негативним ставленням до попереднього життєвого досвіду, як не дивно, також свідчать про сформованість в їх авторів базової життєвої позиції. Однак події минулого тут сприймаються критично, часто негативно, досить емоційно. Вони визнаються значимими та такими, що вплинули на подальший розвиток життєвого шляху. Однак досліджуваний робить певні висновки, сприймає попередні події як життєвий урок, нехай і не надто приємний, чітко і детально планує майбутнє, здійснює таку собі «роботу над помилка-

ми», ілюструючи досить чітку життєву позицію.

Натомість, наративи емоційно-нейтрального типу є виразниками несформованої, незрілої життєвої позиції, оскільки події минулого життя у межах наративу не аналізуються, не деталізуються, а лише констатуються як факт. Крім того, емоційні, травматичні події минулого, які, безперечно, є значимими для формування життєвого досвіду, опускаються, не вводяться до наративу. Такі тексти не ілюструють авторського ставлення до наратованих подій, у них відсутні висновки щодо пережитих ситуацій і планів на майбутнє. Дещо схожу ситуацію виражають автонаративи амбівалентного типу. Вони демонструють ситуацію двоякого ставлення автора до пережитих подій, що свідчить про незрілість світоглядних позицій, базової життєвої позиції. Досліджувані наводять певні події свого життя, однак не фіксують їх, не означають, а піддають сумніву. Їм важко визначитись із власним ставленням до наратованих ситуацій, їхнім впливом на події минулого життя та можливими наслідками для майбутнього.

Проведене дослідження не вичерпує усіх можливостей наративного методу у дослідженні студентських автонаративів, зокрема і під час вивчення формування їхньої базової життєвої позиції. Перспективним видається розширення дослідницького окуляра шляхом залучення до інтерпретацій життєвих історій молодих людей інших наративних категорій: визначення способу наратування, типу наратора, особливостей фокалізації, специфіки хронотопу та ін.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Брагіна Н. Життєва позиція як предмет психологічного аналізу / Н. Брагіна [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.vuzlib.com>.
2. Титаренко Т. Життєвий світ особистості / Т. Титаренко. – К. : Либідь. – 2003. – 376 с.
3. Ткачук О. Наратологічний словник / О. Ткачук. – Тернопіль : Астон, 2002. – 173 с.
4. Чепелева Н. Проблеми психологічної герменевтики [Монографія] / за ред. Н. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2004. – 276 с.



УДК 159.955.4

## ОНТОГЕНЕТИЧНІ АСПЕКТИ РЕФЛЕКСИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ВИМІРАХ КУЛЬТУРНО-ІСТОРИЧНОГО ПІДХОДУ

Мирошник О.Г., к. психол. н.,  
доцент кафедри психології

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

У статті надано аналіз становлення онтогенетичних форм рефлексії, що забезпечують цілісність психічних актів. Розглянуто особливості прояву рефлексивних процесів у сенсомоторних рухах, предметних діях, соціально-психологічній взаємодії, самосвідомості.

**Ключові слова:** онтогенез, рефлексивні процеси, культурно-історичний підхід, покладальна рефлексія, порівняльна рефлексія, визначальна рефлексія.

В статье представлен анализ становления онтогенетических форм рефлексии, обеспечивающих целостность психических актов. Рассмотрены особенности проявления рефлексии в сенсомоторных движениях, предметных действиях, самосознании, социально-психологическом взаимодействии.

**Ключевые слова:** онтогенез, рефлексивные процессы, культурно-исторический подход, полагающая рефлексия, сравнительная рефлексия, определяющая рефлексия.

Myroshnyk O.G. ONTOGENETIC ASPECTS OF REFLEXIVITY PERSONALITY IN THE CULTURAL-HISTORICAL APPROACH

The article provides analysis of the formation of ontogenetic forms of reflection, which ensures the integrity of mental acts. The features of the manifestation of reflexive processes in sensorimotor movements, meaningful activities, social and psychological interactions, self-awareness.

**Key words:** ontogenesis, reflective processes, cultural-historical approach, supposing reflection, comparative reflection, qualificatory reflection.

**Постановка проблеми.** Явище рефлексії стало предметом вивчення багатьох дослідників, але, незважаючи на значні досягнення у розумінні функціонально-структурних, феноменологічних, онтологічних, аксіологічних її аспектів, вона залишається відкритою для наукових розвідок. Особливого значення набуває питання генезису рефлексивних механізмів та рефлексивних процесів. Б. Анан'єв зазначав, що рефлексія виникає із розвитком здатності дитини усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій. Продовженням цієї думки є висловлювання С. Рубінштейна про те, що виникнення довільних рухів, самостійне пересування та самообслуговування є чинником набуття дитиною суб'єктності, здатності виокремлювати себе з оточення, яка досягає своє зрілості у підлітковому віці. На думку В. Давидова, В. Слободчикова, Г. Цукерман, чутливим періодом рефлексії є молодший шкільний вік [6; 11]. Л. Виготський, І. Кон, Н. Гуткіна, С. Максименко, І. Булах, М. Дригус, аналізуючи процеси рефлексії у зв'язку із самосвідомістю, визначали їхню актуальну роль у розвитку особистості підлітка та юнака [1; 2; 3; 5; 6; 9].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Загалом проблема генезису рефлексивних процесів традиційно вирішувалась із позиції культурно-історичного підходу. У

рамках цього підходу інтерпсихічне розглядається генетично первинним матеріалом будь-якого феномену людської психіки. На думку Л. Виготського, інтерпсихічне як соціальна ситуація розвитку дитини визначає цілком та повністю ті форми та той шлях, слідуючи яким, дитина набуває нових властивостей особистості [3]. Відповідно до ключових положень культурно-історичної концепції розвитку вищих психічних функцій, міра розвитку рефлексивності як механізму та процесу детермінована системою відносин дитини зі світом дорослих. Саме у світі дорослих, побудованому на культурних засобах та знаках, знаходяться необхідні інструменти для виокремлення, розуміння власних якостей та можливостей. Умовою привласнення цього інструментарію є співбуття дитини з дорослим світом. Генезис внутрішнього світу дитиною в рамках системи його співбуття із дорослими проаналізовано В. Слободчиковим [11]. Співбуття – це ситуація розвитку, де народжуються функціональні органи суб'єктивності, що дають змогу зробити об'єктом відображення свою життєдіяльність. Реалізація співбуття здійснюється за допомогою діаметрально протилежних механізмів: виокремлення (фізичного, біологічного, психологічного, особистісного) та ототожнення (імпринтинг, уподібнення, ідентифікація, гра, учіння). Узгоджена ро-

бота цих механізмів призводить до того, що результати ототожнення як способу зовнішнього ставлення до життєдіяльності загалом рефлексією перетворюються на ставлення всередині індивідуального життя. Отже, у дитини не існує вроджених механізмів суб'єктності, але вони перебувають у єдності із дорослим світом.

Дослідники зазначають зміну сфер рефлексивної регуляції залежно від змісту психічних процесів, що утворюють провідну діяльність індивіда на стадії немовляти, раннього, дошкільного, молодшого шкільного, підліткового та юнацького віку. Предметом нашої уваги стали онтологічні характеристики рефлексії та способи інтерпретації їх генезису з позиції культурно-історичного підходу.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в аналізі культурно-історичного підходу до розуміння особливостей генезису рефлексивності особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** В. Слободчиков запропонував періодизацію форм рефлексивного розвитку у зв'язку із розглядом проблеми становлення суб'єктності. Користуючись термінологією Гегеля, він розрізняє покладальну, порівняльну та визначальну рефлексії [11]. Розвиток покладальної рефлексії припадає на ранній вік. Важливими подіями раннього дитинства є прямоходіння та поява мови. Прямоходіння надає можливість самостійно визначати положення частин тіла у просторі та орієнтуватися у системі координат, в якій знаходиться доросла людина. Здатність до прямоходіння дає змогу здійснювати дитині предметні дії, які, на відміну рухів (хапальних, циркулярних, ланцюгових тощо), що первинно символічно були орієнтовані на дорослого, спрямовуються на предметні властивості самого предмету. Мова визволяє дитину від заглибленості у зовнішній світ та надає здатність пізнати себе. Мовні дії дитини формуються у контексті мови дорослого, яка насичена афективно-оцінними модальностями. Вони впливають на відбір дитиною функціональних дій, які мають схвальну оцінку дорослого та слугують основою становлення Я дитини. В. Слободчиков зазначає, що фундаментальним механізмом вихідного практичного ставлення дитини до умов життя (ототожнення та виокремлення всередині життєдіяльності дорослого) є наслідування. Дії наслідування, будучи за своїм походженням суто біокинетичними, у спілкуванні з дорослими перетворюються на дію зображення. Однак у подальшому вони набува-

ють чіткої спеціалізації та поділяються на дії знаряддя, що забезпечують безпосереднє включення дитини у спільну діяльність із дорослими (самообслуговування) та квазі-знаряддя (гра), які дають змогу регулювати входження дитини у сферу соціальних відносин із дорослим світом; власне предметні, що реалізують самостійність дитини у матеріальній предметності та квазі-предметні дії заміщення, що забезпечують самостійність дитини в ідеальній предметності. Дії наслідування сприяють становленню особливих функціональних органів типу звичок, установок, схем поведінки, що є предметом діяльності та спілкування дорослого та дитини. Афективно-оцінна мова дорослого і зустрічна мова дитини та предметно-знаряддеві дії дитини, що орієнтовані на дорослого, створюють основи для самототожності дитини (виникає специфічна форма свідомості «ми-вони»). У середині форми «ми-вони» поступово зароджується форма «ми-ти» як передумова форми «я-не-я». Переживання незбігання суб'єктності та суб'єктивності є початком зародження самосвідомості та первинної форми рефлексії як здатності відрізнити себе від своєї життєдіяльності («покладаючої»). У подальшому розвиток рефлексії дитини пов'язаний із виокремленням власних спонукань та регулюванням їх реалізації у часі.

У дошкільному віці розвиток рефлексії відбувається у спілкуванні з близькими дорослими, а також в ігрових взаєминах з однолітками. Розвиток індивідуальної свідомості у сюжетно-рольовій грі сприяє виникненню порівняльної рефлексії, що дає змогу впізнавати себе всередині свого оточення. Порівняльна рефлексія дошкільника забезпечує синтез цілісного Я та стійке світорозуміння. Однак на цьому етапі розвиток процесу рефлексії відбувається лише в рамках групової свідомості та існує у колективно-розподільчій формі. Тобто межі індивідуальної свідомості (Я) збігаються з межами групової свідомості (МИ). Тільки наприкінці дошкільного віку у дитини розвивається усвідомлення власної автономності та відокремленості від середовища. Дитина усвідомлює своє положення в соціальному світі, орієнтується в сімейно-родинних стосунках, вміє організовувати свої стосунки з дорослими та однолітками, здатна враховувати очікування інших щодо своєї поведінки [12]. Іншими словами, у дошкільному віці формуються потреби і механізми соціального розуміння іншої людини, що є важливою умовою здійснення навчальної діяльності.

Період переходу від дошкільного до молодшого шкільного віку характеризується





формуванням оціночних уявлень, що мають зв'язок із дозріванням когнітивних передумов рефлексивного усвідомлення себе. За Л. Виготським, наприкінці дошкільного віку у дитини з'являється здатність здійснювати регуляцію своєї поведінки через ставлення до себе та інших людей. Опосередкованість психічних дій усвідомленою системою ставлень забезпечує здатність дитини до довільності психічних процесів. Виникає здатність планувати власні дії, виконувати їх у внутрішньому плані, що формує вміння аналізувати та оцінювати основи своїх дії ніби зовні. Ці вміння знаходяться в основі рефлексії, яка дає змогу оцінювати свої дії відповідно до умов діяльності та ступеня їх особистісної значущості. Це визначаюча форма рефлексії [14]. Формулою цієї рефлексії є «Я знаю, і я знаю, що я знаю (або не знаю) це». Вона є результатом самообмежень або уточнення меж самотожності своєї життєдіяльності, процесом усвідомлення своїх можливостей, знань та незнань. У процесі гри за правилами дитина стикається з існуванням як зовнішніх, так і внутрішніх меж власної поведінки. Зовнішні визначають прийнятий культурою порядок дій дитини відповідно до ролі, внутрішні – здатність дитини виконувати певну поведінку відповідно до цієї ролі. Визначаюча рефлексія виступає як спосіб оволодіння «не-Я», тобто усвідомленням того, чого вона не вміє, не знає, не бажає.

В. Давидов і В. Рубцов зазначають, що зі вступом до школи починають формуватись інтелектуальна та логічна форми рефлексії [6]. Вони забезпечують усвідомлення дитиною способів побудови змісту навчальних предметів та форми співробітництва дітей. Так, важливим завданням навчання молодших школярів є формування в них основ теоретичного мислення, яке, на відміну від емпіричного, відображає внутрішні відношення предметів та явищ, досліджуючи природу понять. Якщо на початку молодшого шкільного віку сфера мислення є центральною у прояві рефлексії, наприкінці цього віку цю позицію займає рефлексія у сфері самосвідомості. Формування рефлексії в особистісній сфері молодших школярів здійснюється через опанування оцінки та самооцінки на різному предметному матеріалі в умовах навчальної діяльності. Дослідження Т. Адрущенко, Н. Гуткіної, О. Захарова, Г. Цукерман показали, що розвиток рефлексивного самоставлення учня в цьому віці забезпечує оптимальну структуру самооцінки, що виявляється у здатності перегляду дитиною власних якостей та зміни способів поведінки. Н. Гуткіна запропонувала поняття рефлексивних очікувань, які характеризують уявлення людини про те, як її сприймають та розуміють інші люди, що входять у коло її спілкування [5]. Підсумком розвитку особистості дитини у молодшому шкільному віці є її перетворення зі школяра на учня. Статус школяра обслуговується порівняльною рефлексією, згідно з якою дитина оцінює себе відповідно до ззовні заданих соціальних шкал. Позиція учня ґрунтується на визначаючій рефлексії, що обслуговує стосунки дитини із самою собою, надаючи їй можливості самозмін та саморозвитку в навчальній діяльності. В. Слободчиков та Г. Цукерман зазначають, що в освітньому просторі рефлексивний процес запускає вчитель.

Важливим механізмом розвитку самосвідомості у підлітковому та ранньому юнацькому віці є особистісна рефлексія. Вона забезпечує усвідомлення підлітком як свого внутрішнього світу, так і розуміння внутрішнього світу інших людей. На думку Н. Гуткіної, в 11–12 років предметом рефлексивного аналізу є окремі вчинки. У 12–13 років головним стає самоаналіз рис власного характеру та актуальних людських взаємин. Отже, у підлітковому віці доля прояву порівняльної рефлексії в роботі самосвідомості значно знижується, на відміну від визначаючої. Наприкінці підліткового віку визначаюча рефлексія стає потужним регулятором поведінки особистості [5]. Підліток прагне проявляти увагу до внутрішнього світу інших людей, виявляє меншу залежність від думки більшості, здатність до самоаналізу та самовиховання.

Предметом рефлексії юнака є усвідомлення його місця світі. Становлення моральної самосвідомості супроводжується прагненням юнака до світоглядного самовизначення. Е. Еріксон вбачав, що позитивною якістю юнака є вірність як здатність приймати та дотримуватись моралі, етики та ідеології суспільства. Детермінантами розвитку самосвідомості у ранній юності є не тільки збільшення кількості соціальних ролей, але й якісна їх зміна [1]. З'являється дедалі більше ролей, які належать статусу дорослої людини (професійне самовизначення, гендерно-рольова орієнтація, громадянська та світоглядна позиція). Все це потребує свідомо побудованих юнаком критеріїв регуляції поведінки, розроблених на підставі розуміння власного Я. Рефлексія стає механізмом розвитку особистісної та соціальної ідентичності. Особистісна ідентичність забезпечує усвідомлення часової безперервності Я людини, власної цілісності та тотожності, визначення ступеня схожості з іншими людьми з одночас-



ним усвідомленням власної неповторності та унікальності.

Отже, в рамках культурно-історичного підходу сформувалось уявлення про рефлексію як процес подвійного відображення людиною дійсності, що виникає мірою оволодіння нею культурними знаками як засобами, що дають змогу пізнавати не тільки зміст об'єктивної реальності, але відображати самі психічні процеси, що створюють суб'єктивну реальність. Аналіз стадій розвитку рефлексії пов'язується із розвитком самосвідомості особистості та зміною її структурних складових елементів. Онтогенез рефлексії обмежується юнацьким віком. Погоджуючись із розумінням механізмів, джерел та вікових закономірностей розвитку рефлексії, ми хотіли звернути увагу на деякі аспекти її онтологічної природи, що не вписуються у контекст культурно-історичного підходу. Перш за все, йдеться про онтогенетичні межі розвитку рефлексії.

Розглянемо розуміння нижньої межі рефлексії. Як вже зазначалось раніше у рамках культурно-історичного підходу, початком розвитку рефлексії є поява мови та самосвідомості. Однак у цю логіку не укладаються випадки, що характеризують існування достатньо парадоксальних форм рефлексії людини, які проявляються на рівні неусвідомлюваного функціонування. На думку класика психології рефлексії В. Лефевра, рефлексія являє собою вроджений інформаційний процесор, функція якого полягає в одночасному відображенні людиною як перцепції та поведінки, так і суб'єктивного світу [8, с. 34]. Робота цього процесора свідомо не контролюється і протікає надзвичайно швидко, у зв'язку з чим цей вид рефлексії, на відміну від традиційної, було названо швидким. Ця рефлексія забезпечує припинення автоматизованої активності у разі зниження результативності діяльності, моделювання себе та інших, а також моделювання своїх внутрішніх переживань та переживань інших людей. В. Лефевр зазначає, що швидка рефлексія притаманна психіці людини як провідний її атрибут [8]. Думка про існування неусвідомлюваних форм рефлексії презентована в експериментальних дослідженнях Д. Віникота, Н. Гордєєвої та В. Зінченко [4]. Ці автори відзначають, що рефлексія є невід'ємною характеристикою будь-якої дії, що має ознаки доцільності. Так, Д. Вінікот показав, що операційна або фонові рефлексія є вже у немовляти двотижневого віку. Н. Гордєєва та В. Зінченко експериментально довели, що основу елементарних рефлексивних актів, змістом яких

є зіставлення ситуації з проміжними результатами дії та можливостями її продовження, становлять дві форми чутливості: чутливість до ситуації та чутливість до потенційного руху, або руху, що здійснюється. Ця фонові рефлексія є умовою «живого» руху. Значну роль у проявах фонові рефлексії відіграють різноманітні форми чутливості, що мають розмитий, нечіткий або неусвідомлюваний зміст та протікають у стані злиття з предметними відчуттями.

Істотно, фонові рефлексія виконує функцію зворотного зв'язку, або самореферентності, як здатності психіки ставитися до самої себе. Ця здатність виявляє не стільки пізнавальну, скільки регулятивну природу рефлексії. Вказаний аспект рефлексії забезпечує прояв активності суб'єкта психіки з урахуванням ним власних меж існування. Ідея рефлексії як механізму побудови власних меж у взаємодії зі світом представлена у дослідженнях А. Шарова: «Процес рефлексування – ця синхронізація прямої та зворотної інтенціональних активностей, в результаті якої відбувається оформлення та організація прямої інтенціональної активності як психологічного механізму регуляції поведінки» [13, с. 153]. А. Шаров називає рефлексію механізмом «обмеження». Цей механізм за допомогою диференціації та інтеграції меж власної активності дає людині змогу здійснювати регуляцію своєї поведінки. З позиції поліпроцесуального підходу А. Карпов характеризує рефлексивні процеси як закономірно організовану та внутрішньо гетерогенну систему багатьох процесів, що означаються в метакогнітивізмі як «вторинні процеси» [7]. Рефлексія є макропроцесом, що побудований за багаторівневим принципом. Кожен рівень рефлексії співвідноситься з різновидами когнітивних процесів. Причому серед усіх процесів, що входять до її складу (від самовідчуття до метамислення) не існує найбільш важливого, або домінуючого.

Зазначені теоретико-експериментальні дослідження, на нашу думку, дають змогу розглядати рефлексію як функціональний орган психіки, що забезпечує її цілісність, інтеграцію і диференціацію психічних процесів незалежно від рівня їх організації та визначає регуляційний контур психічної активності. Це є підставою для визначення самовідчуття першою онтогенетичною формою рефлексії. Роль самовідчуттів у розвитку складних форм самосвідомості свого часу розглядав І. Сеченов. Він зазначав, що системні (органічні) відчуття надають оцінку предметним відчуттям відповідно до стану власного тіла та впливають на роботу аналізаторів. Ці



форми рефлексії на подальших стадіях онтогенезу не зникають, але їх роль у регуляції психічної активності стає опосередкованою більш складними формами рефлексії.

Щодо оцінки верхньої вікової межі розвитку рефлексії представники культурно-історичного підходу зазначають, що нею є визначальна форма рефлексії, яка виявляється у підлітковому та юнацькому віці. Саме вона є основою становлення суб'єктності особистості.

Однак сучасні дослідження у сфері рефлексивних технік, рефлепрактик, ігро-рефлексій доводять, що розвиток рефлексії здійснюється і на подальших етапах онтогенезу за допомогою спеціально організованого навчання [12]. Це питання має актуальне значення у зв'язку з проблемою професіогенезу людини, організацією професійного навчання та підвищенням кваліфікації. Поширена ідея про те, що види рефлексії формуються лише завдяки тим онтогенетичним структурам психіки, у межах яких вони виявляються та здійснюють контроль за їх функціонуванням, спростовуються також практикою психотерапевтичної роботи.

На наш погляд, можливість розвитку рефлексії в дорослому віці можна пояснити, виходячи з основних положень про закономірності структурної організації самої рефлексії [7]. Так, наявні класи, види та типи рефлексії необхідно розглядати не тільки як феноменологічні прояви рефлексивності, але й як процесуальні компоненти єдиного та внутрішнього гетерогенного процесу. Цей макропроцес не можна зводити до адитивної сукупності метакогнітивних та метарегулятивних процесів у пізнавальній, емоційній, вольовій та мотиваційних сферах психічного. Це цілісна процесуальна система, яка визначається генеративними, синергетичними ефектами взаємодії та взаємовпливу її компонентів та елементів. Розвиток рефлексивної системи є основою становлення специфічних регуляційних контурів психічної активності людини на етапі дорослості. До речі, це пояснює високу результативність науковців у визначенні та опису нових феноменологічних проявів рефлексії (саногенної, екзистенційної, професійної, екологічної та ін.). Так, наприклад, професійна рефлексія вчителя має утворювати регуляційний контур психічної активності у професійній діяльності з урахуванням умов співбуття з учнем, а її оптимальний розвиток є результатом синергії окремих рефлексивних процесів, що виявляються у предметній, соціально-психологічній, професійно-особистісній та морально-етичній сферах активності вчителя [10].

Ідея поліпроцесуальної природи рефлексії як базової онтологічної ознаки потребує розгляду її самостійного генезису у структурі онтогенезу психіки.

**Висновки з проведеного дослідження.** Аналіз інтерпретацій чинників та механізмів генезису рефлексивності з позицій культурно-історичного підходу доводить, що якісні зміни у розвитку рефлексії мають зв'язок із провідною діяльністю та структурними особливостями новоутворень, що обслуговуються рефлексивними процесами. Зазначається, що рефлексія як процес та механізм, що дає змогу людині пристосовуватись до умов життя, має соціальне походження та розвивається в системі співбуття із соціальним іншим. Так, на ранніх стадіях розвитку онтогенезу умовою виникнення цілісності психічних актів із різноманітних спонтанних форм чутливості є рефлексивне ставлення дорослого. У подальшому значну роль відіграють знак та значення як знаряддя відображення внутрішньої цілісності свого «Я» у вимірах соціально-прийнятих норм та еталонів. На етапі особистісного зростання виникають форми рефлексії, що дають змогу орієнтуватися не на зовнішні критерії, а на внутрішні, створені людиною смисли у визначенні меж свого «Я». В. Солобчиков називає ці форми рефлексії покладальною, порівняльною, визначальною.

Аналіз теоретичних та експериментальних досліджень, виконаних у логіці культурно-історичного підходу, засвідчив наявність ідей про стадіальний характер розвитку рефлексії, існування гетерохронності у прояві її форм на різних етапах онтогенезу. Так, на кожному віковому етапі існують піки у прояві певних форм рефлексії, наприклад, у молодшому шкільному віці домінуючою є інтелектуальна та логічна, у дошкільному та підлітковому – особистісна. Вивчення особливостей розвитку рефлексивних процесів завершується юнацьким віком.

Разом із тим у рамках культурно-історичного підходу невизначеним залишається питання існування позамовних форм рефлексії, що з'являються на ранніх етапах онтогенезу людини та забезпечують цілісність психічної активності, виявляючись у сенсомоторних рухах, предметних діях. Це можна пояснити, перш за все, орієнтаціями прихильників цього підходу на інструментальний статус рефлексії, якій визначає її як механізм самопізнання та усвідомлення людиною своєї ідентичності.

Однак повнота розуміння цього питання, на наш погляд, залежить і від необхідності врахування онтологічних характеристик рефлексії, які пов'язані зі структурними

закономірностями організації рефлексії як поліпроцесуального явища, тобто макропроцесу, до складу якого входять комплекси метапроцесів, що мають свою міру індивідуального вияву на різних етапах онтогенезу психіки.

Актуальним та досі не визначеним залишається і питання про особливості генезису рефлексивних процесів у процесі професійного розвитку особистості. Зазвичай дослідники намагаються звести оцінку розвитку рефлексивності професіонала лише до окремих парціальних властивостей рефлексії, не враховуючи їх взаємовплив та ступінь синергії. Вирішення цих питань є перспективою подальших наукових розвідок.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітка: [Монографія] / І.С. Булах. – К. : НПУ імені Драгоманова, 2003. – 340 с.
2. Балл Г.О. Становлення особистісної ефективності школярів в онтогенетичному просторі / Г.О. Балл, М.Т. Дригус, Н.І. Мусіяка, І.В. Яворська-Ветрова. – К. : Педагогічна думка, 2015. – 161 с.
3. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М. : Изд-во Смысл; Изд-во Эксмо, 2005. – 1136 с.
4. Гордеева Н.Д. Функциональная структура действия / Н.Д. Гордеева, В.П. Зинченко. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – 208 с.
5. Гуткина Н.И. О психологической сущности рефлексивных ожиданий / Н.И. Гуткина // Психология личности: теория и эксперимент. – М., 1982. – С. 100–108.
6. Давыдов В.В. Младший школьник как субъект учебной деятельности / В.В. Давыдов, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1992. – № 3. – С. 111–131.
7. Карпов А.В. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов / А.В. Карпов // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 6. – С. 18–27.
8. Лефевр В.А. Функции быстрой рефлексии в биполярном выборе / В.А. Лефевр, Дж.А. Веббер // Рефлексивные процессы и управление. – 2001. – Том 1. – № 1. – С. 34–46.
9. Максименко С.Д. Психология учіння людини : генетико-модельючий підхід / С.Д. Максименко. – К. : Видавничий Дім «Слово», 2013. – 592 с.
10. Мирошник О.Г. Концепції педагогічної рефлексії у психологічних дослідженнях / О.Г. Мирошник // Психологія і особистість. – 2016. – № 2 (10). – Частина 1. – С. 189–199.
11. Слободчиков В.И. Генезис рефлексивного сознания в младшем школьном возрасте / В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1990. – № 3. – С. 25–36.
12. Холодная М.А. Психология интеллекта: парадоксы исследования / М.А. Холодная. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб. : Питер, 2002. – 272 с.
13. Шаров А.С. Ограниченный человек: значимость, активность, рефлексия : [Монография] / А.С. Шаров. – Омск : Изд-во ОмГПУ, 2000. – 358 с.



УДК159.93-051

## ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТЬОГО ПСИХОЛОГА НА РОЗВИТОК СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ

Міщенко М.С., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри психології

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

Проблема емоційного вигорання психолога є однією з центральних в аспекті вдосконалення фахової підготовки майбутніх фахівців. Стаття присвячена виявленню взаємозв'язку синдрому емоційного вигорання та індивідуально-психологічних особливостей майбутніх психологів. Синдром емоційного вигорання – це явище, що призводить до негативних змін у структурі суб'єкта діяльності, сприяє зниженню ефективності професійної діяльності. У статті представлені результати емпіричного дослідження синдрому емоційного вигорання.

**Ключові слова:** емоційне вигорання, психолог, індивідуально-психологічні особливості, фактор, механізми.

Проблема емоціонального вигорання психолога являється однією з центральних в аспекте совершенствования профессиональной подготовки будущих специалистов. Статья посвящена выявлению взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания и индивидуально-психологических особенностей будущих психологов. Синдром эмоционального выгорания – это явление, приводящее к негативным изменениям в структуре субъекта деятельности, способствующее снижению эффективности профессиональной деятельности. В статье представлены результаты эмпирического исследования синдрома эмоционального выгорания.

**Ключевые слова:** эмоциональное выгорание, психолог, индивидуально-психологические особенности, фактор, механизмы.

Mishchenko M.S. THE IMPACT OF INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONALITY PSYCHOLOGISTS FUTURE DEVELOPMENT SYNDROME EMOTIONAL BURNOUT

The problem of emotional burnout psychologist is a central aspect in improving the professional training of future specialists. The article is devoted to revealing the relationship of emotional burnout syndrome and individual psychological characteristics of future psychologists. Syndrome of emotional burnout – a phenomenon that leads to negative changes in the structure of stakeholders, reduces the efficiency of the profession. The article presents the results of empirical research Syndrome emotional burnout.

**Key words:** emotional burnout, psychologist, individual psychological characteristics, factor, mechanisms.

**Постановка проблеми.** Особистісні якості суттєво визначають успішність або неуспішність адаптації, і водночас сама адаптація є потужним стимулом для розвитку особистості. Очевидно, що особистісні якості формують в кожному окремому випадку неповторні цілісні комплекси, які, залежно від їх природи, можуть бути віднесені до рис характеру, темпераменту, соціально-психологічних властивостей. Система вищої освіти висуває нові вимоги до підготовки майбутніх психологів, що зумовлює появу суперечностей у сфері професійної самореалізації. Для майбутніх фахівців важливо не тільки здобути знання, вміння та навички, але й навчитися долати проблеми, які виникають через вплив професійної діяльності на особистість.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблемою вигорання дослідники займаються упродовж останніх тридцяти років. Аналіз літератури свідчить, що проблема емоційного вигорання знайшла

своє відображення у роботах зарубіжних і вітчизняних вчених, присвячених змісту та структурі синдрому емоційного вигорання (Л. Карамушка, С. Максименко, В. Орел та ін.), методам його діагностики (В. Бойко, Н. Водоп'янова, С. Джексон, К. Маслач, О. Старчекова, О. Рукавішнікова та ін.), проблемі професійного становлення практичних психологів (О. Кокун, Н. Шевченко, Н. Шеленкова, Л. Помиткіна, Т. Титаренко), специфіки їх професійної діяльності (Н. Пов'якель, В. Панок); емоційної стійкості студентів-психологів (К. Пилипенко).

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у визначенні впливу індивідуально-психологічних особливостей особистості майбутнього психолога на розвиток синдрому емоційного вигорання.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Оволодіння майбутніми психологами професійними навичками зумовлює



поступову зміну структури їхньої особистості: з одного боку, відбувається посилення й інтенсивний розвиток якостей, що сприяють успішній діяльності, а з іншого – зміна, придушення і навіть руйнування балансуєчих структур, що не беруть участі у процесі професійного становлення.

Індивідуальні характеристики людини (установки, потреби, інтереси, особливості інтелекту та ін.) значно впливають на вибір професії і хід професійної адаптації. Можливо, особистісні якості не є головною причиною, що запускає процес вигорання. Але, ймовірно, може бути виділена своєрідна особистісна «схильність» до вигорання. Окремі якості особистості, які відіграють певну роль у формуванні синдрому емоційного вигорання (стратегії опору стресу, локус контролю, самооцінка, агресивність, тривожність, емоційна сенситивність тощо) можуть бути об'єднані в загальних типах особистості.

Експериментальне дослідження проходило на базі Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка, Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського.

Відповідно до результатів кореляційного аналізу емоційного вигорання та індивідуально-психологічних особливостей за методикою «Комбінований особистісний опитувальник» Г. Леевіка, «Психодинамічна сфера» у сукупності компонентів найактивніше реагує на становлення емоційного вигорання. Зростає інтровертованість, тривожність та ригідність. Людина стає стурбованою, важче перебудовується і пристосовується до змінених умов середовища, важко переключається з однієї справи на іншу.

Виявлення відмінностей між групами тих, у кого є емоційне вигорання, та тих, у кого його немає, здійснювалося за допомогою дисперсійного аналізу. З метою кількісного оброблення емпіричних даних використовувалася прикладна програма SPSS-11,5. Результати відмінностей між індивідуально-психологічними особливостями та механізмами психологічного захисту обраховувалися для респондентів, розподілених на тих, у кого емоційне вигорання сформоване, а у кого – не сформоване. Результати дисперсійного аналізу індивідуально-психологічних особливостей осіб зі сформованим емоційним вигоранням показали, що деякі змінні дійсно мають значущі відмінності між групами різного ступеня сформованості емоційного вигорання. Важливим є

те, що перелік змінних практично повністю відповідає значущим кореляційним зв'язкам, що були отримані вище. Результати дисперсійного аналізу підтвердили наше уявлення про особистісні предиктори емоційного вигорання.

З метою виявлення важливих аспектів відмінностей механізмів психологічного захисту у різних груп з емоційним вигоранням було проведено дисперсійний аналіз.

Таким чином, в результаті констатувального експерименту було виявлено такі показники:

*Витіснення* ( $p \leq 0,0001$ ) – механізм захисту, суть якого полягає у «переміщенні» проблеми із переднього плану мислення у сферу підсвідомого. Проблема не вирішується – є висока вирогідність подальшого повернення. Істотно відрізняється в діагностованих групах. Більш притаманний студентам контрольних груп.

*Регресія* ( $p \leq 0,001$ ) – занурення у стани більшої захищеності, за якого людина в ситуації тривоги несвідомо використовує незрілі патерни поведінки. Даний механізм проявляється у зв'язку з неможливістю впоратися зі стресогенними чинниками, тому, на їх думку, регресія є найефективнішим способом вирішення проблеми. Також найбільший показник виражається в контрольних групах.

*Заміщення* ( $p \leq 0,095$ ) як механізм психологічного захисту не відрізняється у студентів контрольних та експериментальної груп. Це також підтверджується результатами кореляційного аналізу. Тому заміщення не є показником емоційного вигорання, оскільки належить до більш адекватних способів захисту психіки.

*Заперечення* ( $p \leq 0,128$ ) істотно не відрізняється в діагностованих групах. Є досить дієвим психологічним захистом, проте, на нашу думку, не дуже ефективним із точки зору вирішення проблемних ситуацій.

Механізми проєкції за результатами кореляційного аналізу значуще, проте слабо корелюють із фазою виснаження. За результатами дисперсійного аналізу істотних відмінностей не виявлено також ( $p \leq 0,999$ ).

*Компенсація* ( $p \leq 0,006$ ) є свідченням нестійкості до чинників емоційного вигорання у професійній діяльності. Оскільки майбутній фахівець замість того, щоб ефективно вирішувати виниклі проблеми, компенсує певними успіхами в іншій сфері діяльності.

*Гіперкомпенсація* істотно відрізняється ( $p \leq 0,0001$ ). Студенти експериментальної групи, незважаючи на неуспіхи у певній сфері, продовжують вирішувати проблеми у різний спосіб.



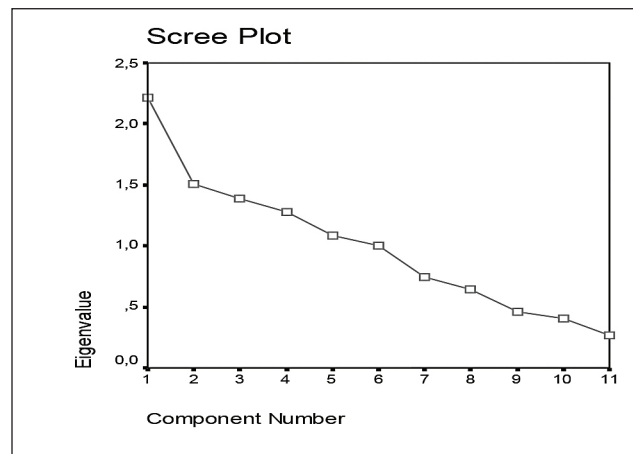
*Раціоналізація* ( $p \leq 0,0001$ ) – істотно відрізняється, більш виражений показник для ЕГ, що свідчить про вдавання до ефективного способу психологічного захисту, який проявляється у здатності раціонально і логічно обґрунтовувати та вирішувати актуальні проблеми.

Отже, провівши дослідження, можемо дійти висновків про те, що найбільш виражені такі психологічні механізми захисту, як витіснення, регресія, компенсація, безумовно, пов'язані з емоційною сферою особистості, яка здійснює вплив на поведінкові реакції, що, у свою чергу, відображається на ефективності виконання професійної діяльності.

Зважаючи на результати кореляційного аналізу, варто застосувати метод факторного аналізу. До переліку змінних включені ті, що продемонстрували наявність достовірних значущих кореляцій з емоційним вигоранням, тому що доцільність виконання факторного аналізу визначається наявністю кореляцій між змінними. Критерій сферичності Бартлетта (Bartlett's Test of Sphericity) перевіряє нульову гіпотезу про відсутність кореляцій між змінними в генеральній сукупності. Критерій адекватності вибірки Кайзера–Мейєра–Олкіна (Kaiser–Meyer–Olkin Measure of Sampling Adequacy) дає змогу перевірити, наскільки кореляцію між парами змінних можна пояснити іншими змінними (факторами). КМО and Bartlett's Test(a) факторний аналіз є прийнятним методом для аналізу кореляційної матриці.

Гіпотезу про те, що кореляційна матриця є одиничною, відхиляємо відповідно до критерію сферичності Бартлетта. Наближене значення статистики дорівнює 57,994 з 21 ступенем свободи, вона є значущою на рівні 0,05. Значення статистики КМО (0,555) велике ( $>0,5$ ). Тому факторний аналіз є прийнятним методом для аналізу кореляційної матриці. Аналіз головних компонентів (Principal Components Analysis) заснований на визначенні мінімального числа факторів, які здійснюють найбільший внесок у дисперсію даних. Вони називаються головними компонентами.

Для наочності наведемо графік «осипу» (рис. 1). Це метод дає змогу визначити число факторів, з яких буде побудовано факторну структуру. П'ять факторів пояснюють близько 70% загальної дисперсії. Застосовано аналіз головних компонентів (Principal Components Analysis), що заснований на визначенні мінімального числа факторів, які здійснюють найбільший внесок у дисперсію даних. Вони називаються головними компонентами.



**Рис. 1. Каменистий осип (для особистісних характеристик)**

З метою вирішення завдань дослідження – виокремлення чинників та їх компонентів – у процесі факторного аналізу нами було застосоване обертання матриці методом Varimax (обертання, що максимізує дисперсію) із нормалізацією за Кайзером.

Перший фактор, «Поведінковий», описує 14,5% дисперсії та складається з двох компонентів: інтроверсія – екстраверсія (0,892) та задоволеність – незадоволеність роботою (0,705). Якщо високі бали за змінною Є, це свідчить про інтроверсію, а якщо ВР – про незадоволеність роботою. Такі люди не виражають своє незадоволення роботою.

Другий фактор, «Психодинамічний», описує 13,677% дисперсії та складається з двох компонентів: пластичність – ригідність (0,839) та впевненість – невпевненість у собі (-0,799). Фактор свідчить про те, що особистість не здатна застосовувати нові форми поведінки у ситуації стресу чи емоційного вигорання, є не пластичною, що може викликати у неї невпевненість в собі та своїх силах.

Третій та четвертий фактори, «Емоційно-вольові», описують відповідно 13,440% та 13,187% дисперсії і сформовані такими компонентами: розслабленість – напруженість (-0,698), замкненість – відкритість у спілкуванні (0,675), а також низька – висока тривожність (0,827), зрідненість – багатство емоційних реакцій людини (0,632). Високий показник тут свідчить про емоційне напруження, відсутність активності у спілкуванні, глибоке переживання психологічного напруження та особистих проблем. Результатом такої поведінки є збідненість емоційних реакцій та підвищення рівня тривожності.

П'ятий фактор, «Комунікативний», являє собою поєднання таких компонен-

тів: стриманість – активність у контактах (-0,748), простота – витонченість поведінки у суспільстві (0,742) та конформність – нонконформність (0,454). У людей із високими показниками спостерігається значна обмеженість у соціальних контактах, стриманість та простота поведінки, залежність, несамостійність та прийняття думки більшості.

За даними розподілу факторних варіацій для механізмів психологічного захисту виділено 4 типи поведінки особистості залежно від поєднання домінуючих у неї механізмів захисту.

Перший тип, «Трудоголізм», описує 19,7% дисперсії та складається із трьох компонентів: раціоналізація (0,778), гіперкомпенсація (0,771), редукція особистих досягнень (-0,766). Цьому типу притаманна схильність до логічного пояснення будь-яких дій та ситуацій, наполегливість спрямована на досягнення успіху у ситуаціях, де людина виявлялась раніше неспроможною, відсутність негативної оцінки себе, своїх досягнень та успіхів.

Другий тип, «Самоїдство», описує 17,9% дисперсії, складається з: проєкції (-0,762), емоційного виснаження (0,679), витіснення (0,567), деперсоналізації (0,537). Цьому типу притаманна схильність до неадекватного сприймання себе, наявності емоційного виснаження та ігнорування наявних проблем або мотивоване усунення їх зі сфери свідомості.

Третій чинник, «Втеча від проблеми», описує 13,5%. Включає два компоненти: регресія (0,842) та компенсація (0,632). Цьому типу притаманне несвідоме використання менш зрілих та менш адекватних

зразків поведінки, які можуть особистість захистити, а також переключення на інші види діяльності, в яких людина відчуває себе більш спроможною.

Четвертий чинник, «Пасивне переживання», описує 11,7%, включає два компоненти: заміщення (-0,867) та заперечення (0,590). Загальне заперечення будь-якої наявності проблеми може завдати шкоди психіці особистості.

Отримані дані емпіричного дослідження лягли в основу розроблення моделі емоційного вигорання у майбутніх психологів.

Реалізація моделі дає змогу створити умови для попередження та корекції синдрому емоційного вигорання. Об'єктом моделі є емоційне вигорання. Емоційне вигорання у майбутніх практичних психологів розуміємо як процес, що проявляється в емоційному виснаженні, у формуванні негативних установок щодо себе, оточення, своєї майбутньої діяльності внаслідок включення в сферу професійної діяльності.

Виділено складові частини емоційного вигорання: напруження, резистенція, виснаження. «Запускаючим» механізмом розвитку емоційного вигорання у студентів є напруження, що далі переходить у резистенцію та виснаження. Під час розроблення моделі були виділені чинники, які впливають на розвиток емоційного вигорання: професійні, індивідуальні та об'єктивні характеристики.

Майбутні психологи удосконалюють свої навички практичної діяльності в ситуаціях безпосередньої професійної діяльності під час проходження практики. Студенти мають можливість безпосередньо зазнати

Таблиця 1

**Результати факторного аналізу впливу на виникнення емоційного вигорання у майбутніх психологів**

		Компоненти				
		1	2	3	4	5
Є	інтроверсія – екстраверсія	,892				
ВР	задоволеність – незадоволеність роботою	,705				
Р	пластичність – ригідність		,839			
О	впевненість – невпевненість у собі		-,799			
Q4	розслабленість – напруженість			-,698		
А	замкненість – відкритість у спілкуванні			,675		
Тр	низька – висока тривожність				,827	
С	збідненість – багатство емоційних реакцій людини				,632	
Н	стриманість – активність в контактах					-,748
Н	простота – витонченість поведінки в суспільстві					,742
Q2	конформність – нонконформність					,454



реалій цієї діяльності не лише позитивних, але і негативних.

У процесі включення в практичну діяльність студенти піддаються впливу професійних стресів, витримують велике навантаження (розумове, моральне, вольове, емоційне). У майбутніх фахівців можуть формуватись негативні особистісні якості, які сприяють розвитку синдрому емоційного вигорання. Ці якості можна скоригувати у процесі практичної професійної підготовки, таким чином запобігти виникненню феномену.

Також представлені чинники запобігання емоційного вигорання, які впливають на фактори розвитку цього процесу, зокрема: навички психогієни (більш ефективно використання таких механізмів психологічного захисту, як раціоналізація та гіперкомпенсація, сприятиме запобігання синдрому емоційного вигорання), комунікативні, емоційно-вольові, психодинамічні, поведінкові особливості, зміна виду діяльності, повноцінний відпочинок, правильне планування свого часу.

Найчастіше, маючи інформацію про одну характеристику об'єкта, ми намагаємося на основі цієї інформації робити висновки про іншу його характеристику, пов'язану з вихідною.

Коефіцієнт, що характеризує зв'язок між значеннями залежної і незалежної змінних, позначається прописною буквою R, набраної курсивом, і являє собою вже знайомий коефіцієнт кореляції. Враховуючи те, що нами буде будуватися рівняння лінійної регресії (з метою виявлення міри впливу індивідуально-психологічних характеристик та емоційного вигорання) для аналізу будуть братися змінні, що значуще корелюють із вираженістю емоційного вигорання.

У результаті аналізу програма обрахує величини R, R<sup>2</sup>, F, та B-коефіцієнти, r-рівні, що відповідають їм (коефіцієнти й константи рівняння регресії), а також стандартизовані β-коефіцієнти, що характеризують ступінь залежності між значеннями досліджуваних змінних.

Враховуючи існування різних методів лінійного регресійного аналізу (Enter-примусового включення до рівняння усіх змінних; Forward – поетапного включення змінних у порядку зменшення «ваги», починаючи з найбільшого; Backward – почергового виключення найменш вагомих змінних із збереженням достовірності прогнозу).

Нами було прийнято рішення застосувати метод Forward. Отже, рівняння регресії має такий вигляд:

Емоційне вигорання = Constant = -1,241\* A (замкненість у спілкуванні) - 1,503\*BP (незадоволеність роботою) + 0,173\* Tr (тривозможність) + 0,865\* Q4 (напруженість) + 0,672\* P (ригідність) + 0,662\* O (невпевненість в собі) - 0,083\* E (інтровертованість).

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, у результаті регресійного аналізу встановлено, що найвагомий вплив на розвиток емоційного вигорання має показник A (замкненість у спілкуванні). Серед інших чинників, які впливають на формування емоційного вигорання, є незадоволеність роботою, тривожність, напруженість, ригідність, невпевненість у собі, інтровертованість.

На підставі отриманих даних за допомогою дисперсійного, факторного, кореляційного та регресійного аналізів нами виявлено прямий взаємозв'язок між чинниками впливу та чинниками запобігання синдрому емоційного вигорання, який зумовлюється тим, що зміни у показниках чинників впливу (підвищення/пониження) власне і визначають дієвість чинників запобігання синдрому емоційного вигорання. Тому можемо констатувати, що чинники запобігання емоційного вигорання є оберненими до чинників впливу: замкненість / відкритість у спілкуванні, незадоволеність / задоволеність роботою, висока тривожність / низька тривожність, напруженість / розслабленість, ригідність / пластичність, невпевненість / впевненість у собі, інтровертованість / екстравертованість.

Перспективами подальших розвідок є розроблення рекомендацій щодо запобігання синдрому емоційного вигорання у майбутніх психологів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Водопьянова Н. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Водопьянова, Е. Старченкова. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
2. Дудяк В. Емоційне вигорання / В. Дудяк. – К. : Главник, 2007. – 126 с.
3. Карамушка Л. Технології роботи організаційних психологів / Л. Карамушка. – К. : Фірма «ІНКОС», 2005. – 366 с.
4. Никифоров Г. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Г. Никифоров, М. Дмитриева, В. Снетков. – СПб. : Речь, 2003. – 448 с.



УДК 87.717+241.631

## АБСУРДНІСТЬ ЛЮДСЬКОГО ЖИТТЯ ЯК ФАКТОР СУЇЦИДАЛЬНОСТІ

Олійник А.В., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри теоретичної та практичної психології  
Національний університет «Львівська політехніка»

Стаття присвячена проблемі екзистенційної тривоги людини – на тлі усвідомлення факту скінченності існування як чинника суїцидального налаштування. Обґрунтована дієвість релігійної віри у протидію екзистенційному абсурду, життєствердність релігійного смислу існування.

**Ключові слова:** екзистенція, екзистенційна тривога, релігія, релігійна віра, суїцид.

Статья посвящена проблеме экзистенциальной тревоги человека – на фоне осознания факта конечности существования как фактора суицидального настроения. Обоснована действенность религиозной веры в противодействии экзистенциальной бессмысленности, жизнеутверждение религиозного смысла существования.

**Ключевые слова:** экзистенция, экзистенциальная тревога, религия, религиозная вера, суицид.

Oliinyk A.V. ABSURDITY OF HUMAN LIFE AS A FACTOR OF SUICIDE

The article is sanctified to the problem of existing anxiety of man – on a background realization of fact extremity of existence, as a factor of the suicidal mood. Effectiveness of religious faith is reasonable in counteraction to absurdity existence, life-asserting of religious sense of existence.

**Key words:** existence, existing anxiety, religion, religious faith, suicide.

**Постановка проблеми.** Глибоке усвідомлення людиною абсурдності життя, його трагізму, зумовленого фактом фатальної приреченості земного існування на тлі різноманітних життєвих негараздів є позитивним ґрунтом для суїцидальності. Людина усім своїм єством прагне гармонії, вічної життєдайної спорідненості зі світом, а, натомість, отримує прірву відчуження, його байдужість до неї. Даровані їй природою свідомість, розвинутий інтелект не лише не вберігають від самовбивчих настроїв, але й стають безпосередніми їх співучасниками: підкреслюючи жалюгідність, марність людських починань, роблять її найстражденнішою серед усіх живих істот.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Теоретико-методологічною базою дослідження стали: філософія екзистенціалізму М. Бубера, Е. Гуссерля, А. Камю, С. К'еркегора, Ж. Сартра, М. Шелера, Л. Шестова, К. Ясперса та ін.; трактування релігійної віри як «вершини свідомості» – віри у високий сенс людського існування у концепції В. Джемса; концепція Е. Фромма; тлумачення могутньої життєдайності гуманістично-релігійних смислів існування в російській релігійній філософії (М. Бердяєв, Ф. Достоєвський, Л. Толстой, С. Франк та ін.); психологія релігії В. Москальця (трактування релігійної віри як надпотужного анти-суїцидального чинника) тощо.

**Постановка завдання.** На основі вищевикладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у поглибленню

му обґрунтуванні проблеми екзистенційної тривоги людини на тлі усвідомлення скінченності її земного існування як чинника суїцидальності, життєдайності релігійного смислу існування в протидії формуванню суїцидальних настроїв і у розширенні науково-методичної бази психопрофілактики суїциду.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Основною проблемою існування людини, за Е. Фроммом, стала «Смерть Бога» – значне поширення атеїзму, індиферентності (байдужості) до релігії, руйнування системи духовних цінностей та смислів людини, які ґрунтувалися на вірі в Бога й були психологічним джерелом її життєвої наснаги протягом багатьох століть. Людина залишилася наодинці з навколишньою дійсністю, своїми екзистенційними проблемами, стражданнями без надії на підтримку Бога. Передусім це виявилось у німецькій філософській думці. Л.-А. Фейербах намагався «вбити» Бога, стверджуючи, що Бог – лише фантазійне, ідеально-довершене втілення незадоволеного жадання людського серця високих почуттів і благородних взаємин, заснованих на любові. К. Маркс «нищив» Бога як персоніфіковану ілюзорну гіперкомпенсацію безсилля людини перед руйнівними природними і суспільними силами. Мовляв, «релігія – опій для народу», тобто засіб для задурювання і відволікання експлуатованих класів від боротьби з експлуататорами, гнобителями. Ф. Ніцше «оголосив війну» християнству за те, що



воно «калічить» психіку людей, підриваючи «мораллю слабких» (євангельською) їх «здорову» волю до влади, панування. З. Фройд прирік віру в Бога на смерть у майбутньому як «колективний невроз» і «шкідливу ілюзію», що не дає творчому потенціалу людського розуму реалізуватися належним чином [7, с. 41–42]. Було в ті часи багато інших, менше відомих мислителів, які намагалися «вбити» Бога. Нищилась усталена система духовних цінностей і смислів, у лоні яких жила споконвіку людина, черпаючи надію, віру, любов, життєву наснагу. У результаті «вмерла людина», що, на думку Е. Фромма, було основною проблемою ХХ ст.

Зрозуміло, що йдеться про духовну смерть – з одного боку, про розгул аморальності, цинізму, сатанинської злоби і злочинності («Бога немає, отже, все дозволено»), з іншого – про стан екзистенційної розгубленості, дезорієнтованості, тривоги, розпачу, фрустраційної стурбованості, зумовлених осмисленням і усвідомленням становища людини у світі без Бога. Одним із проявів «Смерті Людини» є інтелектуальне самогубство. Е.Фромм підкреслював, що людський розум знецінив життя й призвів до того, що відчай та туга стали його звичними явищами, агресія й вороженча заволоділи душами мільйонів людей, інстинкт смерті взяв гору над інстинктом життя, любов і гармонія зі світом змінилася ненавистю й нескінченним хаосом, матеріальне заволоділо духовним. Потяг, любов до життя, самозбереження є вродженим прагненням усіх живих істот, і тільки людина стоїть перед вічним вибором життя чи смерті.

На думку багатьох науковців, самогубство – це суто антропологічне явище. Схожі на самогубство за своїми зовнішніми проявами феномени можна спостерігати і у тваринному світі, хоча й трапляються вони значно рідше, ніж у людей. Тварини намагаються позбавити себе життя у тяжких емоційних станах, спричинених, частіше за все, втратою партнера, свободи і навіть господаря. Іноді при цьому вони відмовляються від їжі, завдають собі якоїсь шкоди. Але вважається, що випадки самогубств серед тварин є або поетичною вигадкою, або неправильними висновками з поверхових спостережень за їхнім життям. Ані лебідь, який через втрату партнера стрімко падає вниз із висоти польоту, розбиваючись об каміння, ані ті з тварин, які відмовляються від їжі у неволі і через це гинуть, як наголошують науковці, не діють свідомо. Смерть однаково властива як людині, так і тварині. Відмінність лише у тому,

що людина приймає смерть, а іноді й бажає її свідомо.

Свідомість, самосвідомість – те, що докорінно відрізняє людину від тварини, іноді стає її найзапеклішим ворогом: людина раптом виразно усвідомлює кінцевість, тимчасовість власного існування у світі, а отже, абсурдність людського життя. Французький філософ А. Камю писав: «Якби я був деревом чи твариною, життя здобуло б для мене смисл. Точніше, проблема смислу зникла б зовсім, адже я б став частиною цього світу. Я був би цим світом, якому сьогодні протистою усією моєю свідомістю, моєю вимогою вільності» [4, с. 51].

Психологія «інтелектуального самогубства» блискуче описана Ф. Достоевським у мініатюрі «Вирок» («Щоденник письменника»). Логіка «розумного самогубця», який сам виносить собі вирок, розгортається на основі фатальних фактів існування людини: несвободі народження та смерті (людина незалежно від своєї волі, бажання приходить у світ і так само мусить піти з нього), приреченості людського життя на смерть. «Розумний самогубець» констатує, що його свідомість виявляє ці незаперечні факти і демонструє йому «нуль», до якого він неминуче прийде завтра. Його мрії, поривання душі і духу, зусилля, муки нічого не варті, бо природа знищить його, як нищить усе живе. І «розумний самогубець» доходить висновку, що в його безсумнівній якості позивача та відповідача, судді та підсудного він не бачить іншого виходу, крім як засудити цю природу, котра так безцеремонно і нагло «виробила» його для страждань, разом з ним самим на знищення. А оскільки природу він знищити не може, знищує себе, остаточною причиною чого є нудьга від необхідності безневинно терпіти тиранію своєї природи [6, с. 102].

Герої творів Ф. Достоевського, які на основі такої логіки вирішили вкоротити собі віку, претендують на цілковиту свободу власного вибору, проголошуючи атрибутом свого божества власне свавілля: мовляв, Бога немає, я сам собі бог і розпоряджусь життям незалежно ні від кого [3, с. 146–148].

Проте ми поділяємо думку В. Москальця, що такий вибір аж ніяк не є абсолютно вільним. Адже самогубство – лише втеча (притім, невідомо куди!), одна із двох можливих реалій для вибору людини – втечі від муки земного життя шляхом самовкорочення його чи прийняття цього життя. Третього не дано: людина не може обрати те, відсутність чого робить її життя приреченим на неминучу смерть, на остаточної «нуль», а отже, екзистенційно нудотним, – нескін-

ченно, сповненого високим смыслом, гармонійного буття у Всесвіті. Тому претензії людини на абсолютну свободу, на роль Бога у суїцидальному акті жалюгідні, тільки прикрасі результатів для оточення [7].

Дослідивши усвідомлення трагічно-безвихідного становища людини на землі як чинник суїцидального налаштування, В. Джемс констатував, що за ознакою ставлення до зла, що існує в світі, людей можна поділити на «один раз народжених» – оптимістів і «двічі народжених» – песимістів. У песимістів психіка розбалансована, що, зокрема, виявляється як тотальне (всєохоплююче) розчарування і песимізм, породжені радикальною суперечністю між їх Я-реальним та Я-ідеальним. Я-ідеальне прагне до гармонії зі світом, що утворюється високим смыслом життя, органічним включенням людини як невід'ємної, необхідної частини у прекрасну перспективу його нескінченного вдосконалення, що сповнює радістю буття, життєвою наснагою і натхненням тощо. А Я-реальне не знаходить таких сенсів у реальному житті, в якому все живе приречене на неминучу смерть. Усвідомлення цього факту породжує стан, який В. Джемс назвав «хворобою розвинутого інтелекту». Основними симптомами цієї «хвороби» є розчарування у життєвих принадах, агедонія (ніщо по-справжньому не тішить), нудьга, відрив до світу і до себе, що може призвести до суїциду. Єдині, дійсно дієві, на думку В. Джемса, «ліки» від «хвороби розвинутого інтелекту» – досягнення «вершини свідомості», на якій – віра у Вищий розум, Бога, котрий надав високого сенсу людському існуванню, переймається долею людства і кожної людини, дає кожному надію і шанс на щасливе, сповнене добром і красою безсмертне життя [1, с. 73–157].

Уражені «хворобою розвинутого інтелекту» видатні філософи М. Бубер, Е. Гуссерль, С. К'єркегор, М. Шелер, Л. Шестов, К. Ясперс та інші створили екзистенціалізм – філософію існування. Представники екзистенціалізму намагались із філософських засад інтерпретувати трагічний характер буття людини, зосередженої на своїх глибоких фрустраційних переживаннях безнадії, безвиході. В їх творах багато відмінностей, але «крик» відчаю, котрим завершувалось осягнення становища людини в світі кожним із них, звучить однаково. Стан екзистенційної розгубленості, тривога та відчай стають нестерпними через усвідомлення людиною непевності свого становища у світі без Бога.

З часу усвідомлення людиною неминучого завершення свого земного існуван-

ня, у глибині душі вона вже не належить вічності, постійними її супутниками стають тривога та страх. Вустами одного зі своїх героїв Ф. Достоєвський констатує: «Страх є прокляттям людини» [2, с. 568]. Людині нічого не відомо про власну долю, окрім достовірного факту завершення свого земного існування. Але «усі живуть так, ніби нічого не знають», як писав А. Камю, через відсутність досвіду смерті [4, с. 31].

Саме ситуація невизначеності породжує страх, який можна назвати екзистенційним і під впливом якого у психіці людини починають домінувати почуття немичності, відчаю, безнадійності. На тлі чисельних життєвих негараздів болісні екзистенційні переживання, негамовна туга за абсолютним буттям можуть поставити під сумнів сенс будь-яких людських починань.

Песимістичні мотиви стосовно людського існування виразно постають у філософії Ж.-П. Сартра, який запевняє, що історія будь-якого людського життя, яким би воно не було, є історією поразки. Як і М. Хайдеггер, Сартр наголошував, що людина поза власною волею «закинута» у жорстокий, абсурдний та ворожий для неї світ, змушена покійно приймати увесь жах та незворотність життя. Людина, на його думку, за будь-яких обставин володіє свободою вибору. Але ця свобода, за Сартром, має ірраціональний характер і неминуче перетворюється на протилежну їй жорстку необхідність, що є причиною страждань. Філософ наголошував, що абсолютна свобода передбачає і абсолютну відповідальність: людина сама обирає життєву боротьбу, мотивовану ілюзіями, чи самогубство. Філософія Ж.-П. Сартра також пронизана абсурдом, і цей абсурд – в «абсолютній» життєвій свободі людини: свобода, яка несе страждання, сама по собі є абсурдною [8; 10].

П. Тіллїх наголошував, що через неможливість протистояти небуттю у людини виникає нестерпне почуття відчаю, радикального скепсису, які призводять до самогубства. Філософ виділяє три форми екзистенційної тривоги людини: тривогу долі та смерті, тривогу порожнечі та смисловтрати і тривогу провини й осуду. На думку Тіллїха, якби людська тривога стосувалась лише долі та смерті, добровільна смерть позбавила б людину ситуації відчаю. Але самогубство може позбавити лише тривоги неминучої смерті та долі, та не може здолати почування провини та осуду. Тривога провини та осуду, за його переконанням, є безмежним тягарем людини, який неможливо усунути самозапереченням. Цим самим П. Тіллїх прагне довести, попри усю





нестерпність буття людини у світі внаслідок фатальної приреченості, безглуздість і самого самогубства [5; 9].

Висвітлюючи зміст «крику» відчаю, А. Камю вказував, що він – від болісної суперечності між прагненням людини до нескінченної, вічної гармонійної спорідненості зі світом, всеосяжної, космічної значущості й усвідомленням власної мізерності, кінцевості, неминучості смерті, фундаментальної байдужості світу до неї особисто і до кожної особи. Людина перебуває у стані багатоаспектних екзистенційних конфліктів: між прагненням до гармонії, досконалості, величі та реальним досвідом недосконалості світу і власної нікчемності між прагненням бути з турботою і любов'ю, родинно прийнятим, гармонійно інтегрованим, ідентифікованим соціумом та почуванням й усвідомленням нерозуміння, неприйняття, відчуженості, радикальної самотності, між бажанням жити, радіти буттю і важким тягарем безглуздості, жорстокості, несправедливості, виснажливості життя людини на землі, безнадійної відокремленості людей одне від одного егоїзмом. Людина живе мріями про майбутні блага, надіями на щастя, тішиться плину часу, що наближає бажане для неї майбутнє, аж поки не приходиться до шокуючого розуміння, що час – її найлютіший ворог, який невблаганно призводить до старості, хвороб, смерті. Жахає її математична невблаганність. На всі піднесені міркування про душу вона відповідає мертвим тілом, у якому немає душі. А. Камю назвав усе це «щільністю світу».

Постає екзистенційне питання: який сенс у цій щільності можуть мати зусилля, самообмеження, боротьба, муки, страждання людини?! Перша правдива відповідь: вони абсурдні, безглузді. Усвідомлення абсурдності життя людини, екзистенційну нудьгу, тривогу, тугу, відчай, породжені цим усвідомленням, А. Камю назвав «хворобою духу ХХ століття». Логічним стрижнем цієї хвороби постає питання: чи страждання, які є абсурдними, бо неминуче завершуються смертю, не гірші, ніж сама смерть, яка позбавляє від них?! А відтак, єдину дійсно серйозну філософську проблему А. Камю вбачав у самогубстві. Мовляв, добровільно піти назавжди, щоб позбутися духовної задухи, яка нестерпно отруює життя, чи залишитись і, якщо так, то чому – ось найважливіша для людини проблема філософії життя [7, с. 38–40].

А. Камю з високим ностальгічним пафосом підкреслює, що людина позбулася б екзистенційної нудьги, тривоги і відчаю, якби переконалася, що її життя має якийсь високий сенс, що якби людський розум

відкрив у примарно-мінливих контурах феноменів вічні, непохитні, доцільні відношення, а в їх основі – довершений, абсолютний принцип, він став би щасливим. Туга за таким Абсолютом – квінтесенція драматизму людського життя. Але людина ніяк не може відкрити цей Абсолют достовірно, знати про нього напевне. Вона, принаймні поки що, спроможна лише фантазувати з цього приводу.

Прірву між достовірністю абсурдності свого існування та абсолютно довершеним сенсом, якого вона намагається йому надати, людина не може здолати. У неї є чисельні істини, але немає Істини, яка б рятувала її від екзистенційного відчаю. Критичний, об'єктивний філософський розум, здатний сміливо дивитися в очі правді і не тішити себе ілюзіями та фантазіями, на думку А. Камю, має підстави тільки для констатації ірраціональності світу і абсурду як єдиного зв'язку між світом і людиною. Він критикує тих філософів-екзистенціалістів, які, поринувши в глибини відчаю абсурдності людського існування, знайшли порятунком у Бога за допомогою позбавленого наукової аргументації чистої віри □ бездоказового й безумовного прийняття релігійних догматів як абсолютно істинних. Так, С. К'еркегор вбачав у ірраціональності, суперечливості, безглузді з позиції логіки людського мислення визначальний критерій релігії. А, отже, закликав людей цілковито пожертвувати своє мислення, інтелект Богіві, як неспроможних знайти Істину, сповнену високого смислу і радості буття. Завдяки такій жертві, «інтелектуальному падінню», як цей акт назвав А. Камю, віруючий здобуває екзистенційний триумф. Він цитує Л. Шестова: «Єдиний вихід там, де для людського розуму немає виходу. Інакше навіщо нам Бог? До Бога звертаються за неможливим. Для можливого і людей достатньо» [6, с. 105].

Звернення філософів-екзистенціалістів до Бога, релігійної віри за порятунком від екзистенційного відчаю А. Камю назвав «Втечею від Абсурду», глибину і витонченість їхнього осмислення ситуації людини у світі, що приходиться до віри в Бога – «патетичним фокусництвом» і «приниженим мисленням». Мовляв, уся могутність Абсурду і саме його існування полягає в його здатності породжувати екзистенційний відчай, троцяти екзистенційні надії, в його існуванні за умови протистояння йому людини. А віднесення абсурдності її існування до компетентності Бога ліквідує його – Абсурд розчиняється у вищій істинності нескінченності буття в Його лоні, до якого людина прилучається вірою. Що ж, це справді так.



Але, на думку А. Камю, мужній людський розум, який він називав абсурдним (це розум, що збагнув Абсурд, перейнявся ним і протистоїть йому), здатний витримати жах екзистенційного відчаю, не втікаючи від нього у самооману, ілюзії релігійної віри. Філософи, які «втікають від абсурду», вважають людський розум марнотою, тому що визнають вищість над ним божественної мудрості. Люди абсурду також вважають людський розум марнотою, але вважають, що немає переконливих свідчень наявності чогось вищого за нього. Визнання ж незбагненого для нього Трансцендентного (Надприродного), покликаною прояснити ірраціональність, абсурдність життя людини на Землі, нічого не прояснює, бо не можна прояснити ірраціональне ірраціональним – пояснити непоясненне непояснюваним. Абсурдний розум не вдається до таких прийомів, а протиставляє себе ірраціональній абсурдності світу. Він не бажає платити будь-яку ціну за надію і тому приймає світ, в якому немає надії, і себе у ньому.

Абсурдний розум, який прагне ясності, не знаходить жодних підстав і для цілковитого заперечення існування Бога, надприродного світу. А. Камю, як і М. Хайдеггер, підкреслює, що його філософія не лише не намагається розв'язати проблему існування Бога, а навіть не торкається її. Він припускає, що, можливо, Бог відкриється людині, коли її совість утвердить у її бутті благо та святість, покладе їх в основу повсякденних людських взаємин. А. Камю лише стверджував, що в людському житті відсутні зрозумілі, збагненні для людського розуму свідчення присутності божественних сил [6, с. 106–107].

Людина абсурду, за А. Камю, має жити з максимально можливою для неї активністю, а не чинити самогубство. Вона не знає, чи має світ якийсь вищий, надприродний смисл, отже, відмовляється від релігійного тлумачення породжених усвідомленим абсурдом темноти і незнання, як світла єдино істинного знання, розуміє, що це екзальтована лірика, і мужньо приймає безнадію. Пекло людського життя є її єдиним царством. Вона бунтує проти абсурдності свого існування – її світовідчуття, світосприймання, життєві проблеми загострюються, її переповнюють усі сильні пристрасті людського серця, приходять гостре почування краси. Вона живе тим, заради чого, за Ф. Ніцше, варто жити: мужністю, мистецтвом, музикою, розумом, духом – усім перетворюючим, витонченим, божевільним, божественним. А. Камю додає до цього голос плоті твор-

чу діяльність, благородство, шляхетність. Таке життя – бунтівний виклик людини абсурду абсурдному світу [4, с. 23–74].

Водночас не можна не погодитись із думкою В. Москальця, що такий витончено благородний, піднесено мужній, філософськи філігранний бунт вимагає специфічних мазохістських якостей. Суб'єкт сповнюється наснагою до життя, боротьби, бунту, натхненням до творчості від фрустраційного страждання, від муки екзистенційної безнадії й відчаю, від усвідомлення приреченості на неминучу смерть, тобто від розуміння й почування безглуздості цієї наснаги. Щоб такий психічний стан став джерелом життєвої наснаги, він мусить бути своєрідною «пекельною» насолодою. А це і є специфічний мазохістський прояв. Напевно, що осіб, здатних до такого «екзистенційного мазохізму», порівняно небагато. І якщо віра в Бога рятує «немазохістську» більшість від страждань екзистенційного абсурду, які є сприятливими щодо суїцидальності, це вагома підстава для констатації її високої психопрофілактичної та психотерапевтичної ефективності, зокрема і щодо суїцидальних тенденцій екзистенційного характеру [6, с. 108].

**Висновки з проведеного дослідження.** Таким чином, трагічний характер буття людини, зосередженої на фрустрації своїх життєвих перспектив через скінченність існування, знаходить вираження в переживаннях безнадії, безвиході. Виразне усвідомлення людиною абсурдності життя, його трагізму, зумовленого її болісними екзистенційними переживаннями внаслідок фатальної приреченості земного існування, марності усіх життєвих досягнень на тлі «боговтрати», є поживним ґрунтом для суїцидальності. Значне поширення індиферентності до релігії, атеїзму («Смерть Бога»), руйнування системи духовних цінностей та ідеалів, які є основним джерелом життєвої енергії людини, сприяє зростанню суїцидальних настроїв у суспільстві.

Якщо не враховувати філософську позицію, яку В. Москалець назвав специфічним мазохізмом і яка, вочевидь, не є поширеною, єдиним ефективним чинником протидії екзистенційному абсурду є релігійна віра.

Отримані результати не претендують на вичерпне висвітлення проблеми, а відкривають нові перспективи наукових досліджень антисуїцидального впливу релігійної віри: залишається актуальним дослідження глибинно-психологічних антисуїцидальних механізмів впливу віри в Бога.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Джемс В. Многообразие религиозного опыта / В. Джемс. – СПб. : Андреев и сыновья, 1993. – 418 с.
2. Достоевский Ф. Бесы: [роман] / Федор Достоевский; [подгот. текста, примеч. Н. Будановой]. – М. : Худож. лит., 1990. – 672 с.
3. Достоевский Ф. Полное собр. соч.: в 30-ти томах / Ф. Достоевский. – М. : Худож.лит., 1981. – Т. 23. – 424 с.
4. Камю А. Бунтующий человек / А. Камю ; пер. с фр. – М. : Политиздат, 1990. – 415 с.
5. Леонтьев Д. Экзистенциальная тревога и как с ней не бороться / Д. Леонтьев // Московский психотерапевтический журнал. – 2003. – № 2. – С. 14–22.
6. Психологія релігії: посіб. / за ред. В. Москальця. – К. : Академвидав, 2004. – 240 с.
7. Психологія суїциду: посіб. / за ред. В. Москальця. – К. : Академвидав, 2004. – 288 с.
8. Сартр Ж.-П. Бытие и ничто / Ж.-П. Сартр. – М. : Республика, 2000.
9. Тиллих П. Динамика веры // Избранное. Теология культуры / П. Тиллих. – М.: Юрист, 1995. – С. 132–215.
10. Хайдеггер М. Время и бытие / М. Хайдеггер; пер с нем. — М.: Республика, 1993. – С. 343–392.

УДК 159.938.3:378

## КОМУНІКАТИВНІ ТА ОРГАНІЗАТОРСЬКІ СХИЛЬНОСТІ ЯК ВАЖЛИВІ СКЛАДОВІ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТРЕНЕРА

Павлик О.М., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри педагогіки та психології  
Харківська державна академія фізичної культури

Василенко І.С., старший викладач  
кафедри педагогіки та психології  
Харківська державна академія фізичної культури

У статті проаналізовано значення комунікативних та організаторських схильностей майбутніх тренерів із різних видів спорту для розвитку їх професійних здібностей.

**Ключові слова:** комунікативна компетентність, організаторські схильності, підготовка майбутніх тренерів

В статье анализируется важность коммуникативных и организаторских склонностей будущих тренеров по различным видам спорта для развития их профессиональных навыков.

**Ключевые слова:** коммуникативная компетентность, организаторские склонности, подготовка будущих тренеров.

Pavlik H.M., Vasylenko I.S. COMMUNICATION AND ORGANIZATIONAL APTITUDES AS IMPORTANT COMPONENTS OF PROFESSIONAL ABILITIES OF COACHES

The article analyzes the importance of communication and organizational skills of future coaches in various sports to develop their skills.

**Key words:** communicative competence, organizational predisposition, training future trainers.

**Постановка проблеми.** Сучасний етап розвитку суспільства ставить перед вищою освітою завдання формування висококваліфікованих фахівців.

Сучасні вимоги до професійної підготовки майбутнього тренера – це, перш за все, формування особистості, здатної до самоосвіти, творчого підходу до оволодіння професійними навичками, критичного мислення, розвитку моральних, етичних якостей, здатність отримувати та коректно користуватися інформацією, що потребує певних професійних знань, умінь, навичок у професійній галузі фізичної культури і спорту. Згідно з новою освітньою парадигмою, майбутній фахівець має оволодіти фундаментальними знаннями, вміннями та навичками, постійно працювати над особистісним і професійним зростанням, уміти досягати поставлених цілей [1].

Майбутні тренери мають бути готові до різнобічних ділових контактів, що ґрунтуються на принципах професіоналізму, взаємоповаги, об'єктивності й підтримки. Важливим завданням у процесі підготовки майбутнього тренера до професійної діяльності є пошук ефективних засобів формування професійних комунікативних знань, умінь та навичок, що забезпечують успішне виконання тренером професійних завдань.

Згідно з визначенням Міжнародного департаменту стандартів для навчання та освіти (IBSTPI), компетентність – це спроможність особистості кваліфіковано проводити діяльність, виконувати завдання або роботу. При цьому поняття «компетентність» охоплює набір знань, навичок і стосунків, що дають змогу особистості ефективно діяти або виконувати певні функції, спрямовані на досягнення стандартів у професійній галузі або сфері діяльності [2].

Останнім часом із боку українських та закордонних вчених теорії комунікації приділяється достатнього багато уваги. Одними з перших у дослідженні педагогічного спілкування почали вивчатися процеси сприймання та розуміння у системі «педагог–учень» О. Бодальовим [3], А. Бойко [4], Л. Кайдаловою [5, с. 41–47]. Проблему педагогічного такту досліджували В. Кан-Калик [6, с. 9–16], І. Синиця [7] та ін.; закономірності формування в учителя комунікативних навичок та умінь, розвиток комунікативної компетентності у процесі професійної підготовки педагога вивчали Н. Волкова [8; 9], К. Касярум [10] тощо.

У педагогічному словнику С. Гончаренка поняття комунікабельність сформульоване як «риса особистості, здатність її до спілкування з іншими людьми, товариськість.



Формується в процесі життя й діяльності людини в соціальній групі» [11].

Професійно-педагогічна комунікація як специфічний процес взаємообміну інформацією у системах «людина-людина» і є засобом здійснення професійної діяльності тренера, майстерність якого має ґрунтуватись, з одного боку, на спеціальних професійних знаннях та різнобічних фахових вміннях у сфері фізичної культури та спорту, а з іншого – на вмінні здійснювати взаємообмін інформацією з учнями, вихованцями, батьками, колегами, адміністрацією, працівниками освіти тощо, досягаючи взаєморозуміння. Успішність її реалізації забезпечує компетентність у здійсненні комунікації – інтегральне особистісне утворення, що поєднує усвідомлене розуміння педагогом цінності комунікативної діяльності, теоретичну і практичну готовність до її кваліфікованого виконання [11].

Отже, основним джерелом набуття комунікативної компетентності майбутнім тренером є знання, досвід й уміння спілкуватись як у діловій сфері, так і в повсякденній ситуації.

Комплексом комунікативних знань, вмінь і навиків, які становлять комунікативну компетентність фахівця, є:

- знання норм і правил спілкування (зокрема ділового);
- високий рівень мовленнєвого розвитку, який дає людині змогу у процесі спілкування вільно передавати і сприймати інформацію;
- розуміння невербальних засобів комунікації;
- вміння налагоджувати контакт із людьми, враховуючи їхні гендерні, вікові, соціально-культурні, статусні характеристики;
- вміння поводитись адекватно до ситуації і використовувати її специфіку для досягнення власних комунікативних цілей;
- вміння впливати на співрозмовника так, щоб схилити його на свій бік, переконати у силі своїх аргументів;
- здатність правильно оцінити співрозмовника як особистість, потенційного конкурента чи партнера і вибрати власну комунікативну стратегію залежно від цієї оцінки;
- здатність викликати у співрозмовника позитивне сприйняття власної особистості [12].

Організаторські здібності тренера проявляються у двох видах: по-перше, у здатності організувати колектив вихованців, згуртувати його, надихнути на вирішення важливих завдань, надавши йому розумну ступінь ініціативи і самостійності, по-друге, у здатності правильно організувати власну роботу. Організація своєї роботи передбачає акуратність і чіткість, уміння правильно

планувати її і здійснювати самоконтроль. У досвідчених тренерів виробляється своєрідне почуття часу – уміння правильно розподіляти роботу в часі, укладатися у призначені терміни.

Від правильної організації свого часу залежить якість проведення занять і настроїв, з яким тренер спілкується з вихованцями. Якщо часова організація вдала, то навчально-тренувальний процес буде ефективний і залишиться час на міжособистісне спілкування. У протилежному випадку тренер може бути втомленим, роздратованим, і це негативно позначиться на якості підготовки спортсменів.

Як відомо, здібності не є вродженим утворенням, вони формуються в житті і діяльності людини. Педагогічні здібності тренера не представляють винятку. Вони формуються і розвиваються не тільки у процесі навчання у вищих навчальних закладах, але і в процесі набуття досвіду практичної роботи з вихованцями. Крім того, тренер має постійно працювати над підвищенням своєї кваліфікації, займатись самовихованням та розвитком тих якостей особистості, які сприяють успіху у його подальшій роботі.

**Постановка завдання.** На основі вищевикладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у дослідженні комунікативних та організаторських схильностей майбутніх тренерів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дослідження проводилось на базі Харківської державної академії фізичної культури та охоплювало 40 студентів майбутніх тренерів, які навчаються на I–III курсах за спеціальністю «Фізична культура і спорт».

Дослідження проводилося у три етапи: на першому етапі за допомогою психологічних методик «Комунікативні та організаторські схильності» В. Синявського та Б. Федоришина «КОС», «Діагностика «перешкод» у встановленні емоційних контактів В. Бойка та «Діагностика комунікативних установок» В. Бойка було виявлено рівень сформованості комунікативних якостей та організаторських схильностей майбутніх тренерів. Також на цьому етапі дослідження нами у вільному порядку було розподілено студентів на експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ) групи по 20 осіб у кожній.

На другому формувальному етапі зі студентами експериментальної групи був проведений тренінг із метою формування у них комунікативних знань, умінь та навичок.

На третьому контрольному етапі перевірялась ефективність застосування психологічного тренінгу щодо формування комунікативних та організаторських умінь і навичок у майбутніх тренерів.



Із метою визначення рівня розвитку комунікативних та організаторських схильностей майбутніх тренерів на констатувальному етапі нашого дослідження було здійснено діагностичні зрізи в експериментальній (ЕГ) та контрольній (КГ) групах. Моніторинг комунікативних та організаторських схильностей у майбутніх тренерів було здійснено за допомогою методики «Комунікативні та організаторські схильності» В. Синявського та Б. Федоришина «КОС».

Отримані дані свідчать (рис. 1), що у майбутніх тренерів в експериментальній групі (ЕГ-1) середній показник комунікативних схильностей становить  $11,37 \pm 2,54$  балів і це відповідає середньому рівню прояву. Вони прагнуть контактів із людьми,

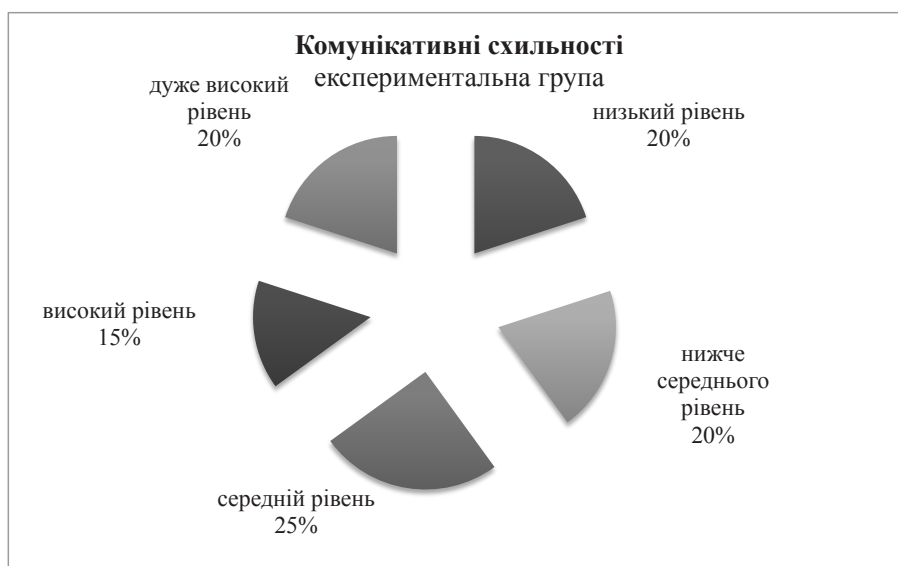
не обмежують коло своїх знайомств, наполягають на власній думці, планують свою роботу, хоча потенціал їхніх нахилів не відрізняється високою стійкістю.

Показник організаторських схильностей становить  $12,11 \pm 3,2$  балів і це відповідає другому рівню розвитку, тобто нижче середнього. Вони погано орієнтуються в незвичайній ситуації, не відстоюють свою думку, важко переживають образи. У багатьох справах вони уникають прояву самостійних рішень та ініціативи.

Середній показник комунікативних та організаторських схильностей у контрольній групі (КГ-1) становить  $13,58 \pm 2,13$  та  $14,32 \pm 2,83$  балів, відповідно. Отримані дані свідчать, що розвиток цих схильностей



**Рис. 1. Показники комунікативних та організаторських схильностей майбутніх тренерів в експериментальній та контрольній групах (Хср.)**



**Рис. 2. Кількість тренерів із різним рівнем комунікативних схильностей у експериментальній групі (%)**



у даній групі знаходиться на високому рівні. Вони не розгублюються в новій обстановці, швидко знаходять друзів, постійно прагнуть розширити коло своїх знайомих, займаються суспільною діяльністю, допомагають близьким, друзям, проявляють ініціативу у спілкуванні, із задоволенням беруть участь в організації громадських заходів, здатні приймати самостійні рішення в критичних ситуаціях. Усе це вони роблять без примусу, згідно із внутрішніми спрямуваннями.

Порівнюючи отримані дані стосовно комунікативних та організаторських схильностей майбутніх тренерів із різних видів спорту у експериментальній (ЕГ) та контрольній (КГ) групах, бачимо, що представники контрольної групи мають більш високий рівень розвитку як комунікативних та організаторських схильностей, тоді як представники експериментальної групи потребують планомірної роботи з формування і розвитку своїх комунікативних та організаторських схильностей.

Аналізуючи кількість майбутніх тренерів із різним рівнем комунікативних схильностей у експериментальній групі, бачимо (рис. 2),

що найбільша кількість досліджуваних в експериментальній групі (25%) має середній рівень розвитку комунікативних схильностей; дуже високий, низький і нижче середнього рівень мають по 20% досліджуваних та 15% спортсменів мають високий рівень розвитку комунікативних схильностей в експериментальній групі майбутніх тренерів.

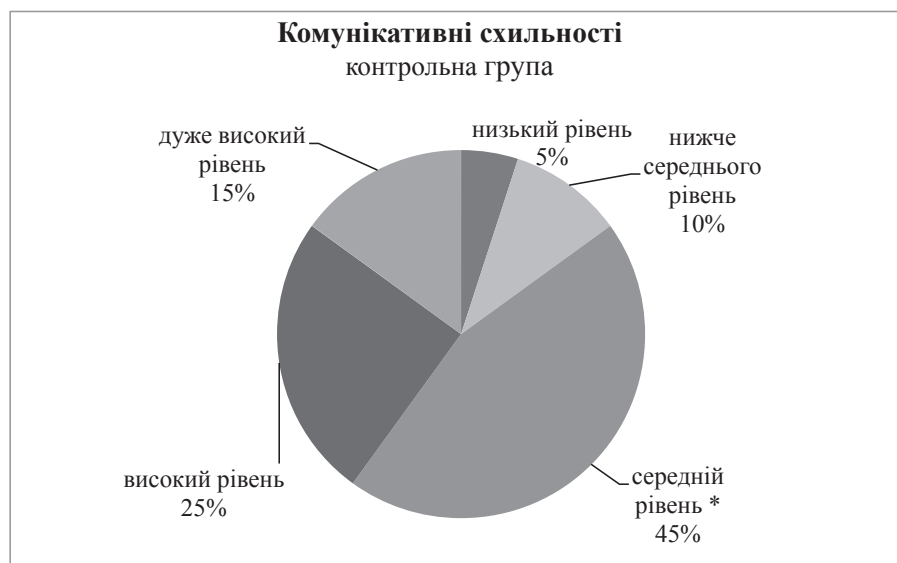
Аналізуючи кількість майбутніх тренерів

із різним рівнем комунікативних схильностей у контрольній групі, бачимо (рис. 3), що вірогідна більшість представників цієї групи (45%) має середній рівень розвитку комунікативних схильностей, 25% досліджуваних мають високий рівень розвитку, 15% мають дуже високий рівень розвитку, 10% мають рівень розвитку, нижчий за середній, та 5% досліджуваних мають низький рівень розвитку комунікативних схильностей.

Аналізуючи кількість досліджуваних із різним рівнем організаторських схильностей у експериментальній групі бачимо (рис. 4), що вірогідна більшість досліджуваних (45%) має низький рівень розвитку організаторських схильностей, 20% має середній рівень розвитку, по 15% досліджуваних експериментальної групи мають дуже високий та високий рівень цих схильностей та 5% мають рівень розвитку, нижчий за середній.

У контрольній групі більшість досліджуваних (35%) має рівень розвитку організаторських схильностей, нижчий за середній (рис. 5), у 25% – дуже високий рівень, по 15% досліджуваних мають високий та низький рівень розвитку і найменше досліджуваних (10%) мають середній рівень розвитку організаторських схильностей

Порівнюючи отримані дані стосовно кількості майбутніх тренерів із різним рівнем комунікативних схильностей у експериментальній та контрольній групах, бачимо, що в експериментальній групі більше досліджуваних із низьким, нижчим за середній та дуже високим рівнем комунікативних схильностей, порівняно з представниками контрольної групи. А у контрольній групі



**Рис. 3.** Кількість тренерів із різним рівнем комунікативних схильностей у контрольній групі (%) \*  $p \leq 0,05$

досліджуваних майбутніх тренерів більше тих, хто має середній та високий рівень розвитку комунікативних схильностей, порівняно з представниками експериментальної групи.

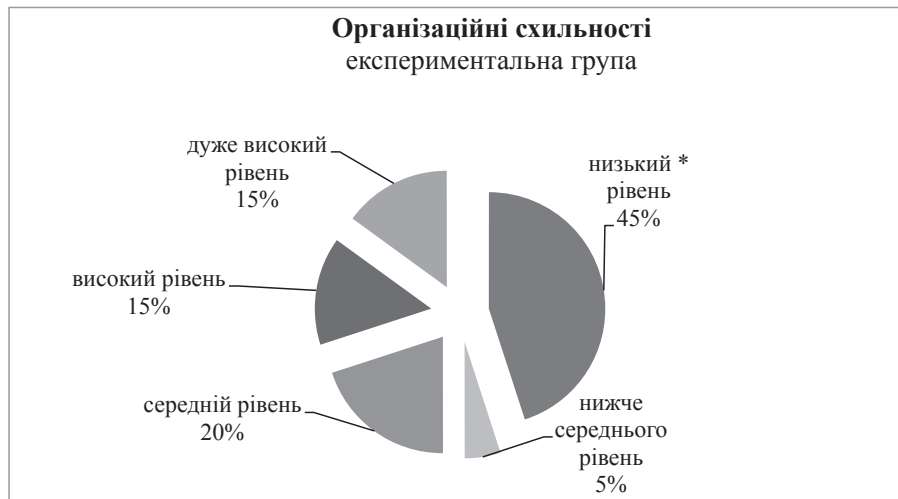
Вірогідні відмінності виявлені між кількістю досліджуваних із низьким та середнім рівнем комунікативних схильностей у контрольній та експериментальній групах ( $p \leq 0,05$ ).

Стосовно порівняння організаторських схильностей у представників експериментальної та контрольної групи бачимо, що майбутнім тренерам в експериментальній групі притаманні низький та середній рівень розвитку організаторських схильностей, а досліджуваним у контрольній групі притаманні рівень нижче середнього та

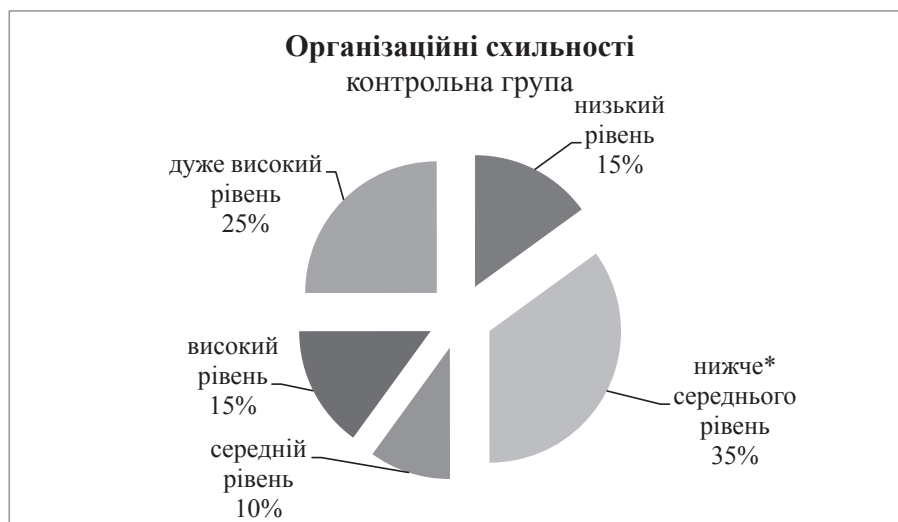
дуже високий рівень розвитку організаторських схильностей.

Низький рівень організаторських схильностей притаманний вірогідно більшій кількості досліджуваних експериментальної групи ( $p \leq 0,05$ ), тоді як рівень розвитку організаторських схильностей, нижчий за середній, притаманний вірогідно більшій кількості досліджуваних контрольної групи ( $p \leq 0,05$ ). Високий рівень розвитку організаторських схильностей притаманний однаковій кількості досліджуваних як в експериментальній, так і у контрольній групі.

**Висновки з проведеного дослідження.** Отримані у процесі дослідження дані свідчать, що сформованість комунікативних та організаційних схильностей у май-



**Рис. 4.** Кількість майбутніх тренерів із різним рівнем організаторських схильностей у експериментальній групі (%) \*  $p \leq 0,05$



**Рис. 5.** Кількість майбутніх тренерів із різним рівнем організаторських схильностей у контрольній групі (%) \*  $p \leq 0,05$



бутніх тренерів є недостатньою і потребує упровадження в їх підготовку спеціальних тренінгових програм на формування та розвиток цих схильностей.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямі – розробити та впровадити у навчальний процес підготовки майбутніх тренерів із різних видів спорту соціально-психологічний тренінг «Я вмю ефективно спілкуватись», який спрямований на розвиток ефективної комунікації майбутніх тренерів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Про вищу освіту : Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII // Відомості Верховної Ради. – 2014. – № 37–38. – Ст. 2004.
2. Competencies [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [www.ibstpi.org/competencies.htm](http://www.ibstpi.org/competencies.htm).
3. Бодалев А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. – М. : Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 256 с.
4. Бойко А.М. Виховання людини: нове і вічне / А.М. Бойко. – Полтава : Техсервіс, 2006. – 568 с.
5. Кайдалова Л.Г. Формування професійних знань, умінь та навичок із застосуванням сучасних педагогічних технологій / Л.Г. Кайдалова // Теорія та методика навчання та виховання : зб. наук. праць / за ред. Г.В. Троцько. – Х. : ХДПУ, 2001. – Вип. 8. – С. 41–47.
6. Кан-Калик В.А. Педагогическое общение как предмет теоритического и прикладного исследования / В.А. Кан-Калик // Вопросы психологии. – 1985. – № 4. – С. 9–16.
7. Синиця І.О. Педагогічний такт і майстерність учителя / І.О. Синиця. – К. : Рад. школа, 1981. – 319 с.
8. Волкова Н.П. Сутність, види, функції педагогічної комунікації / Н.П. Волкова // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки : зб. наук. пр. / ред. Т.І. Сущенко та ін. – К. : Запоріжжя, 2002. – Вип. 23. – С. 30–33.
9. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: [навч. посіб.] / Н.П. Волкова. – К. : Вид. центр «Академія», 2006. – 256 с.
10. Касярум К.В. Формування комунікативної компетенції магістрантів педагогічних спеціальностей у процесі фахової підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / К.В. Касярум ; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2011. – 20 с.
11. Гончаренко С.У. Український педагогічний енциклопедичний словник / С.У. Гончаренко. – 2-е вид., доп. і випр. – Рівне : Волинські береги, 2011. – 552 с.
12. Мусатов С.О. Педагогічна комунікація: психологічні витoki та особливості / С.О. Мусатов // Особисті освітні потреби в системі післядипломної педагогічної освіти : науково-методичний збірник / за ред. М.М. Заброцького. – Житомир – Київ : ЖОІППО, 2005. – 196 с.
13. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. [Учебное пособие] / под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара : Издательский Дом «БАХРАХ», 1998. – 593 с.



УДК 159.9;796 012 1

## МОЖЛИВОСТІ КОГНІТИВНОЇ ТЕРАПІЇ ГІПОДИНАМІЇ ЯК ДИСФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ІМПЛІЦИТНОЇ КОНЦЕПЦІЇ РУХОВОЇ ТА ЖИТТЄТВОРЧОЇ АКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Плошинська А.А., аспірант

Волинський національний університет імені Лесі Українки,  
старший викладач фізичного виховання та спорту  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

У статті обґрунтовано можливості доповнення пропаганди оптимізації рухового режиму молоді когнітивною терапією дисфункціональних імпліцитних концепцій фізичної та життєтворчої активності особистості, роль яких різко зростає у структурі детермінації порушень рухового режиму молоді в умовах високотехнологічного суспільства. Розглянуто можливий варіант реалізації когнітивної терапії гіподинамії сучасних студентів.

**Ключові слова:** когнітивна терапія, концепт, конструкт, імпліцитна теорія, рухова активність, життєтворчість, гіподинамія.

В статті обоснована можливість доповнення пропаганди оптимізації двигательного режиму молоді когнітивною терапією дисфункціональних імпліцитних концепцій фізичної та життєтворчої активності особистості, роль яких різко зростає в структурі детермінації порушень рухового режиму молоді в умовах високотехнологічного суспільства. Розглянуто можливий варіант реалізації когнітивної терапії гіподинамії у сучасних студентів.

**Ключевые слова:** когнитивная терапия, концепт, конструкт, имплицитная теория, двигательная активность, жизнетворчество, гиподинамия.

Ploshinska A.A. POSSIBILITIES COGNITIVE THERAPY INACTIVITY AS A DYSFUNCTIONAL MOTOR AND LIFE CREATIVE IMPLICIT CONCEPT OF PERSONALITY

In the article the possibility of additions promote the optimization of the motor mode of youth cognitive the rapydys functional implicit concepts of physical activity and life creative personality, the role of which increases dramatically in the structure determination of violations of the motor mode of youth in the conditions of high-tech society. A possible embodiment of cognitive therapy in activity among today's students is studied.

**Key words:** cognitive therapy, concept, construct, implicit theory, physical activity, life creation, lack of exercise.

**Постановка проблеми.** Порушення рухового режиму активності особистості має істотні наслідки як на рівні окремої особистості, так і на рівні суспільств і навіть людства загалом. Такий стан речей ще півтора десятиліття тому було зафіксовано у глобальному масштабі такою авторитетною міжнародною інституцією, як Всесвітня організація охорони здоров'я ООН. У доповіді 2002 р. про стан здоров'я населення планети гіподинамію було розглянуто як п'ятий за значущістю чинник дострокової смертності сучасних людей, який слідує за наркоманією, недоїданням, алкоголізмом та тютюнопалінням. Загалом масштаби гіподинамії охоплюють 17% людства. При цьому в розвинутих країнах ця частка сягає 31–51% населення. Критерієм гіподинамії вважається стабільний брак інтенсивного фізичного навантаження [8, с. 111–112].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Окрім погіршення здоров'я та дострокової смертності, вплив гіподинамії на формування молоді проявляється переважно в уповільненні процесів фізі-

ологічного визрівання. Через це, наголошують О.Ю. Кузнецов та Г.С. Петрова, значна частка сучасних студентів за рівнем анатомо-фізіологічного розвитку відповідає 14–15-річним підліткам, через що нинішні програми фізичного виховання виявляються фактично надмірними [11]. Це стало причиною стрімкого погіршення здоров'я, а інколи і смертності на заняттях із фізкультури в сучасних середніх та вищих навчальних закладах, про що не так давно чимало говорилося в медіа-просторі.

У таких сумних реаліях ми, зокрема, пере-свідчилися в бесідах із викладачам фізичної культури з великим досвідом роботи, яким важко було уявити подібне ще 20–30 років тому, коли вони розпочинали свою педагогічну кар'єру. Хоча проблема гіподинамії піднімалася вже тоді і в науковому, і громадському дискурсі. Певний час тоді була навіть популярною пісня у виконанні Валерія Леонтьєва «Що таке гіподинамія». Проте, попри застереження, висловлене у приспіві («Последний шанс тебе дает судьба, Да здравствует ходьба и ежедневный бег!»),



зниження рухової активності населення стало доміантним і щораз більшим мегатрендом, порівняно з мінітрендом тих, хто долучився до систематичної оптимізації свого рухового режиму.

На виникнення такої ситуації вплинуло й різке скорочення державної підтримки фізичної культури та спорту, яке мало місце у радянські часи і яке повною мірою так і не компенсувалося роботою ринкових механізмів у сфері фітнес-послуг. Окрім того, не можна сказати, що пропаганда здорового способу життя та фізичної культури припинилася чи згорнула свої масштаби. Але впадає в очі, що дієвість такої пропаганди стала неухильно знижуватися. У структурі масової свідомості частка тих, у кого відбулася аксіологічна девальвація фізичної активності, збільшилася, і гіподинамія, відповідно, стала фактично стилем життя. Можна навіть сказати, що для багатьох гіподинамія стала імпліцитним культом, бо експліцитно гіподинамію як культ практично ніхто не презентує. При цьому наявність «імпліцитного культу гіподинамії» може поєднуватися з декларативним визнанням цінності оптимального рухового режиму, коли особа стверджує, що розуміє шкоду гіподинамії, але не може перебороти лінь, їй бракує сили волі тощо.

Проте, згідно із широковідомою теорією смислової детермінованості вольової регуляції В.А. Іваннікова, вищезазначене означає, що вольова неспроможність зазвичай є наслідком того, що на когнітивному рівні завдання на знаходження адекватного для себе сенсу дії чи діяльності не вирішене належним чином. Коли ж суб'єкт знаходить додаткове спонукання до дії шляхом зміни його смислу, то він зазвичай долає спокусу, бар'єр тощо, які не міг перебороти до того. Тобто у результаті і вольові дії залежать від таких когнітивних утворень, як глибинні переконання, багата смислова сфера і світогляд [9].

Ще більше на значенні когнітивної сфери у виникненні вольових, емоційних та поведінкових порушень наголошується у когнітивній терапії. Як пише Дж. Бек: «Загалом когнітивна модель передбачає, що в основі всіх психологічних порушень особистості лежить спотворене, або дисфункціональне, мислення, (яке, зокрема, викривлює емоції і поведінку пацієнта). Реалістична оцінка і зміна такого мислення ведуть до поліпшення самопочуття і гармонізації поведінки. Отже, щоб домогтися стійких результатів, необхідно виявити, оцінити і змінити дисфункціональні погляди і переконання, що лежать в основі будь-якого психологічного розладу» [4, с. 19].

Сьогодні когнітивний підхід у психотерапії продемонстрував свою ефективність у вирішенні багатьох проблем [1; 2; 3; 4; 7; 10], тому останнім часом він інтенсивно розвивається, внаслідок чого у його контексті почали виокремлюватися вже свої напрями. Зауважимо, що, опираючись на загальну методологію когнітивної моделі психотерапії, ми будемо працювати у річчзі так званого когнітивно-аналітичного варіанта, фундатором якого є американський психолог та психотерапевт Дж. Келлі [10].

**Постановка завдання.** Мета статті полягає у з'ясуванні можливостей психокорекції гіподинамії шляхом застосування когнітивно-аналітичної терапії, системи особистих конструктів та імпліцитних концепцій людини як суб'єкта власної рухової активності, шляхом доповнення традиційної пропаганди оптимізації рухової активності особистості через зміну масової суспільної свідомості, роботи на індивідуальному та мікрогруповому рівні щодо збагачення та вдосконалення особистих концептів, конструктів та теорій, які опосередковують як свідому, так і підсвідому регуляцію фізичної активності особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Серед сучасного студентства, за даними багатьох науковців, як правило, не менше половини мають показники розвитку мускулатури нижчі діапазону анатомо-фізіологічної норми для цього віку [6]. Виправлення такого стану речей фахівцями представляється дещо по-різному. Українські фахівці О.Є. Габелкова, О.Л. Луценко, Т.І. Плісюк вважають: «Лише свідоме підвищення фізичної активності за допомогою спеціальних занять фізичними вправами та спортом, організації активного проведення вихідних, канікул та відпусток, використання будь-якої можливості для піших переходів і тому подібних дій може компенсувати вимушену гіподинамію, пов'язану із сучасними професійними обов'язками і рівнем комфорту, який доступний зараз більшості людей» [5].

Російські науковці О.Ю. Кузнецов та Г.С. Петрова схиляються до думки, що «одними пропагандистсько-популяризаторськими засобами, які нині застосовуються в нашій країні, проблему масового поширення гіподинамії як соціально-біологічного фактора малорухливого способу життя серед сучасної студентської молоді не вирішити. Для цього повною мірою повинні бути задіяні насамперед організаційно-адміністративні заходи, що мають загальнообов'язковий характер, і навіть елементи примусу, практична реалізація яких дасть можливість структурно модернізувати

систему фізичного виховання студентської молоді у вищих навчальних закладах у рамках змісту процесу її професійної освіти відповідно до наявних федеральних державних освітніх стандартів» [11]. При цьому стратегію боротьби з гіподинамією вони пропонують розробляти та реалізовувати диференційовано залежно від рівня їх наявного фізичного розвитку.

Безперечно, примусовий підхід до оптимізації рухового режиму має чимало переваг. У первісні часи така примусовість забезпечувалася природними екосистемами, а в цивілізованих низькотехнологічних суспільствах – соціальними системами загалом. Результатом цього було порушення рухового балансу людини у бік гіпердинамії. У високотехнологічних суспільствах економічно вигідніше замінити фізичну активність людини роботою, і порушення рухового балансу населення у бік гіподинамії стає не побічним наслідком технічного прогресу, а прямим наслідком цілеспрямованого формування «імпліцитного культу гіподинамії».

Це означає, що у значної частини економічних суб'єктів з'являється зацікавленість поширення настанов на гіподинамію, на стимуляцію закладених у людську природу інтенцій до економії м'язових зусиль (кінезіфобія) у потенційних споживачів продукції машинобудування, електроенергії та енергії вуглеводнів і гальмування у них не менш природної, хоч і не настільки сильної, мотивації до руху (кінезіфілія). Тому економічно ринкова система високотехнологічного суспільства більше зацікавлена у формуванні культу гіподинамії, ніж у формуванні настанов на оптимальний руховий режим, і поява сфери фітнес-послуг як елемента ринкової системи лише частково, але не принципово, змінює справу.

Більше того, можна припустити, що природний відбір серед людей не припинився, як інколи констатується, а просто змінює у тих чи інших вимірах свій напрям на протилежний. Зокрема, якщо раніше природний відбір в умовах високого рівня примусової стимуляції рухової активності з боку біо-, а пізніше соціоценозів сприяв виживанню тих, у кого домінувала інтенція до кінезіфобії, то в еволюційно нових умовах життя людини у високотехнологічному суспільстві він буде, найімовірніше, сприяти кінезіфілам, спроможним до добровільної регуляції оптимальності рухового режиму. Значна частина кінезіфобів ризикує тепер бути м'яко й комфортно-гуманно елімінованою невблаганним пресом природної селекції, яка наразі не стільки щезає, скільки полярно змінює свій вектор.

Тобто, хочемо ми того чи ні, ставку треба робити на добровільну стратегію боротьби з гіподинамією, примусова ж стратегія може тут грати лише допоміжну роль. Однак ставка на добровільність, а точніше довольність, регуляції фізичної активності особистості не означає, що все треба пускати на самоплив. Потрібна фасилітація розвитку такої довольності для тих, хто в цьому буде відчувати потребу. Та ситуація, коли людина хоче регулювати свій руховий режим, але недостатньо мірою може і знає, як це робити, на наш погляд, означає, що особисті концепції рухової активності суб'єкта недостатньо функціональні, і щоб вони стали функціональними, над ними йому треба працювати, і фітнес-психолог у цьому випадку може бути досить корисним. Для розроблення стратегії фасилітації розвитку особистих теорій активності доцільно спочатку проаналізувати, як вони виникають та розвиваються.

З одного боку, такого роду теорії людини асимілює із соціуму, вони сугестуються, або аргументуються, соціогенно. Результатом такого роду імплементації соціальних концепцій рухової активності може бути їх повне і точне засвоєння, неповне або (і) неточне засвоєння, нульове засвоєння. При цьому самі теорії можуть бути достатньо істинними, неумисно помилковими і маніпулятивними, коли когнітивні викривлення у суб'єкта формуються цілеспрямовано на шкоду йому і на користь певним економічним, політичним та іншим факторам. Виявити дисфункціональні соціогенні теорії рухової активності є нелегкою, але важливою роботою когнітивного терапевта. Однією з найпоширеніших нині дисфункціональних соціальних теорій є «культ гіподинамії» та «культ гіпердинамії», який теж зустрічається, але значно рідше, ніж перший.

З іншого боку, генерація особистих теорій відбувається не лише інтерпсихічно, але й інтрапсихічно (внутрішньо), часто шляхом модифікації та компіляції соціогенних теорій, хоч інколи і створюються більш чи менш оригінальні особисті концепції. Але у будь-якому разі на генезу концепцій суттєво впливає ряд чинників:

– по-перше, це моторний генотип співвідношення кінезіфільності та кінезіфобності. Така передналаштованість може певною мірою схилити перебіг когнітивних процесів у бік більш імовірного формування відповідного типу особистих концепцій рухової активності, де аксіологічний статус того, що І.П. Павлов [12] називав «м'язовою радістю», буде дуже різним. Схоже, що сучасній людині дісталася у філогене-





тичний спадок виразне переважання серед людських популяцій кінезіфобності над кінезифільністю. З огляду на це, гіподинамія є гіпертрофованою формою економії рухових зусиль, яка не так давно була корисною примітивною стратегією, що сприяла виживанню й донедавна підтримувалася природним відбором в умовах стабільно високої інфернальної стимуляції фізичної активності;

– по-друге, сам режим рухової активності впливає на розвиток у бік кінезифільності або кінезіфобності. Так, зокрема, окрім руйнівного ефекту для здоров'я, ще одним наслідком гіподинамії є те, що вона гальмує розвиток самої природної потреби рухової активності, фізіологічною передумовою якої є достатній рівень фізичної активності, внаслідок чого формується «м'язовий голод»: м'язи не отримують достатнього напруження для підтримання необхідного тону мускулатури. Тобто підвищення та зниження рухової активності може набувати автокалітичного, самопосилювального характеру. Через це пробудження у фізично слабкорозвинутих студентів кінезіофілії має додаткові труднощі, оскільки за певних умов створюється «чаклунське коло»: зниження рухової активності сприяє розвитку кінезіфобії, а кінезіфобія ще більше знижує фізичну активність, яка ще більше посилює кінезіфобію і т. д.

Однак дія зазначених фізіологічних механізмів формування схильності до гіподинамії має тенденцію до переходу з фізіологічного на психологічний рівень. Так, за нашими спостереженнями, зазначений процес супроводжується розбудовою теорій виправдання гіподинамії, її позитивної раціоналізації і навіть романтизації, яка тим частіше зустрічається серед студентів, чим малорухливіший спосіб життя вони ведуть. Формування такого роду дисфункціональних імпліцитних концепцій рухової активності і стилю життя загалом спричинює додаткове посилення кінезіфобних настанов, які ще більшою мірою сприяють усталенню гіподинамії. При цьому внутрішньоособистісні когнітивні викривлення у розбудові імпліцитних концепцій рухової активності часто отримують деструктивну соціогенну підтримку. Серйозність ситуації посилюється пропагандою ідей трансгуманізму, де фактично пропонується проблемі розвитку не лише розумових, але й фізичних можливостей, здоров'я людини та вдосконалення її тіла вирішувати технологічно, шляхом аугментації, імплантації в тіло людини, фактично перетворюючи її в кіборга, і фізична та інтелектуальна досконалість буде досягтися техногенним

способом. І як засвідчують наші опитування та практичні педагогічні спостереження, саме серед фізично слабкорозвинених студентів трансгуманістичні ідеї знаходять особливо чутливий відгук.

Розірвати зазначене «чаклунське коло» формування гіподинамії є одним із найважливіших завдань фізичного виховання, яке б урівноважувало поширену думку про те, що науко-технічний прогрес звільнить людину від необхідності м'язових зусиль і на фізичну активність не варто марнувати час. Але, попри зовнішні та внутрішні впливи на процес розбудови особистих концепцій рухової активності, про які йшлося вище, у процесів суб'єктивної концептуалізації немає фатальної напередвизначеності, і лишається досить широке когнітивне поле, де клієнт як сам, так і разом із терапевтом має свою цілком достатню свободу вибору і творчий простір для подальших концептуалізацій та реконцептуалізацій гіпо-, еу- та гіпердинамії.

Аналізуючи розлади особистості і формування поведінкових та емоційних порушень, А. Бек та його прибічники радять рухатися уздовж континууму від еволюційно сформованих стратегій до розгляду того, як опосередкування обробленням інформації, що стає розлогішим із кожним новим кроком культурогенезу, зумовлює появу адаптивних та дезадаптивних поведінкових стратегій і способів емоційного реагування. Це дає можливість розглядати емоційні та поведінкові порушення як похідні утворення певних типів дисфункціональних когнітивних схем. Типові дисфункціональні переконання й дезадаптивні стратегії, що проявляються у розладах особистості, роблять людей вразливими до життєвого досвіду, який перевищує їх когнітивну вразливість, що, зокрема, ґрунтується на екстремальних, ригідних й імперативних переконаннях. Такі дисфункціональні переконання є взаємодією між генетичною схильністю та небажаним впливом інших людей і травматичних подій [3].

У Дж. Келлі аналогами понять «когнітивні схеми» та «когнітивні переконання», якими користується А. Бек, є поняття конструктів та імпліцитних концепцій. Відтак, на наш погляд, метою когнітивно-аналітичної терапії є експлікація та корегування, розбудова та удосконалення функціональних особистих теорій фізичної активності. Однак зазначена робота потребує об'ємного терапевтичного процесу. Експлікувати особисті конструкти та концепції, які зазвичай мають імпліцитний характер, непросто. Як зауважував Дж. Келлі: «Нікому не дано висловити сло-



вами все, що входить у власну систему тлумачення. Багато наших конструктів не мають символів, використовуваних, як зручні «словесні ручки». Тому не тільки іншим важко «схопити» і категоризувати їх усередині своїх систем, а й самому власникові таких конструктів важко маніпулювати ними і відносити їх до певних категорій усередині вербально помічених частин власної системи. Те, що конструкти нелегко піддаються організації в рамках вербально помічених частин системи, створює труднощі для кожного, хто намагається чітко сформулювати свої почуття і передбачити свою поведінку в майбутній ситуації, яка поки існує тільки у вигляді словесного опису» [10].

Для полегшення експлікації типу імпліцитної концепції рухової активності у вимірі кінезифільності-кінезифобності ми вирішили використати текст широковідомої дитячої пісні Ю. Ентіна та Є. Крилатова «До чого дошел прогресс»:

До чого дошел прогресс,  
До невиданных чудес,  
Опустился на глубины  
И поднялся до небес.

Позабыты хлопоты, остановлен бег,  
Вкальвают роботы, а не человек.

До чого дошел прогресс,  
Труд физический исчез,  
Да и умственный заменит  
Механический процесс.

Позабыты хлопоты, остановлен бег,  
Вкальвают роботы, а не человек.

До чого дошел прогресс,  
Было времени в обрез,  
А теперь гуляй по свету,  
Хочешь с песней, хочешь – без.

Позабыты хлопоты, остановлен бег,  
Вкальвают роботы, счастлив человек!

У процесі групових обговорень студентам було потрібно, по-перше, висловити у відсотках міру згоди та незгоди з текстом пісні, по-друге, обґрунтувати міру своєї згоди та незгоди певними міркуваннями та проілюструвати прикладами. При цьому співставлення різних думок створювало додаткові можливості для експлікації та рефлексії кінезифільності та кінезифобності імпліцитних концепцій рухової та життєтворчої активності студентів. Також зазначений прийом давав можливість виявляти і ставлення до розумової активності, яку ми за аналогією з першою кінезифілією та кінезифобією назвали когнітофілією й когнітофобією. У результаті ми отримали чотири типи аксіологічних концепцій життєтворчої активності загалом (Табл. 1).

Таблиця 1  
Типи життєтворчої активності особистості за співвідношенням орієнтації на розумову та фізичну активність

	Когнітофіли	Когнітофоби
Кінезифіли	I тип	II тип
Кінезифоби	III тип	IV тип

На жаль, навіть така проста вправа дає підстави констатувати, що в умовах високотехнологічного суспільства серед молоді наявне не лише поширення проблеми гіподинамії та кінезифобії, але й гіпокогнії та когнітофобії. У процесі зазначених групових сеансів когнітивної терапії ми шляхом сократичного діалогу спрямовували обговорення у бік розхитування кінезифобних і когнітофобних імпліцитних концепцій та трансформації їх у бік кінезифільності та когнітофільності. Результатом таких пілотажних сеансів групової когнітивної терапії було підвищення фізичної активності у понад третини студентів.

Описаний прийом можна розглядати поки що лише як елемент когнітивної терапії імпліцитних концепцій рухової та життєтворчої активності молоді, який, проте, демонструє перспективність подальших науково-практичних розвідок в окресленому напрямі, які будуть описані нами у майбутніх публікаціях.

**Висновки із проведеного дослідження.** В умовах високотехнологічного суспільства лише у порівняно невеликої частки населення вистачає внутрішньої мотивації без тиску зовнішньої стимуляції підтримувати оптимальний рівень фізичної активності, попри те, що руйнівні для здоров'я наслідки гіподинамії стали вже цілком очевидними й виявилися ще більш загрозливими, ніж шкода від гіпердинамії. Тому для викладачів фізкультури та тренерів із фітнесу проблема мотивування людей до оптимальної фізичної активності стала вже перевершувати проблему удосконалення самого тренувального процесу. Окреслена проблема набагато ширше і глибше розроблена, ніж тематика спонукання до фізичної активності, без вирішення якої часто вже неможливо перейти до власне тренерської діяльності.

Зазначене вимагає спеціального дослідження психологічних механізмів регулювання фізичної активності особистості в сучасному суспільстві, яка все виразніше набуває рис постіндустріального (точніше суперіндустріального) інформаційного формату, де вимушеній ззовні фізичній активності лишається все менше місця, де



зовнішній тиск уже не компенсує колись адаптивні інстинктивні інтенції до економії фізичної активності. Фізична активність за інерцією продовжує мати низький статус у системі особистих і суспільних цінностей. При цьому аналогічні тенденції, як це не парадоксально, переживає і ставлення до розумової активності, що ставить на порядок денний поєднання гіподинамії й кінезіфобії з гіпокогнією та когнітофобією. Для вирішення окреслених проблем доцільним буде застосування технологій когнітивно-аналітичної терапії, що складає перспективу наших подальших досліджень.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Баннистер Д. Новый метод исследования личности / Д. Баннистер, Ф. Франселла. – М. : Прогресс, 1987. – 236 с.
2. Бек А. Когнитивная терапия депрессии / А. Бек, А. Раш, Б. Шо, Г. Эмери ; пер. с англ. А. Татлыбаевой. – СПб. : Питер, 2003. – 298 с.
3. Бек А. Когнитивная терапия расстройств личности / А. Бек, А. Фримен. – М., 1990. – 254 с.
4. Бек А. Когнитивная терапия: полное руководство / А. Бек. – М. : ООО «ИД. Вильямс», 2006. – 400 с.
5. Габелкова О.Є. Психологічні особливості людей, що схильні до гіподинамії в молодому віці / О.Є. Габелкова, О.Л. Луценко, Т.І. Плісюк // Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія». – 2011. – № 937. – С. 31–34.
6. Грязева Е.Д. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов : [монография] / Е.Д. Грязева, М.В. Жукова, О.Ю. Кузнецов, Г.С. Петрова. – М. : ФЛИНТА ; Наука, 2013. – 168 с.
7. Демерс А.Е. Психология опоры в психоаналитическому та когнітивно-поведінковому терапевтичних підходах / А.Е. Демерс // Психологічні перспективи. – 2012. – Вип. 20. – С. 37–47.
8. Преодоление воздействия факторов риска, пропаганда здорового образа жизни : Доклад о состоянии здравоохранения в мире // World Health organization. – 2002. – № WA 540.1.
9. Иванников В.А. Воля / В.А. Иванников // Национальный психологический журнал. – 2010. – № 1 (3). – С. 97–102.
10. Келли А.Дж. Теория личностных конструктов / А.Дж. Келли. – СПб. : Речь, 2000. – 249 с.
11. Кузнецов О.Ю. Модернизация системы физического воспитания студентов вуза в целях преодоления влияния гиподинамии на их физическое развитие / О.Ю. Кузнецов, Г.С. Петрова // Известия Тульского государственного университета. Серия «Гуманитарные науки». – 2013. – Вып. 3 (1). – С. 300–309.
12. Теоретические основы преподавания темы «Здоровый образ жизни» в учреждениях общего среднего образования. – Могилев, 2015. – 77 с.

УДК 159.9.075

## ЗНАЧЕННЯ РЕФЛЕКСІЇ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОЇ СФЕРИ

Подкоритова Л.О., к. психол. н.,  
доцент кафедри практичної психології та педагогіки  
Хмельницький національний університет

У статті представлено теоретичне узагальнення наукових праць щодо значення рефлексії для професійного розвитку фахівців соціономічної сфери. Визначено основні аспекти дослідження рефлексії у контексті професійного розвитку. Виокремлено когнітивну, регулятивну та формувальну функції рефлексії у контексті професійного розвитку.

**Ключові слова:** рефлексія, рефлексивний, професійний розвиток, професійна рефлексія, фахівець соціономічної сфери.

В статье представлено теоретическое обобщение научных работ относительно значения рефлексии для профессионального развития специалистов социономической сферы. Определены основные аспекты исследования рефлексии в контексте профессионального развития. Выделены когнитивная, регулятивная и формирующая функции рефлексии в контексте профессионального развития.

**Ключевые слова:** рефлексия, рефлексивный, профессиональное развитие, профессиональная рефлексия, специалист социономической сферы.

Podkorytova L.O. IMPORTANCE OF REFLECTION TO SOCIONOMIC SPHERE EXPERTS' PROFESSIONAL DEVELOPMENT

The article presents the theoretical summary of scientific works on importance of reflection to socionomic sphere experts' professional development. The main aspects of reflection issues in the context of professional development have been determined. Cognitive, regulatory and formative functions of reflection in the context of professional development have been determined.

**Key words:** reflection, reflective, professional development, professional reflection, socionomic sphere experts.

**Постановка проблеми.** Аналіз наукових праць, присвячених рефлексії, виявив, що досліджуваний феномен часто вивчають у зв'язку із професійним розвитком фахівців різного профілю. При цьому науковці акцентують увагу на тому, що рефлексія є важливою для професійного розвитку майбутніх фахівців, особливо тих, що мають працювати з людьми, зокрема це актуально для майбутніх педагогів і психологів. Аналіз досліджень, спрямованих на вивчення професійного розвитку, виявив у їх контексті часте використання слів «рефлексія», «рефлексивність», «рефлексивний». Так, є доцільним узагальнення визначених зв'язків між рефлексією і професійним розвитком.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивчення рефлексії є одним із найбільш розроблених напрямів досліджень. Це поняття було і є предметом наукових інтересів багатьох учених, зокрема таких як Г. Андреева, К. Абульханова-Славська, І. Бех, М. Боришевський, А. Брушлинський, І. Васильєв, Л. Виготський, А. Карпов, Т. Комар, О. Леонтьєв, С. Максименко, О. Матюшкін, Н. Михальченко, Л. Найдьонова, С. Степанов, І. Семенов, Г. Щедровицький та багатьох інших.

Вивчення різних аспектів рефлексії у контексті професійного розвитку майбутніх і сучасних фахівців знаходимо у працях Ю. Галімова, О. Мирошник, А. Яновського (педагоги); С. Балаби, О. Кулешової, О. Гріньової, А. Курлат, В. Чернобровкін (майбутні педагоги); Н. Антонової і Г. Поповської, Л. Гапоненко, А. Іващенко, Г. Мазилової, З. Огороднійчук, О. Дубовик, Ю. Шапошнікової (майбутні психологи); О. Гант (спортсмени); Г. Горбань (менеджери); В. Демський, І. Клименко (майбутні офіцери).

Попри те, що всі науковці підкреслюють значущість рефлексії для професійного розвитку різних фахівців, узагальнення основних наукових акцентів у цих дослідженнях є актуальним.

**Постановка завдання.** Мета статті – здійснити теоретичне узагальнення щодо значення рефлексії для професійного розвитку фахівців соціономічної сфери.

Методи дослідження: аналіз, узагальнення і систематизація.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Як зазначалось вище, поняття «рефлексія» є часто вживаним у контексті праць, присвячених професійному розвитку фахівців різних сфер, переважно соціономічних, а саме педагогів і психологів.



У назвах і текстах таких публікацій рефлексія найчастіше визначається через категорію «механізм», однак має місце і використання таких слів, як «умова», «передумова», «чинник», «детермінанта», «складник» та ін. У тексті статей теоретично та емпірично обґрунтовується значущість указанного феномена для професійного розвитку. Аналіз цих праць можливо здійснювати за такими напрямками: фахове спрямування, місце у структурі професіоналізму та пов'язаність з іншими професійно значущими феноменами. У статті спробуємо сумістити ці напрями.

Про *фахове спрямування* наукових праць, присвячених рефлексії у контексті професійного розвитку, ми вже зазначали в аналізі останніх досліджень і публікацій. Наголосимо лише на тому, що більшість цих публікацій присвячена рефлексії педагогів, або педагогічній рефлексії; дещо менше – рефлексії психологів; значення рефлексії для професійного розвитку інших фахівців досліджено в поодиноких працях, зокрема це публікації, присвячені військовим, менеджерам, спортсменам. При цьому розглядають рефлексію не лише професійну, а й особистісну, міжособистісну, інтелектуальну. Так, постають зв'язки рефлексії із професіоналізмом особистості загалом та іншими професійно значущими феноменами.

*Місце рефлексії у структурі професіоналізму та пов'язаність з іншими професійно значущими феноменами.* А. Курлат [10], узагальнюючи наукові погляди на рефлексію, зокрема педагогічну, визначає такі її розуміння: компонент підготовки до здійснення педагогічної діяльності (В. Сластенін); професійна якість, що стимулює, розвиває і збагачує діяльність (Б. Вульф); педагогічне уміння (А. Реан) тощо. І. Пододіменко [14] зазначає, що у світовій науковій спільноті рефлексію розглядають як один із механізмів саморегуляції викладача (С. Брукфільд, Д. Древал, Дж. Перді, Р. Стекмен та ін.); як здатність займатися самоаналізом, здатність до критичного переосмислення власного досвіду (Дж. Деві) тощо.

Також виявлено, що рефлексія важлива для засвоєння професійних знань, розвитку професійного мислення (Г. Горбань, І. Клименко, Ю. Шапошникова); для формування професійної ідентичності (Г. Мазилова); є основою для оволодіння навичками професійного спілкування (Л. Гапоненко, В. Демський); пов'язана із психологічним здоров'ям фахівця (О. Гант) та його успішністю (С. Балаба); значуща для високого рівня професіоналізму і компетентності загалом (А. Іващенко, Д. Шон, А. Яновський). Проілюструємо це деякими публікаціями.

*Рефлексія та оволодіння її механізмами постають як важлива умова засвоєння професійних знань.* Про це, наприклад, зазначає Ю. Шапошникова. Дослідниця вказує на необхідність переходу від засвоєння теоретичних знань до вироблення нових, вже професійно зорієнтованих, способів мислення, формування власного способу «занурення» у професію через оволодіння техніками рефлексії, розуміння, комунікації та вироблення власної моделі професійної діяльності [15, с. 449].

І. Клименко, вивчаючи взаємозв'язки когнітивно-поведінкових стратегій подолання з елементами особистісної рефлексивності курсантів, які навчаються в умовах психологічного супроводу, зазначає, що рефлексія передбачає вивчення вже виконаних робіт для фіксації її результатів і підвищення надалі її ефективності. Він зауважує, що аби регулятивна активність, яка включає в себе інформацію, оформилася у виглядів знання, необхідно актуалізувати рефлексивні процеси, а самі знання визначає як рефлексивно оформлений зміст ціннісно-смиислової сфери людини [8, с. 74].

Г. Горбань зауважує значущість розвитку рефлексивного мислення для менеджерів, визначаючи його як позаситуативне. Для такого мислення характерним є «зменшення потреби у зовнішній допомозі, сформованість високого рівня самоаналізу, здібності до активізації власних можливостей, розвиненість критичності погляду на власні дії» [5, с. 85].

Значення рефлексії для професійного розвитку доводиться і через негативні наслідки її низького розвитку. Так, Г. Мазилова, провівши теоретичне та емпіричне дослідження, показала, що через недостатню рефлексію і несформоване почуття власної ідентичності у студентів часто виникають кризи. При цьому її дані співпадають із дослідженнями Т. Буякас, Н. Іванової, дослідженнями Ярославського педагогічного університету (Росія) і Белостокського університету (Польща), де було виявлено, що в умовах кризи ідентичності індивід ніби тікає від необхідності ототожнення себе із групами і більше орієнтується на свої особові якості. Спостерігається явна тенденція зростання показників рефлексії [11, с. 317]. Таким чином, авторка робить висновок про те, що «формування здатності рефлексувати зміни <...> в напрямі власного розвитку і конструювати на цій основі свою ідентичність, формувати власну систему цінностей у край важливо у процесі навчання у вузі, освоєння професії та подолання кризи ідентичності» [11, с. 319].



Тут необхідно зауважити, що в інших наукових публікаціях, навіть не пов'язаних із професійним розвитком, наприклад Г. Меднікова [12], М. Орал [13] та ін., *рефлексія часто постає як детермінанта ідентичності.*

*Зв'язок рефлексії із психологічним здоров'ям і самопочуттям фахівців* виявлено у працях Л. Гапоненко й О. Гант. Так, Л. Гапоненко у своїх дослідженнях встановила, що студент із дисфункціональними думками не є рефлексивним [4, с. 43].

Рефлексія постає і як *компонент інших комплексних утворень, важливих для професійного розвитку.* Наприклад, Н. Антонова і Г. Поповська, провівши аналіз наукової літератури щодо соціально-психологічної компетентності психолога, визначили, що її важливими компонентами є рефлексія і здатність до рефлексії [1, с. 36, 38]. І. Шпичко серед функцій соціальної компетентності майбутнього фахівця визначає рефлексивну, яка спрямована на самоаналіз і самооцінку дій та вчинків [16].

*Рефлексія є важливою для формування професійного спілкування.* Так, Л. Гапоненко вивчає рефлексивне спілкування у професійній взаємодії студентів-психологів. Здійснивши аналіз наукових праць інших авторів, дослідниця визначає таку узагальнену структуру рефлексивного спілкування: 1) рефлексивне мислення; 2) рефлексивна свідомість; 3) трансформація імпліцитних психічних функцій в експліцитні [4, с. 43].

В. Демський [6], досліджуючи процес підготовки майбутніх офіцерів-прикордонників, визначає рефлексію як інструментарій оброблення результатів спілкування між офіцерами-прикордонниками. Він також зазначає її значущість для управлінської діяльності та вказує на те, що процеси розвитку рефлексії, необхідні особистості в підготовці до професійної діяльності, важливі так само, як і під час її виконання.

У багатьох розвідках рефлексія описується як важлива умова високого професіоналізму та професійної успішності. Так, А. Іващенко, досліджуючи професійну рефлексію майбутніх психологів, наводить думку Д. Шона про те, що рефлексія стає показником високого рівня професіоналізму, для якого властивими є обдуманість та гуманістичність [7, с. 116–117].

Позитивний вплив рефлексії на якість професіоналізму вчителя досліджує А. Яновський [17]. Він визначає рефлексію як необхідну якість практичного мислення вчителя, що проявляється у застосуванні знань загального до конкретних ситуацій дійсності. Автор вважає, що рефлексія є необхідним складником умінь учителя, яка дозволяє

саморозвиватися, самовдосконалюватися, виправляти помилки і, головне, їх визначати.

С. Балаба зазначає, що успішний вчитель володіє здатністю до рефлексії [2, с. 30], а ефективність розвитку професійної успішності вчителя може бути підвищена, якщо він буде пов'язаний із розвитком професійної рефлексії.

Ю. Галімов визначає педагогічну рефлексію як механізм попередження негативних очікувань викладача щодо результатів навчальної діяльності [3]. Для уникнення деформуючих прогностичних очікувань викладачів самі вони мають: розвивати свої рефлексивно-аналітичні здібності для удосконалення навчально-виховного процесу; постійно переглядати свої переконання та цінності, від котрих залежить їхній рівень очікувань; усвідомлювати той факт, що вони несуть відповідальність за вплив, який можуть мати їхні деформуючі прогностичні очікування на успішність навчальної діяльності курсантів; переглядати свою практичну діяльність; вважати навчання експериментом і контролювати результати своєї праці. Автор зазначає, що критична рефлексія не обов'язково повинна мати негативне спрямування – нею передбачається, що викладачі мають щонайменше усвідомлювати свої системи переконань і постійно слідкувати за тим, наскільки дії віддзеркалюють ті переконання та узгоджуються з ними.

Щодо «критичності рефлексії» у контексті професійної діяльності педагога цікаво навести спостереження О. Кулешової. Досліджуючи методологічну рефлексію, авторка визначає, що тривалий час рефлексивний компонент у науково-дослідницькій роботі та педагогічній практиці достатньо не використовувався, зокрема через думку, що рефлексія сприяє зайвій критичності та відволікає від рішення важливих педагогічних завдань (пов'язаних переважно з інтенсифікацією праці педагога та учня) [9]. Дослідниця визначає методологічну рефлексію як важливу для професіоналізму вчителя.

І. Пододіменко [14] докладно досліджує значення рефлексії для формування професійної компетентності викладача іноземних мов. Авторка вважає, що рефлексія сприяє свідомому виконанню професійної діяльності, допомагає педагогу проявляти більшу гнучкість, краще аналізувати набутий досвід, робити висновки і будувати плани на майбутнє, більш ефективно враховувати реальні комунікативні потреби і психологічні особливості студентів тощо. Дослідниця також говорить про низку рефлексивних умінь



викладача: уміння здійснювати навчальну діяльність стосовно категорії часу; уміння враховувати у професійній педагогічній діяльності власні індивідуально-психологічні особливості; адекватно оцінювати себе (особистісні рефлексивні вміння); уміння змінювати уявлення про іншу людину на більш адекватні для конкретної ситуації (комунікативні рефлексивні вміння); знання про рольову структуру діяльності й уміння співпрацювати (за О. Мирошник).

Отже, рефлексія постає як важлива умова розвитку професіоналізму та професійної компетентності. При цьому можна виокремити такі її функції у контексті професійного розвитку фахівця соціономічної сфери:

1) *когнітивна функція*: рефлексія сприяє засвоєнню професійних знань, формуванню професійного мислення, зокрема його критичності, позаситуативності, аналітичності, гнучкості, прогностичності тощо; є одним із центральних механізмів самопізнання;

2) *регулятивна функція*: рефлексія є одним із механізмів саморегуляції фахівця, зокрема у процесі міжособистісної взаємодії; попереджує негативні очікування, допомагає контролювати результати своєї діяльності; сприяє психологічному здоров'ю тощо;

3) *формувальна функція*: рефлексія пов'язана зі становленням особистісної і професійної ідентичності та самооцінки; сприяє формуванню свідомого ставлення до професійної діяльності.

Загалом рефлексія спонукає до саморозвитку і самовдосконалення.

Зауважимо, що у цій публікації представлені проміжні результати нашого дослідження, які надалі будуть уточнюватися і перевірятися.

**Висновки із проведеного дослідження.** Виходячи з вищезазначеного, можна зробити такі висновки:

1. Визначено, що рефлексія є широко досліджуваною у контексті праць щодо професійного розвитку. При цьому найбільш досліджуваною є педагогічна рефлексія. Значна кількість праць присвячена також професійній рефлексії психологів; дещо менше – професійній рефлексії інших фахівців, а саме менеджерів, військових, спортсменів. Незалежно від професійного спрямування досліджень, науковці визначають рефлексію як важливий механізм і/або умову професійного розвитку.

2. Виявлено, що рефлексія сприяє розвитку професіоналізму та успішності фахівця, постає як компонент його компетентності: є важливою умовою засвоєння професійних знань і формування профе-

сійного мислення; впливає на вироблення професійної ідентичності і разом із нею – на психологічне здоров'я фахівця; є важливою для формування професійного спілкування і здійснення професійної діяльності. Рефлексія впливає на формування таких професійно значущих якостей, як гнучкість, аналітичність, критичність, комунікативність та ін., тісно пов'язана із саморегуляцією, самоаналізом, самооцінкою.

3. Виокремлено такі функції рефлексії у контексті професійного розвитку: когнітивна (сприяє набуттю професійних знань, формуванню професійного мислення, є одним із центральних механізмів самопізнання); регулятивна (пов'язана зі здатністю до саморегуляції і самоконтролю); формувальна (впливає на вироблення професійно важливих якостей і умінь).

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі вбачаються в уточненні змісту функцій рефлексії у контексті професійного розвитку; визначенні й описі провідних рефлексивних механізмів для професійного розвитку фахівців соціономічної сфери.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Антонова Н. Соціально-психологічна компетентність як основа психологічної готовності діяльності психолога / Н. Антонова, Г. Поповська // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. – К. ; Миколаїв : ТОВ «Фірма «Іліон», 2009. – Т. 7 : Екологічна психологія. – Вип. 18 : Психологія освітнього простору. – С. 35–43.
2. Балаба С. Умови розвитку професійної успішності учителя / С. Балаба // Успішність особистості: потенціал та обмеження : тези доповідей Міжн. наук.-практ. конф. (м. Київ, 18 березня 2010 р.) / за ред. М. Смольсон, Л. Зінченко. – К., 2010. – С. 29–31.
3. Галімов Ю. Педагогічна рефлексія як механізм попередження негативних очікувань викладача щодо результатів навчальної діяльності / Ю. Галімов // Матеріали Всеукраїнської науково-теоретичної конференції «Сучасні тенденції та перспективи розвитку освіти і науки у вищих навчальних закладах України» (12 травня 2006 р.). – Хмельницький : Вид-во Нац. академії НД-ПСУ, 2006. – С. 90–91.
4. Гапоненко Л. Емпіричне дослідження рефлексивного спілкування в розвитку рольової поведінки студента-психолога / Л. Гапоненко // Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців : матер. II Міжн. наук.-практ. конф. (17 листопада 2016 р.) / за ред. Л. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський : Медбори-2006, 2016. – С. 42–45.
5. Горбань Г. Соціально-психологічні умови формування рефлексивного мислення менеджерів під час навчання / Г. Горбань // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. / за ред. С. Максименка. – К. ; Миколаїв : ТОВ «Фірма «Іліон», 2009. – Т. 7 : Екологічна психологія. – Вип. 18 : Психологія освітнього простору. – С. 84–86.

6. Демський В. Психологічні аспекти розвитку професійної рефлексії майбутнього офіцера-прикордонника / В. Демський // *Матеріали Всеукраїнської науково-теоретичної конференції «Сучасні тенденції та перспективи розвитку освіти і науки у вищих навчальних закладах України»* (12 травня 2006 р.). – Хмельницький : Вид-во Нац. академії НДПСУ, 2006. – С. 106.
7. Івашенко А. Поняття «професійна рефлексія» та її значущість у практичній діяльності майбутнього психолога / А. Івашенко // *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка*. – 2015. – № 128. – С. 116–120 [Електронний ресурс] – Режим доступу : [http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb\\_dl=2457](http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb_dl=2457).
8. Клименко І. Взаємозв'язки когнітивно-поведінкових стратегій подолання зі складовими частинами особистісної рефлексивності курсантів, які навчаються в умовах психологічного супроводу / І. Клименко // *Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць*. – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2016. – Т. 10 : Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 29. – С. 72–83.
9. Кулешова О. Проблема розвитку методологічної рефлексії у студентів педагогічних спеціальностей / О. Кулешова // *Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Формування професіоналізму майбутнього фахівця в контексті вимог Болонського процесу»* (м. Одеса, 22–23 травня 2008 р.). – О. : ОНУ ім. І.І. Мечникова, 2008. – С. 32–35.
10. Курлат А. Педагогическая рефлексия как компонент подготовки будущего педагога к реализации преемственности дошкольного и начального школьного образования / А. Курлат // *Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Формування професіоналізму майбутнього фахівця в контексті вимог Болонського процесу»* (м. Одеса, 22–23 травня 2008 р.). – О. : ОНУ ім. І.І. Мечникова, 2008. – С. 157–158.
11. Мазилова Г. Деякі проблеми кризи професійної ідентичності студентів-психологів / Г. Мазилова // *Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. / за ред. С. Максименка*. – К. ; Миколаїв : ТОВ «Фірма «Іліон», 2009. – Т. 7 : Екологічна психологія. – Вип. 18 : Психологія освітнього простору. – С. 311–320.
12. Меднікова Г. Ідентичність як механізм генезису та функціонування самосвідомості особистості / Г. Меднікова // *Проблеми загальної і педагогічної психології : зб. наук. праць / за ред. С. Максименка*. – К., 2007. – Т. 9. – Ч. 1. – С. 258–264.
13. Орап М. Рефлексія мовленнєвої діяльності молодших школярів як детермінанта розвитку соціальної ідентичності / М. Орап // *Проблеми загальної і педагогічної психології : зб. наук. праць / за ред. С. Максименка*. – К., 2007. – Т. 9. – Ч. 1. – С. 308–315.
14. Пододіменко І. Педагогічна рефлексія у контексті неперервного професійного розвитку викладачів іноземних мов / І. Пододіменко // *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Хмельницький, 20–21 квітня 2016 р.) / ред. колегія Є. Потапчук (голов. ред.), Т. Левицька, Л. Подкоритова, В. Гаврилькевич, О. Варгата*. – Хмельницький : ХНУ, 2016. – С. 95–97.
15. Шапошникова Ю. Розвиток рефлексивної сфери студентів-психологів / Ю. Шапошникова // *Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. / за ред. С. Максименка*. – К. ; Миколаїв : ТОВ «Фірма «Іліон», 2009. – Т. 7 : Екологічна психологія. – Вип. 18 : Психологія освітнього простору. – С. 449–452.
16. Шпичко І. Сутність поняття «соціальна компетентність майбутнього фахівця» / І. Шпичко // *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : матер. II Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю (м. Хмельницький, 24–25 квітня 2014 р.) / ред. кол. Є. Потапчук (голов. ред.), О. Кулешова, Л. Подкоритова, В. Гаврилькевич, Л. Параскевич*. – Хмельницький : ХНУ, 2014. – С. 130–132.
17. Яновский А. Развитие рефлексии педагога как педагогическое условие / А. Яновский // *Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Формування професіоналізму майбутнього фахівця в контексті вимог Болонського процесу»* (м. Одеса, 22–23 травня 2008р.). – О. : ОНУ імені І.І. Мечникова, 2008. – С. 175–178.



УДК 159.98:338.24

## ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ ТА КОРЕГУВАННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Потапчук Є.М., д. психол. н., професор,  
завідувач кафедри психології та педагогіки  
Хмельницький національний університет

У статті розглянуто проблему діагностики та корегування психоемоційних станів учасників бойових дій за допомогою біологічно активних точок. Автором статті обґрунтовано поняття «психічні стани», досліджено закономірність у динаміці психічних станів учасників бойових дій, надано характеристику негативних емоційних станів учасників бойових дій, а також проведено діагностичне дослідження психоемоційних станів військовослужбовців за допомогою таких методів, як індивідуальна бесіда, спостереження, опитувальник САН та апаратно-програмний комплекс ROFES E01C.

**Ключові слова:** психоемоційні стани, учасники бойових дій, військовослужбовці, біологічно активні точки, психологічна діагностика та корекція.

В статье рассмотрена проблема диагностики и коррекции психоэмоциональных состояний участников боевых действий с помощью биологически активных точек. Автором статьи обосновано понятие «психические состояния», исследована закономерность в динамике психических состояний участников боевых действий, дана характеристика негативных эмоциональных состояний участников боевых действий, а также проведено диагностическое исследование психоэмоциональных состояний военнослужащих с помощью таких методов, как индивидуальная беседа, наблюдение, вопросник САН и аппаратно-программный комплекс ROFES E01C.

**Ключевые слова:** психоэмоциональные состояния, участники боевых действий, военнослужащие, биологически активные точки, психологическая диагностика и коррекция.

### Potapchuk Ye.M. FEATURES OF DIAGNOSTICS AND CORRECTION OF PSYCHO-EMOTIONAL STATES OF THE COMBATANTS

The article deals with the problem of diagnostics and correction of psycho-emotional states of the combatants with the help of biologically active points. The concept of “mental status” was substantiated by the author of the article. Also it was examined the pattern in the dynamics of mental conditions of the combatants and it was given the characteristic of the negative emotional states of the combatants. The author had conducted a diagnostic study of psycho-emotional states troops with the help of such methods as individual interviews, observation, questionnaires, and hardware-software complex of ROFES E01C.

**Key words:** emotional state, combatants, soldiers, biologically active points, psychological diagnostics and correction.

**Постановка проблеми.** Незважаючи на те, що здоров'я та життя людини є найвищою суспільною цінністю, сучасний світ через свою динамічність та складність створює безліч небезпек для людства і владно втручається в її особистісний простір. Соціальні, економічні, військові, політичні та інші катаклізми спричиняють зростання негативного впливу на особистість, а відтак – появу тривоги, страху, невизначеності, невпевненості, розгубленості та деколи й розчарування. Усе це негативно позначається на здоров'ї людини загалом і на її психічному здоров'ї зокрема. Так виникає нагальна потреба вишукувати ефективні форми та методи його збереження.

Нині однією з актуальних проблем для роботи психологів є проблема діагностики та корегування психоемоційних станів осіб, що здійснюють свою діяльність у складних, екстремальних умовах, насамперед це стосується учасників бойових дій.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Всебічне вивчення науково-психологічної літератури [1; 3; 4; 7; 8; 11] дозволило нам з'ясувати, що окремі аспекти роботи з діагностики та корегування психоемоційних станів осіб розглядали такі науковці, як: Л. Китаєв-Смик (психологія стресу) [1], О. Тімченко (синдром посттравматичних стресових порушень) [2], С. Миронець (негативні психічні стани та реакції працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в умовах надзвичайної ситуації) [3], В. Стасюк (особливості соціально-психологічної реадaptaції учасників бойових дій) [4], Т. Гречко (сутність і психологічні особливості вияву негативних психічних станів) [5], Є. Потапчук (теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців) [6] та ін. Водночас діагностика та корегування психоемоційних станів учасників бойових дій за допомогою біологічно активних точок



(далі – БАТ) ще не була предметом окремого дослідження.

**Постановка завдання.** Так, виникає потреба у пошуку ефективних шляхів збереження психічного здоров'я людини з урахуванням різних підходів, форм та методів. У цьому аспекті представляє особливий інтерес пошук ефективних засобів діагностики та корекції психоемоційних станів людини, зокрема стресових станів, втоми, роздратування та ін. Зважаючи на це, метою статті є розгляд психоемоційних станів учасників бойових дій та виявлення ефективних засобів їх діагностики і корегування за допомогою БАТ.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вивчення та аналіз наукової літератури [11; 12] дає підстави стверджувати, що поняття «психодіагностика» відображає галузь психологічної науки, яка розробляє теорію, принципи, інструменти оцінювання і вимірювання індивідуально-психологічних особливостей особистості, змінні соціального оточення, у якому здійснюється життєдіяльність особистості. Щодо сутності такого поняття, як «психічний стан», то з моменту появи воно зазнало значних змін, пов'язаних як із розширенням сфери його застосування, так і значною мірою з фундаментальним вивченням різноманітних аспектів цієї категорії: причинності, регуляції, детермінації, вияву.

Загалом поняття «психічні стани» являє собою особливу психологічну категорію, яка об'єднує велику групу життєвих явищ, цілісну характеристику психічної діяльності за певний період часу, що засвідчує своєрідність перебігу психічних процесів залежно від відображення явищ дійсності та психічних властивостей особистості. Психічний стан є компонентом функціонального стану особистості, що може зазнавати суттєвих змін у зв'язку із впливом на організм різноманітних стрес-факторів. Серед дослідників прийнято використовувати поняття «негативні емоційні стани особистості». Такі стани характеризуються надзвичайним напруженням фізичних і психічних сил та виснаженням адаптаційних механізмів, спричиняють первинні гормональні зміни в організмі та порушення його гомеостазу [2; 3].

Наше дослідження дозволило з'ясувати, що існує певна закономірність у динаміці психічних станів учасників бойових дій, яка зазвичай відображає три суттєві періоди:

1) підготовка до виконання завдань у зоні бойових дій;

2) безпосереднє виконання завдань у зоні бойових дій;

3) ротація в район постійної дислокації підрозділу (етап психологічного карантину) [6].

Напередодні виїзду в район бойових дій військовослужбовець може переживати стан тривожного очікування. У цьому стані проходить попереднє налаштування людини на те, що її чекає попереду. Очікування може бути різним за своїм психологічним змістом. Воно проявляється у вигляді: піднесення; активності; апатії; відсутності віри; тривоги за своє здоров'я та життя.

Дослідники [1; 2; 3; 4; 5] вказують на те, що стан людини під час тривожного очікування характеризується підвищеною напругою (стресом), головними детермінантами якої можуть бути: небезпека, яка створює загрозу для життя; відповідальність за виконання завдання; невизначеність; дефіцит часу на прийняття рішення і дій; надмірна емоційна збудливість та низька емоційна стійкість окремих осіб; невідповідність рівня розвитку професійних якостей вимогам, що висувуються бойовою обстановкою; психологічна невідповідність до виконання конкретних завдань; відсутність віри у свою зброю та техніку та ін.

Перехід від підготовчого етапу до виконання завдань у зоні бойових дій пов'язаний із подоланням військовослужбовцем стану ригідності, у якому проявляється інертність психіки, що виникає в результаті стереотипності його поведінки, тяги до заучених операцій, форм і способів дій.

На етапі безпосереднього виконання завдань у зоні бойових дій велике значення має підтримання у військовослужбовця стану активності, рішучості, патріотичного піднесення. Значну роль відіграють також такі психічні стани, як: стан зібраності; стан пильності; стан рішучості; стан збудження, піднесення, ентузіазму; стан згуртованості військового підрозділу; стан готовності до самопожертвування.

Тож, як свідчить практика, характерними негативними емоційними станами учасників бойових дій є агресія, втома, роздратування, страх, стрес тощо. Щодо страху, то це поняття відображає афективний психічний стан, який викликається надмірно сильними, небезпечними для життя зовнішніми подразниками. Він може порушити психічну стійкість людини, викликати негативні прояви, послабити їх активність. Страх має свою динаміку і залежно від інтенсивності та глибини переживань може виявлятися у вигляді: стурбованості; хвилювання; тривоги; переляку; боязні; жаху та ін. [6].



Однією з найбільш патологічних форм страху є психологічний шок. Під психологічним шоком потрібно розуміти тимчасову втрату здатності до психічної діяльності у людей, які мають низький рівень психологічної готовності до дій в екстремальних умовах. Шок як своєрідна реакція організму на вплив надзвичайних подразників проявляється у вигляді важких розладів кровообігу, дихання, обміну речовин, зумовлених різким порушенням нервової регуляції життєвих процесів [14]. Страх може викликати паніку – афект, який розвивається раптово за неочікуваної загрози і швидко розповсюджується шляхом психічного впливу на велику кількість людей.

Перебування в умовах бойових дій спричиняє втрату або зниження енергетичного ресурсу організму. Звідси збільшується ризик виникнення в учасників бойових дій різних захворювань та порушення адаптації до навколишнього середовища. Одним із таких порушень є зниження соціально-психологічної адаптації особистості. В основі цього стану є такі механізми психозахисної поведінки: підвищена рухова активність; агресія; апатія; психічна регресія; вживання алкоголю та наркотичних засобів. На нашу думку, ці психозахисні механізми є основними чинниками формування дезадаптивних стратегій поведінки особистості фахівця екстремального виду діяльності у період реадaptaції.

За свідченням В. Стасюка [4], на етапі «психологічного карантину» необхідно проводити низку заходів: здійснити ретельний розбір бойових дій особового складу, під час якого позитивно оцінити внесок кожного у виконання бойових завдань підрозділу; включити військовослужбовців у динамічну, ненудну і нескладну діяльність; організувати спеціальну психологічну підготовку до життя і діяльності в мирних умовах; здійснити реадaptaцію військовослужбовців для виявлення тих, хто отримав бойові психічні травми, і надавати їм психологічну допомогу.

На думку дослідника, одним із найбільш ефективних методів соціально-психологічної реабілітації є раціональна психотерапія. В її основі лежить переконання постраждалого, навчання його правильно мисленню. При цьому важливо правильно роз'яснити військовослужбовцю те, що його розлад є розповсюдженим явищем, переконати в можливості успішного подолання цієї проблеми і повного одужання. Засобами психологічного впливу тут є: переконання, роз'яснення, відволікання, підбадьорення, авторитет, престиж і знання особи, що надає психологічну допомогу.

Необхідно зазначити, що В. Стасюк вважає найбільш ефективною для роботи з учасниками бойових дій методика «Дебрифінг стресу критичних інцидентів» (психологічний дебрифінг), яка являє собою організоване обговорення стресу, пережитого військовослужбовцями під час бойових дій. У процесі роботи вирішуються такі завдання: опрацювання вражень, реакцій і почуттів військовослужбовців, формування сутності травматичних подій, зменшення відчуття унікальності й патології власних реакцій шляхом обговорення почуттів і обміну переживаннями, мобілізації внутрішніх ресурсів, групової підтримки, солідарності і розуміння, зниження індивідуальної і групової напруги, підготовка до переживання тих симптомів і реакцій, що можуть з'явитися у майбутньому [4, с. 176].

Для ефективної допомоги учасникам бойових дій виникає потреба у виявленні й інших ефективних засобів діагностики та корекції їх негативних психічних станів. Серед психофізіологічних методів збору інформації все більше уваги привертають розроблення, які дозволяють за допомогою БАТ отримати інформацію про функціональний стан окремих клітин і тканин організму та психоемоційні стани людини [7].

За свідченням дослідників, за цілеспрямованого використання знань про БАТ можна досягти активізації роботи системи саморегуляції організму, збільшити стійкість до дії вірусних і бактеріальних інфекцій за рахунок зміцнення імунітету, швидко зняти синдром втоми і відновити працездатність, поліпшити загальне самопочуття. Доцільно зазначити, що БАТ – це певні області епідермісу діаметром 2–3 мм, що характеризуються підвищеною концентрацією капілярів і нервових закінчень, дрібних лімфатичних протоків, а також цілою низкою фізичних і фізіологічних властивостей [7].

Для БАТ характерним є підвищене виділення вуглекислого газу, підвищена температура (на 0,2 0C) і знижений опір (близько 100 кОм у нормі). Фізіологічна особливість БАТ полягає в тому, що через відповідні ділянки спинного мозку кожна точка однозначно зв'язана із частиною або функцією визначеного органа. У разі захворювання органа всі перераховані вище параметри БАТ відхиляються від нормальних значень. Сукупність точок, зв'язаних із цим органом, називається меридіаном або каналом. Багатовіковий досвід китайської народної медицини показав, що система БАТ дозволяє одержувати інформацію про патологію і функціонування як окремого органа, так і всього організму загалом і активно впливати на відповідні або зв'язані з ним органи

Таблиця 1  
**Результати діагностики рівнів самопочуття, активності та настрою учасників експерименту за опитувальником САН, (%)**

Оцінки за шкалами		КГп <sub>заг</sub> 48
С (самопочуття)	середній бал (5 і вище)	37,5%
	низький бал (4 і нижче)	62,5%
А (активність)	середній бал (5 і вище)	25%
	низький бал (4 і нижче)	75%
Н (настрій)	середній бал (5 і вище)	12,5%
	низький бал (4 і нижче)	87,5%

через вплив на правильно підібрані БАТ. Таким чином, система акупунктурних меридіанів виявляє собою досконало розвинутий природою діагностичний і терапевтичний апарат. Також БАТ характеризуються досить низьким електричним опором, а величина його залежить від функціонального стану меридіанів, на яких розташовані БАТ. У разі патологічних порушень у роботі певного органа опір відповідної БАТ змінюється [8; 10]. Тож під час захворювання органа всі параметри БАТ відхиляються від нормальних значень, що і здатні фіксувати сучасні діагностичні засоби.

Зважаючи на сказане вище, ми для роботи з учасниками бойових дій підібрали традиційні методи психологічної діагностики (індивідуальна бесіда, спостереження, опитувальник САН) [9] та апаратно-програмний комплекс ROFES E01C, який призначений для тестування загального рівня здоров'я, функціонального стану 17-ти основних органів і систем організму, а також для оцінки психоемоційного стану людини [11]. У процесі тестування психоемоційного стану особистості виявлялися стресові стани (напруга компенсаторних сил організму), ознаки втоми (внутрішня емоційна напруга), ознаки невротів та роздратування.

Для дослідження психоемоційних станів учасників бойових дій було відібрано групу із 48 осіб серед військовослужбовців, які після ротації повернулися в пункт постійної дислокації військової частини. За результатами застосування опитувальника САН було з'ясовано, що 62,5% військовослужбовців мають проблеми із самопочуттям, 75% – з активністю, 87,5% – з настроєм (Табл. 1).

Ці результати знайшли своє підтвердження у застосуванні апаратно-програмного комплексу ROFES E01C. Майже у 100% військовослужбовців було діагностовано наявність стресових станів та ознак втоми, а у 62,5% – ознаки невротів та роздратування.

Результати психологічної діагностики вказують на те, що учасники бойових дій потребують психологічної допомоги і, зокрема, корегування негативних психічних станів. В особистих бесідах учасники бойових дій скаржилися на те, що їх часто переслідують різні спогади про бойові дії. Це може бути результатом посттравматичних стресових розладів.

Необхідно зазначити, що за посттравматичних стресових розладів учасникам бойових дій постійно згадується подія, що їх травмувала. Можуть також повертатися переживання, які вони відчували під час драматичних подій. Про минуле можуть нагадувати і різні побутові обставини. Також це проявляється у формі нічних кошмарів. Тобто людину переслідують спогади. Вона знову і знову переживає згадане зі страхом, з болем, із жалем. Є також інші симптоми: порушення пам'яті, постійне напруження, завищене серцебиття, постійне відчуття тривоги. Іноді можуть траплятися випадки мимовільного повернення до травматичного досвіду через спогади з гострим почуттям страху, паніки чи агресії. Дослідники таке явище називають «флешбеком» як зворотній кадр.

Багато людей із цими симптомами зможуть впоратися та самостійно зцілитися. Психологам та членам сімей військовослужбовців потрібно знати, що учасникам бойових дій насамперед потрібне відчуття безпеки. Вони мають знати, що життя відновлюється, що жайття війни залишаються позаду, поруч є рідні люди, попереду – гарне майбутнє. Цим людям потрібна підтримка в їхньому бажанні чи небажанні згадувати про ті події. Доречно допомагати їм виговоритися про пережите. При цьому не потрібно виявляти жалість, а слід демонструвати увагу, поділяти переживання, давати можливість відволікатися від болючої теми питаннями про побут, друзів, про смішні епізоди. І навпаки, якщо людина про ці події не хоче згадувати, то від них потрібно дистанціюватися, наприклад, не дивитися відповідні відеоматеріали чи фотографії. Водночас необхідно пам'ятати про безпеку таких реакцій, як закам'яніння, замороження, закритість почуттів, небажання їх обговорювати. Доцільно допомогти члену сім'ї – учаснику бойових дій якомога швидше повернутися до повсяк-





денного життя (виконання господарських функцій, вирішення побутових питань, реалізація власних проєктів, організація сімейного відпочинку та ін.), бо бездіяльність та незайнятість людини часто призводять до зловживання алкоголем та інших негативних наслідків.

Важливо пояснити, що наявні симптоми – це нормальна реакція на ненормальні події і що із часом людина зцілиться сама. Цю людину потрібно заспокоїти, бо вона відчуває страх, що завдана психологічна травма – на все життя. Також членам сімей потрібно знати, що коли ці симптоми занадто виражені, то учасникам бойових людині потрібна допомога фахівця.

Висновки із проведеного дослідження. У процесі дослідження нами з'ясовано, що психоемоційний стан є компонентом функціонального стану особистості, яка може зазнавати суттєвих змін у зв'язку із впливом на організм різноманітних стрес-факторів. Найважливішою психологічною умовою відновлення позитивних психічних станів в учасників бойових дій є використання адекватних методів діагностики та корекції цих станів. Саме тому для психокорекції негативних емоційних станів учасників бойових дій нами було вибрано аутогенне тренування (АТ), оволодіння прийомами якого має два головні ефекти: зняття емоційної напруженості (заспокоєння) і прискорення відновлювальних процесів різних рівнів (відновлення).

Крім того, для психологічної корекції негативних психічних станів військовослужбовців ми вперше застосували деякі багатофункціональні швейні вироби, зокрема *лікувально-профілактичну білизну із трикотажного полотна*, виготовлену у вигляді натільної білизни з елементами впливу, зафіксованими на внутрішній поверхні білизни за допомогою накладок із трикотажного полотна. Зазначимо, що елементами впливу були металеві пластинки, на які фахівці записали інформацію лікувальних препаратів. Накладки із пластинками були закріплені в місцях, що є проєкціями біологічно активних зон, пов'язаних з органами та системами, які відповідають за механізми виникнення стресу та стресових станів. При цьому кількість пластинок і конфігурація їх розміщення відповідали розмірам і формі біологічно активних зон.

Комплексне застосування вказаних вище методів корекції негативних психічних станів дозволило суттєво покращити самопочуття, активність та настрої учасників бойових дій. Це було підтверджено повторною діагностикою за допомогою

опитувальника САН та апаратно-програмного комплексу ROFES E01C. Водночас, зважаючи на новизну та складність такого методу, як використання багатофункціональних швейних виробів, їхні корекційні можливості потребують подальших досліджень. Саме це ми вбачаємо перспективою майбутньої роботи.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Китаев-Смык Л. Психология стресса / Л. Китаев-Смык. – М. : Наука, 1984. – 360 с.
2. Тімченко О. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : [монографія] / О. Тімченко. – Х. : Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. – 268 с.
3. Миронець С. Негативні психічні стани та реакції працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в умовах надзвичайної ситуації : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах» / С. Миронець ; Ун-т цив. захисту України. – Х., 2007. – 22 с.
4. Стасюк В. Система соціально-психологічного забезпечення функціонування військових підрозділів в умовах збройних конфліктів : [монографія] / В. Стасюк. – К. : НУОУ, 2005. – 322 с.
5. Гречко Т. Сутність і психологічні особливості вияву негативних психічних станів / Т. Гречко // Збірник наукових праць. Серія «Педагогічні та психологічні науки» / гол. ред. Л. Романишина. – Вип. 51. – Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2009. – С. 130–134.
6. Потапчук Є. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців : [монографія] / Є. Потапчук. – Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2004. – 323 с.
7. Самосюк И. Нетрадиционные методы диагностики и терапии / И. Самосюк, В. Лысенко, Ю. Лиманский и др. – К. : Здоровье, 1994. – 240 с.
8. Рагульская М. Приборное изучение воздействий естественных магнитных полей на БАТ человека: методы, средства, результаты / М. Рагульская, В. Любимов // Журнал радиоэлектроники. – 2000. – № 11. – С. 17 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://jre.cplire.ru/jre/nov00/2/text.html>.
9. Баношенко В. Динамічне психологічне вивчення особового складу / В. Баношенко, Н. Копаниця, Е. Литвиненко, В. Солодовніков. – К. : СПЦ ЗСУ, 2009. – 60 с.
10. Понежа С. Медико-діагностичні застосування коефіцієнта відбиття міліметрового випромінювання від біологічно активних точок / С. Понежа, Г. Понежа, В. Григорук // Фізика живого. – 2009. – Т. 17. – № 1. – С. 89–93.
11. Бурлачук Л. Психодіагностика : [учебник для вузов] / Л. Бурлачук. – СПб. : Питер, 2003. – 351 с.
12. Галян І. Психодіагностика : [навчальний посібник] / І. Галян. – К. : Академвидав, 2009. – 463 с.
13. Руководство по эксплуатации аппаратно-програмного комплекса ROFES E01C [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://devitacenter.com/static/doc/0000/0000/0342/342157.69v47n3nf0.pdf>.
14. Шапар В. Сучасний тлумачний психологічний словник / В. Шапар. – Х. : Прапор, 2005. – 640 с.



УДК 159.942

## КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ФЕНОМЕНА ПОЧУТТЯ В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДИСКУРСУ

Предко Д.Є., к. філос. н.,  
асистент кафедри загальної психології  
*Київський національний університет імені Тараса Шевченка*

У статті проаналізовано такі поняття, як «емоція» та «почуття», увесь спектр значень яких «обертається» навколо поняття «переживання», що вводить почуття в особистісний контекст, індивідуалізує та персоніфікує його. Зазначається, що почуття характеризуються рефлексивністю, пов'язані із сенсожиттєвими установками й цінностями людини.

**Ключові слова:** емоція, почуття, переживання, духовно-екзистенційний акт, рефлексивність.

В статье проанализированы такие понятия, как «эмоция» и «чувства», весь спектр значений которых «вращается» вокруг понятия «переживание», которое вводит чувства в личностный контекст, индивидуализирует и персонализирует его. Отмечается, что чувства характеризуются рефлексивностью, связаны со смысложизненными установками и ценностями человека.

**Ключевые слова:** эмоция, чувство, переживание, духовно-экзистенциальный акт, рефлексивность.

Predko D.Ye. CONCEPTUALIZATION OF THE PHENOMENON “FEELING” IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGICAL DISCOURSE

The analysis of such concepts as “emotion”, “feelings” is given, the whole spectrum of which “revolves” around the concept of “experience”, which introduces feelings into the personal context, individualizes and personalizes it. It is noted that feelings are characterized by reflexivity, associated with meaningful attitudes and values of man.

**Key words:** emotion, feeling, experience, spiritually-existential act, reflexivity.

**Постановка проблеми.** Сьогодні світ стрімко змінюється. Трансформуються базові цінності традиційних культур. Змінюються, розширюються уявлення про усталені психологічні та філософські категорії. Людство стоїть на порозі формування нової картини світу. Досягнення в галузі науки і техніки настільки кардинально змінюють нашу повсякденну реальність, що проблематичним представляється хоча б відстежити всі ці метаморфози у всій повноті та взаємозв'язку. Драматичні події сьогодення також не лише впливають на зміст ідеалів, цінностей, смисложиттєвих установок соціокультурних процесів, а й формують нові імперативи в розумінні людини, її почуттів. Тим більше, що сучасна ситуація у світі характеризується, з одного боку, втратою усталених орієнтирів, цілей і сенсу життя, моральною деградацією, міжнаціональними і міжрелігійними конфліктами, а з іншого – активізацією пошуків тих екзистенціалів, які здатні змінити людину. Безперечно, ці чинники викликають певні зрушення у свідомості людей, їх духовно-моральній переорієнтації та в емоційно-чуттєвій царині. Тим більше, що сьогодні почуття стають складовою частиною ціннісно-сміслової орієнтації людини, важливим елементом її свідомості та дієвим регулятивом її поведінки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема осмислення почуттів – дово-

лі багатоаспектна і багатогранна. У сучасній психологічній науці почуття розглядається як певне поняття, подається його зв'язок із цариною емоцій, переживання (О. Асмолов, К. Ізард, Д. Леонтьєв, В. Рубінштейн, Г. Шагівалеєва та ін.), аналізується їх прояв як почуття гідності, честі, щастя тощо (Ю. Зайцева, Н. Ємузова, Т. Коротовських та ін.). Також почуття досліджуються як «значущі переживання» (Б. Теплов), як особлива форма діяльності, зокрема з подолання складних життєвих подій (Ф. Василюк, О. Леонтьєв та ін.). Велике значення має досвід переживання, який формується у процесі подолання ситуацій дисгармонії в міжособистісних стосунках, коли розкриваються можливості людини, долається драматизм людського життя (В. Духновський). Однак наукових праць, де б комплексно розкривалась сутність почуття у контексті взаємозв'язку з емоціями, переживаннями, немає. Наявні лише фрагментарні дослідження, у яких розгляд почуттів «вплетений» в інше проблемне поле або досліджується лише їх певний аспект. Тому необхідно звернутися до наукових праць дослідників за відповідною тематикою, а також переосмислити ті базові поняття, змістовний аналіз яких певним чином впливає на розкриття сутності почуттів.

**Постановка завдання.** Метою статті є дослідження феномена почуття, його кон-



цептуалізація в контексті зв'язку з такими феноменами, як емоції та переживання.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для кращого розуміння предметного поля дослідження необхідно уточнити основні терміни та поняття, які змістовно між собою близькі. Насамперед маємо на увазі «емоції», «почуття», які зазвичай розкриваються через феномен «переживання». Спочатку звернемося до з'ясування змістовно-наповнення таких понять, як «емоції» та «почуття», оскільки вони близькі за змістом і більшість дослідників їх не розмежовує. Наприклад, С. Рубінштейн чітко не розділяє емоції та почуття, звертаючи увагу на відмінності лише в контексті їх формування, становлення. При цьому він зазначає, що людині властиво певним чином відноситися до навколишнього довкілля, переживати те, що з нею відбувається. «Переживання цього ставлення людини до навколишнього становить сферу почуттів чи емоцій» [13, с. 551]. У такому разі між цими поняттями відстежується синонімічний збіг. Суголосним такому визначенню є підхід у Великому Оксфордському словнику, де емоція – це, по-перше, «яскраво виражене почуття, яке залежить від подій, настроїв або стосунків з іншими людьми»; по-друге, «інстинктивне або інтуїтивне почуття, яке відмінне від міркувань і знань» [2].

Звернемося до авторитетних джерел задля з'ясування етимології досліджуваного поняття. В етимологічному словнику української мови зазначається, що «емоція, емоційний, емоціональний – р. емоция, бр. эмоция, п. емоеја, ч. етосе, слц. етфсія, вл. емоеја, болг. емоция, м. емоција, схв. емоција, слн. емосија; – запозичення із французької мови; фр. йmotion «хвилювання, збудження», пов'язане з дієсловом йmouvoir (ст. еsmouvoir) «рухатися; хвилювати, бентежити», що походить від нар.-лат. ехтовлге, лат. лтовлге «виходити (із чогось); хвилювати, збуджувати», складеного із префікса е- (ex-) «з-, від-» і дієслова товиге «рухати, хвилювати» [8, с. 166]. Цієї самої думки дотримується Н. Дмитрієва, яка, досліджуючи смислове походження поняття «емоція» в чотирьох мовах – російській, англійській, французькій та італійській, – зазначає: «Проведений аналіз словникових статей російсько-, англо-, франко- й італійськомовної енциклопедичної літератури дозволяє говорити про те, що досліджувана лексична одиниця походить із латинської мови, яка є основою для сучасних словоформ «емоція», «emotion», «emotio», «emozione» в російській, британській, французькій та італійській мовах. У загальноживаному

значенні слово «емоція» розуміється як духовне почуття, переживання» [6]. Більш детально конкретизуються смислові збіги між емоціями та почуттями у фундаментальній праці К. Ізарда «Психологія емоцій»: «Емоція – це дещо, що переживається як почуття (feeling), яке мотивує, організує та направляє сприйняття, мислення і дію» [10, с. 27]. Власне, у цьому визначенні емоція є суто людським феноменом, який виконує не лише мотивувальну, але й інтегровальну функцію. Опираючись на вищезазначене, можна підсумувати, що поняття «емоція» представлене різними термінами, які висвітлюють безліч граней його сприйняття, а по суті розкривають один процес, зокрема процес реагування, відгук на щось.

Відстежимо також історикогенез етимології поняття «почуття». Слово «почуття» запозичене зі старослов'янської мови, де воно мало написання *чувство* і було утворене за допомогою суфікса *-ъств-* (суч. *-ств-*). Слово «чути» зустрічається в багатьох слов'янських мовах (наприклад, давньоруській, українській, білоруській, польській, болгарській) у значенні «слухати, чути, розуміти, відчувати». Слово «чувство» вживається вже в «Ізборнику +1073 року», де зазначається: «Якби ми не мали почуття, то не відчували б болю» («Аште ли не быхомъ имѣли чувства, то ни болѣли быхомъ») [9]. У Словнику української мови почуття розглядаються як психічні й фізичні відчуття людини; здатність відчувати, сприймати навколишнє середовище; стан людини, який викликається почуттєвим досвідом; емоції, що супроводжують оцінку певних суспільних подій, явищ; любов, кохання; захоплення ким-небудь [14, с. 477]. Таким чином, у цьому словнику почуття розглядаються як синонімічні емоціям, однак останні мають аксіологічний відтінок, вони вплетені в соціум.

Наразі потрібно звернутися до визначення поняття «почуття» в сучасній психології. Найбільш чітко розмежування емоцій і почуттів подано О. Леонтєвим [11]. Він зазначає, що емоція має ситуативний характер, тобто в ній висловлюється оцінне відношення до наявної або можливої у майбутньому ситуації. Почуття ж має чітко виражений «предметний» (об'єктний) характер. Почуття – це стійке емоційне відношення. Суттєва і думка О. Леонтєва, що емоції і почуття можуть не збігатися і навіть суперечити один одному (наприклад, глибоко закохана людина може в певній ситуації викликати емоцію невдоволення, навіть гніву).

Поняття «емоції» та «почуття» за своїми значеннями можливо включити в єди-

ну «концептуалізовану царину», яка охоплює різнокорінні слова й у просторі якої здійснюється процес їх синонімізації. Причому весь спектр значень понять «емоції» та «почуття» обертається навколо поняття «переживання». Щоб наблизитися до розуміння процесу переживання, звернемося насамперед до аналізу наявних у літературі його дефініцій, тобто розглянемо це поняття крізь призму окреслених інтерпретаційних полів до прояснення особливостей, традицій його слововживання, смислових тонкощів, а також окреслення його різних смислових конотацій. На перший погляд, слово «переживання» несе в собі певний смисл і не потребує особливо прискіпливого вивчення, має суголосні інтерпретації у просторі різних культур, релігій. Зазвичай, у повсякденній мові термін «переживання» вживається як певний особистісний стан людини, її реакція на певний об'єкт, подію тощо. Такий підхід, представлений у більшості словників, дещо спрощує цей феномен, презентує і формує поверхневе уявлення про нього. Однак переважно фіксується живильна значеннєвість указанного поняття.

Г. Гадамер, досліджуючи походження слова «переживання» (Erlebnis), зазначає, що у XVIII ст. такого слова в німецькомовних текстах немає. Філософ підкреслював: «Апеляція Шляйєрмахера до живого почуття й проти холодного раціоналізму Просвітництва, заклик Шіллера до естетичної свободи і проти громадської думки, Гегелеве протиставлення життя (а згодом і духу) та «позитивності» – все це було найпершим протестом проти сучасного індустріального суспільства; на початку нашого сторіччя цей протест підносить слово «переживання» до рівня гасла майже релігійного звучання» [5, с. 67]. Відтак поняття «переживання» виникає на хвилі романтизму, яка прокотилася у філософії та літературі з її культом почуттів, відкиненням нормативності та піднесенням творчої активності митця. Філософ акцентує увагу на тому, що поняття «переживати» вирізняється такими двома смисловими нюансами: з одного боку, як дієслово «переживати» (erleben) воно означає «залишитися живим, коли щось трапилось, пережити щось» (у цьому контексті пережити є завжди самопережитим, а з іншого – як «пережити», яке означало збереження змісту того, що було колишнім пережитим. Власне, ретельне вивчення історії слова та аналіз міркувань різних вчених дало можливість Г. Гадамерові визначити наближеність структури переживання взагалі зі способом буття естетичного та сформулювати поняття «естетичне пере-

живання», яке завжди містить у собі досвід безкінечного цілого. Відтак у цьому ракурсі розгляду воно «демонструє» смисловий збіг із релігійним переживанням.

Отже, смислова реконструкція поняття «переживання» дала можливість з'ясувати його різні змістовні наповнення, уможливила виведення на поверхню аналізу приховані смислові пласти його змісту: з одного боку, воно використовується у плані життєвого значення, а з іншого – має і психологічне, ідеальне значення. Відтак внаслідок вияву різних «перехресних» смислів поняття «переживання» не втратило своєї самобутності, автономності, історіогенезу. У радянській психології Л. Виготський був одним із перших, хто звернувся до проблеми переживання. Упродовж тривалого часу він намагався віднайти «першооснову», клітинку психіки. Серед наукового загалу пропонувалися різні погляди, зокрема такий конструкт, як значення. Позиція Л. Виготського із цього приводу полягала в такому: «Я маю намір, якщо це підтвердиться у подальших дослідженнях і спостереженнях, запропонувати одиницю для вивчення єдності особистості і середовища. Цю одиницю ми знаходимо в тому, що у психопатології та психології отримало назву переживання. <...> Переживання вводиться як одиниця свідомості, де її всі основні властивості дані як такі, тоді як в увазі, у мисленні не дано зв'язку свідомості» [4, с. 216]. Л. Виготський апробував цю гіпотезу у своєму аналізі онтогенезу, намагаючись провести кореляцію між зміною особистості та її переживаннями. Методологічним орієнтиром для нашого дослідження є таке положення вченого: «У переживанні дане, з одного боку, середовище в його ставленні до мене, а з іншого – особливість моєї особистості» [4, с. 383]. Отже, переживання, по-перше, має смислове значення, по-друге, вирізняється динамічним характером, спрямовуючи певним чином поведінку людини, по-третє, у ньому представлена особистість у соціальній ситуації розвитку.

Дещо в іншому ракурсі осмислення переживання репрезентується у працях О. Леонтьєва. Запропоноване Л. Виготським вивчення переживання як форми існування відношення суб'єкта та середовища О. Леонтьєв вважає недостатнім для остаточного «зняття» зазначеної дихотомії, оскільки переживання укорінене в діяльній площині суб'єкта: «Те, як я переживаю цей предмет у дійсності, визначено змістом мого ставлення до цього предмета або, точніше кажучи, змістом моєї діяльності, що здійснює це відношення <...>» [11]. Відтак, за О. Леонтьєвим, модель «пережи-





вання – діяльність» уможливорює схоплення сутнісного ядра переживального процесу. Отже, переживання – це та призма, через яку переломлюється для людини ситуація; у переживанні, як у дзеркалі, відображається його значеннєвість, висвічується його динамічність.

Ідеї О. Леонтьєва щодо переживання знайшли своє відображення в роботі Ф. Василюка, який розглядав їх як особливу форму діяльності, спрямовану на встановлення душевної рівноваги, на «продукування сенсу». Учений зазначає: «Переживання розуміється нами як особлива діяльність, особлива робота з перебудови психологічного світу, спрямована на встановлення змістовної відповідності між свідомістю і буттям, спільною метою якої є підвищення осмисленості життя» [3, с. 30]. Отже, переживання – особлива діяльність, у результаті якої відбувається як зміна самої людини, так і зміна світу. Безперечно, цей процес посилюється у критичних життєвих ситуаціях. У такому разі переживання розуміється як процес усвідомлення і прочування особистісного значення і сенсу факту, події, ситуації, у якому відбувається безупинна взаємодія когнітивних і афективних компонентів за збереження результативної ролі останніх.

У змісті переживання, таким чином, відображаються важливі для особистості події. О. Асмолов зазначав, що у психології уявлення про переживання використовуються у трьох значеннях: по-перше, будь-яке емоційно забарвлене явище дійсності безпосередньо представлене у свідомості суб'єкта і виступає для нього як подія його власного індивідуального життя; по-друге, прагнення, бажання і хотіння, які безпосередньо представляють в індивідуальній свідомості процес здійснюваного суб'єктом вибору мотивів і цілей його діяльності і тим самим сприяють усвідомленню відношення особистості до подій, які відбуваються у її житті; по-третє, діяльність, що виникає в ситуації неможливості досягнення суб'єктом провідних мотивів його життя, краху ідеалів і цінностей і що виявляється у процесі перетворення психологічного світу людини, направленому на переосмислення її існування [1, с. 358]. Відтак пропонується вирізняти своє переживання (свою емоцію) і те, що при цьому переживається (дії-операції вашого розуму і дії-поведінки вашого організму, які і презентують увесь спектр відчуттів – переживань).

Інший важливий момент – це включення переживання в контекст ідеї про єдність афекту та інтелекту, причому акцент ставиться на зв'язаності переживання з кон-

фліктними ситуаціями, через які проходить історія індивіда. О. Соколова звертає увагу на особливості феномена переживання в конфліктних ситуаціях, у яких доволі яскраво проявляється драма особистості. У її працях зазначається, що нестабільність образу Я – це системне порушення єдності та цілісності на трьох рівнях самосвідомості: чуттєво-тілесному, значення і сенсу. При цьому стабільність і розщеплення структури Я не є клінічно вузько специфічними і виявляються за широкого кола психічних розладів і порушень поведінки, проявляючись як «ядерний симптом». Наприклад, «<...> для нарцисної особистості Я, не підтверджене значущими Іншими, стає «поганим», а пережиті розчарування сприймаються як найжорстокіша «нарцисна рана», як повна життєва катастрофа» [15]. Зауважимо, що проблематика емоцій привертає увагу і стає надзвичайно актуальною після публікації у 2009 р. книги Д. Мойсі «Геополітика емоцій», де зазначається, що новим джерелом конфліктів у сучасній геополітиці стає «зіткнення емоцій». Власне, у конфліктах з'являється новий аспект – емоційний вимір, завдяки якому можна ідентифікувати різні епохи історії.

Отже, у своїх міркуваннях ми прийшли до такого. Термін «переживання» являє собою поняття широкого спектра дії і містить у собі «пучок» смислів, пов'язаних із змістовним наповненням понять «емоція» та «почуття». На нашу думку, у такому разі маємо справу із проблемою тісного семантичного зв'язку («зчеплення смислів») між поняттями, що приводить до синонімізації різнокорінних слів. Однак ми не погоджуємося з думкою тих авторів, які вважають обидва ці поняття синонімами. Відтак зазначаємо, що емоції зумовлюються певними обставинами, мають ситуаційний характер, бувають переважно короткотривалі, вирізняючись однорідністю. Вони завжди виникають як реакція на щось, не потребують підготовки та навчання. Емоції – це певна відповідь організму на його біологічні потреби. Розподіляючи все те, що нас оточує, за критеріями біологічних потреб організму, вони відіграють адаптивну роль. Від емоцій почуття відрізняються тим, що вони значно триваліші. Вони безпосередньо не залежать від ситуації, неоднорідні за змістом, оскільки водночас можуть виникати, співіснувати й взаємодіяти різні почуття. Почуття мають суспільний характер, оскільки людина їх набуває у процесі соціалізації. У такому разі можна говорити про почуття як концепт, як певний згусток культури, завдяки якому людина входить у культуру. Отже, концепт можна визна-



чити як ідею, згусток смислів, потенцію, з яких твориться буття всього: людини, світу, культури – людини у світі культури.

Певні евристичні можливості в осмисленні переживання відкрили праці Б. Теплова, у яких зазначена проблема розглядається в контексті духовної культури, зокрема музики. У цьому зрізі переживання охоплюються не як відчуття чи сприйняття, а як почуття: «почуття ритму», «почуття гармонії» тощо. Власне, намічається певна смислова зміна в понятті «переживання». Згідно з визначенням Б. Теплова, «основна ознака музикальності – переживання музики як вираження деякого змісту» [16, с. 51]. Отже, почуттєва складова частина переживань набуває смислового забарвлення.

Чому ж у такому разі потрібно відокремлювати емоційне переживання музики від поняття «емоція» (подібно до того, як відчуття і сприйняття фізичних звуків є якісно іншим, ніж сприйняття звуків музичних творів). Відповідь на це питання криється у двох словах: «розуміння» і «зміст», які конструюють діалогічну культурно-історичну заданість сенсу музичного «тексту». Отже, не сама собою емоція, а особливе утворення у вигляді емоційно випробуваного розуміння смислів і цінностей культури утворює ядро переживання. У фундаментальній праці В. Духновського «Переживання дисгармонії міжособистісних відносин» зазначається, що в переживанні відображаються настрої, психічний стан особистості, схоплюється їх психологічна стійкість та динамізм, відстежується їх сполученість із смисловою сферою особистості, підкреслюється, що саме завдяки досвіду переживання, який формується у процесі подолання ситуацій дисгармонії в міжособистісних відносинах, розкриваються можливості людини, долається драматизм людського життя. Погоджуємося з думкою автора: «Переживання – це духовно-екзистенційний акт, пов'язаний із виходом людини за межі самого себе, – так відбувається «друге народження» людини» [7, с. 35].

Методологічно важливими для нашого дослідження є ідеї про переживання у працях М. Мамардашвілі. Саме в переживанні схвачуються межі можливого та неможливого. Такі переживання філософ називає «зав'язувальними актами» [12, с. 291]. «<...> Це безсумнівне переживання ми відчуваємо завжди як граничне, за допомогою якого опиняємося перед неможливістю можливого чи перед можливою неможливістю» [12, с. 287–288]. Автор пише, що «є певні стани, визначені точки нашого життя, перебуваючи в яких ми здійснюємо якісь духовно-ек-

зистенціальні акти» [12, с. 336]. Виходячи із цього, вважаємо, що такими точками є різні життєві ситуації. У цьому контексті переживання виступає як духовно-екзистенціальний акт. В. Духновський цілком слушно ставить питання: «Якщо емоції співпадають із переживаннями, почуттями, тоді як це положення вписуватиметься у філософію життя (Е. Гуссерль, Ф. Brentano, А. Бергсон, В. Дильтей, й та ін.), де основним концептом є переживання?».

Певною демонстрацією необхідності розведення понять «емоції» та «почуття» є ідеї представників «філософії життя», яка з'явилася на хвилі романтизму і в якій стержневим завданням є зрозуміти життя безпосередньо з нього самого. Певної концептуалізації «філософія життя» набуває у працях французького мислителя А. Бергсона. Життя в концепції А. Бергсона – це порив, прагнення до розширення ступеня свободи і до творчості. За А. Бергсоном, основою людського Я є потік індивідуальних переживань, який продукується творчим поривом (поняття, аналогічне ідеї Бога).

Переживання у філософії життя безпосередньо вплетене в людське життя. Весь соціокультурний простір задає систему відтінків переживань: норму, глибину, інтенсивність тощо. Однак у переживанні відображається вся повнота феномена психічного, включаючи цінності, смисли і вірування людини. Отже, у контексті філософії життя переживання розуміється таким чином: воно виникає там, де є «недовизначеність життя». Переживання виникає там, де є свого роду проблемність, де, власне, та чи інша життєва подія, явище попадають під тиск проблеми. При цьому воно виконує інтегративну роль. Переживання визначається контекстом життя людини, який у її свідомості виступає як зв'язок цілей і мотивів, що визначають сенс пережитого.

**Висновки із проведеного дослідження.** Таким чином, почуття є духовно-екзистенціальним процесом, оскільки воно: по-перше, зазвичай є переживанням певної людини, її «проживанням» життєвої події, чогось; по-друге, його специфічний особистісний аспект означає не випадання з об'єктивного плану, а включення в певний об'єктивний план (певний життєвий контекст), співвіднесений з особистістю як реальним суб'єктом. При цьому переживаючи що-небудь (стан, подія тощо), людина його «проживає» цілою гамою почуттів, які характеризуються зверненістю на внутрішній світ, тобто рефлексивністю. Саме рефлексія оформляє складники почуттів у цілісний механізм і забезпечує його функціонування



в контексті співвіднесення світу життєдіяльності людини з її ціннісно-смысловими утвореннями, у результаті чого виявляється те, що являє суб'єктивно значиме саме для цієї людини, власне, воно її персоналізує. Особливо яскраво це може проявлятися в напружених ситуаціях, життєвих кризах. Відповідно, почуття допомагають людині визначати простір свого внутрішнього світу, «приводять» у відповідність внутрішній і зовнішній світи. Рефлексивні механізми почуттєвої царини зумовлюють успішність життєдіяльності людини. Іншими словами, від того, наскільки буде перероблений внутрішній досвід, як оформлена і зрозуміла значимість чого-небудь, пережитого подія, залежатиме подальша реалізація, здійснення життєвих планів, адаптація та оформлення відносин людини із зовнішнім світом, з іншими людьми. З огляду на вищезазначене, почуття – це, по-перше, переживання як «проживання» його людиною, що пов'язане з її відношенням до певного об'єкта; по-друге, вираження, у якому здійснюються різні форми експлікації внутрішнього стану (любов, страх, почуття гідності тощо); по-третє, осмислення, у якому розгортається внутрішня робота самосвідомості з усвідомлення душевного стану і всієї ситуації як духовно-екзистенціальної. У цьому контексті широкі перспективні можливості відкриваються як у теоретико-методологічній, так і в практичній площині дослідження почуттів, зокрема їх впливу на процес самоствердження людини в найрізноманітніших сферах діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Асмолов А. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Асмолов. – 3-е изд. исправ. и допол. – М. : Смысл ; ИЦ «Академия», 2007. – 528 с.
2. Большой Оксфордский словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.oxforddictionaries.com/definition/english/emotion?q=emotion>.
3. Василюк Ф. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Василюк. – М. : Изд-во Московского ун-та, 1984. – 200 с.
4. Выготский Л. Собрание сочинений : в 6 т. / Л. Выготский ; глав. ред. А. Запорожец. – М. : Педагогика, 1984. – Т. 4 : Детская психология. – 1984. – 431 с.
5. Гадамер Г. Истина і метод / Г. Гадамер. – пер. з нім. – К. : Юніверс, 2000. – Т.1. – 2000. – 464 с.
6. Дмитриева Н. Об этимологии и современном толковании слова «эмоция» в русском, английском, французском и итальянском языках / Н. Дмитриева [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://refereed.ru/ref\\_d47a80c869e2b9b3152588833943039f.html](http://refereed.ru/ref_d47a80c869e2b9b3152588833943039f.html).
7. Духновский С. Переживание дисгармонии межличностных отношений : [монография] / С. Духновский. – Курган : Изд-во Курганского гос. ун-та, 2005. – 175 с.
8. Етимологічний словник української мови : в 7 т. / редкол. О. Мельничук (гол. ред.) та ін. – К. : Наукова думка, 1985. – Т. 2 : Д – Копці / укл. Н. Родзевич та ін. – 1985. – 572 с.
9. Из Изборника 1073 года (оригинал и перевод) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.social-anthropology.ru/node/>.
10. Изард К. Психология эмоций / К. Изард ; пер. с англ. А. Татлыбаева. – СПб. : Питер, 2000. – 464 с.
11. Леонтьев А. Учение о среде в педологических работах Л.С. Выготского (критическое исследование) / А. Леонтьев [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.voppsy.ru/issues/1998/981/981108.htm>.
12. Мамардашвили М. Философские чтения / М. Мамардашвили. – СПб. : Азбука-классика, 2002. – 832 с.
13. Рубинштейн С. Основы общей психологии / С. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2001. – 720 с.
14. Словник української мови : в 11 т. / І. Білодід, А. Бурячок, Г. Гнатюк, П. Горещкий та ін. – К. : Наукова думка, 1975. – Т. 6 : П – Поїти. – 1975. – 832 с.
15. Соколова Е. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен / Е. Соколова [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.harmoniya-narod.ru/sokolova-narciss.htm>.
16. Теплов Б. Проблемы индивидуальных различий / Б. Теплов. – М. : Изд-во АПН РСФСР, 1961. – 536 с.

УДК 159.9.07

## ОСОБЛИВОСТІ СТИЛІВ МИСЛЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ІЗ РІЗНОЮ ПРОФЕСІЙНОЮ СПРЯМОВАНІСТЮ

Сазонова О.В., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри психології

*Львівський національний університет імені Івана Франка*

Бабій Д.Б., студентка  
кафедри психології

*Львівський національний університет імені Івана Франка*

Статтю присвячено емпіричному дослідженню особливостей стилів мислення старшокласників. Особливу увагу звернено на зв'язок професійної орієнтації зі стилями мислення особистості, спрямованістю діяльності та мотивами вибору професії.

**Ключові слова:** *стиль мислення, професійна спрямованість, спрямованість діяльності особистості, мотив вибору професії, старшокласники.*

Статья посвящена эмпирическому исследованию особенностей стилей мышления старшеклассников. Особое внимание обращено на связь профессиональной ориентации со стилями мышления личности, направленностью деятельности и мотивами выбора профессии.

**Ключевые слова:** *стиль мышления, профессиональная направленность, направленность деятельности личности, мотив выбора профессии, старшеклассники.*

Sazonova O.V., Babiy D.B. FEATURES OF THE THINKING STYLES OF SENIOR PUPILS WITH DIFFERENT PROFESSIONAL ORIENTATION

The article is devoted to an empirical study of the peculiarities of the thinking styles of high school students. Particular attention is drawn to the relationship of professional orientation with the styles of thinking of the individual, the direction of activity and the motives for choosing a profession.

**Key words:** *style of thinking, professional orientation, direction of the personality, motive for choosing a profession, high school students.*

**Постановка проблеми.** Професійне становлення фахівця розпочинається на етапі професійної орієнтації. Саме в цей період старшокласники обирають професійний шлях згідно із власними здібностями, інтересами, життєвими цілями та вподобаннями.

Однією з найважливіших умов професійного становлення особистості є сформованість її активного та зацікавленого ставлення до всього нового, що з'являється у сучасній науці та суспільстві. Знання, які засвоює людина у процесі професійного розвитку, лише тоді реально регулюють її практичні дії, коли вони стають невід'ємною частиною її власного мислення, переконанням, що емоційно пережите та практично апробоване. Отже, без розкриття механізмів реального функціонування розумових процесів особистості на етапі професійної орієнтації та самоідентифікації неможливо раціонально вирішити питання успішності подальшого опанування обраної професії.

Як показав огляд психологічних джерел, на сьогодні проблема ролі особливостей мислення на різних етапах становлення фахівця ще недостатньо висвітлена у науковій літературі.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вибір професійної сфери та професійне самовизначення – це одне з головних і найважливіших рішень у житті, основа самоствердження людини в суспільстві. На важливість дослідження професійних орієнтацій вказують роботи багатьох психологів та педагогів: М.Д. Левітова, І.Н. Шпільрейна, С.Г. Геллерштейна, К.М. Гуревича, Є.О. Климова, К.К. Платонова, Є.О. Мільєряна, Б.О. Федоришина, С.Я. Карпіловської, В.В. Синявського, О.М. Ткаченка, О.О. Яцишин та багатьох інших [2,3].

Питання про психологічні аспекти професійної діяльності описані в роботах Є.О. Климова, К.К. Платонова, В.Д. Шадрікова та ін.

Дослідженнями авторів у цьому напрямі вже встановлено, що будь-яка професійна діяльність має дві сторони: об'єктивну і суб'єктивну. Об'єктивна сторона професійної діяльності – це склад трудової діяльності, який не залежить від конкретної людини і складається із професійних завдань, дій, умов та операцій, виконання яких приводить до професійного результату. Але кожна професійна діяльність має і суб'єктивний компонент, оскільки вона виконується кон-



кредною людиною. Тому першочерговою умовою отримання професійного результату є відповідні психологічні характеристики виконавця. Відтак для ефективного виконання професійної діяльності важливими є такі якості, як спрямованість особистості, мотиви й установки людини, професійні прагнення, професійна свідомість, професійний тип мислення тощо.

Існують різні варіанти визначення поняття «вибір професії». Однак усі вони стверджують, що професійне самовизначення являє собою вибір, який здійснюється у результаті аналізу внутрішніх ресурсів суб'єкта й співвіднесення їх із вимогами професії. Теоретичний аналіз літератури дозволяє зробити припущення, що немає єдиного погляду на те, як формується вибір професії і які психологічні фактори впливають на цей процес.

Постановка завдання. Мета дослідження – визначити особливості стилів мислення старшокласників із різною професійною спрямованістю.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося у 10-х і 11-х класах загальноосвітньої школи, серед яких 33 хлопці і 27 дівчат. Серед досліджуваних 10-го класу було 25 хлопців і 14 дівчат; серед досліджуваних 11-го класу було 8 хлопців і 13 дівчат.

Вік респондентів становив від 15 до 18 років, тобто всі досліджувані перебувають у *юнацькому віці* – періоді завершення фізичного і психічного дозрівання, соціальної готовності до суспільно корисної продуктивної праці і громадянської відповідальності.

Для дослідження особливостей стилів мислення старшокласників із різною професійною спрямованістю були використано такі методики:

1. Методика «Стиль мислення» (О.А. Алексеев та Л.О. Громова).

2. Тест для визначення професійних типів особистості (Дж. Голланд).

3. Методика діагностики спрямованості особистості (Б. Басс).

4. Методика «Мотиви вибору професії».

*Отримані результати та їх аналіз.* Найбільш вираженим серед усіх респондентів виявився аналітичний стиль мислення (26%), потім – реалістичний (22%) і прагматичний (21%) стилі. Найменш вираженими є ідеалістичний (14%) і синтетичний (17%) стилі мислення.

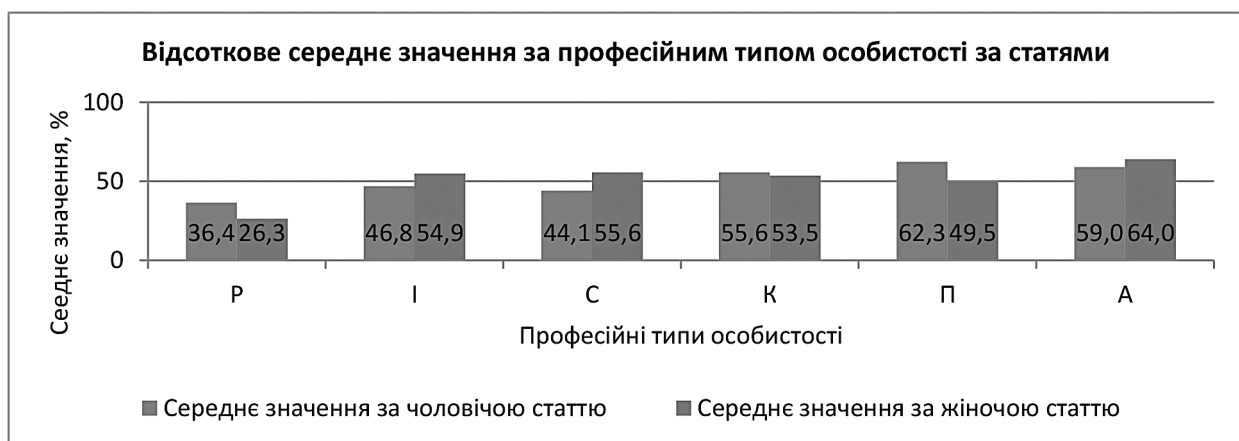
Показники чоловічої частини респондентів практично не відрізняються від загальних, найбільші відмінності полягали в тому, що синтетичний стиль мислення виражений більше на 6%, а ідеалістичний стиль – менше на 4%.

Щодо жіночої частини респондентів, то відмінність між загальними показниками і показниками чоловічої статі в тому, що синтетичний стиль виражений найменше, а ідеалістичний – навпаки, виражений більше.

Для дослідження професійних типів особистості була використана методика Дж. Голланда. У середньому найпріоритетнішим професійним типом особистості виявився артистичний (61,2%), потім підприємливий (56,5%), далі конвенційний тип (54,7%), інтелектуальний (50,5%), соціальний (49,2%) і найменш пріоритетний – реалістичний професійний тип особистості (31,8%).

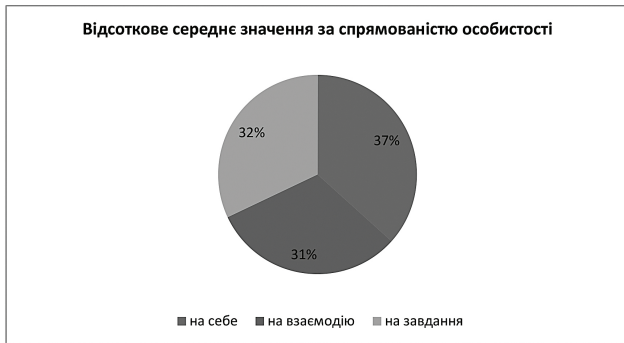
У хлопців більше виражені реалістичний та підприємливий професійні типи особистості; у дівчат – інтелектуальний, соціальний та артистичний типи. Майже однакові середні показники за конвенційним професійним типом, тобто він притаманний і хлопцям, і дівчатам на однаковому рівні. (Рис. 1).

Провівши дослідження за методикою діагностики спрямованості особистості Б. Басса, можна виділити три групи з різ-



**Рис. 1. Відсоткове середнє значення за професійним типом особистості за статтями**





**Рис. 2. Відсоткове середнє значення за спрямованістю особистості**

ною спрямованістю: на себе, на взаємодію і на завдання. На Рис. 2 зображено їх відсоткове співвідношення в досліджуваній групі.

Як видно з діаграми, найбільше респонденти спрямовані в діяльності на себе (37%) і найменше – на взаємодію (31%).

Для респондентів чоловічої статі характерні незначні відмінності від загальних результатів, зокрема спрямованість на завдання виражена більше, на взаємодію – менше. У респондентів жіночої статі відмінності від загальних результатів і результатів за чоловічою статтю полягають лише у більшій вираженості спрямованості на взаємодію і дещо меншій вираженості – на завдання.

Тобто можна побачити, що загалом спрямованість особистості розподілена досить рівномірно, проте найбільш вираженою є спрямованість на себе як серед усіх респондентів, так і за статями. Відмінності між результатами хлопців і дівчат лише в тому, що у хлопців більш виражена орієнтація на завдання, а у дівчат – на взаємодію, проте ці відмінності незначні.

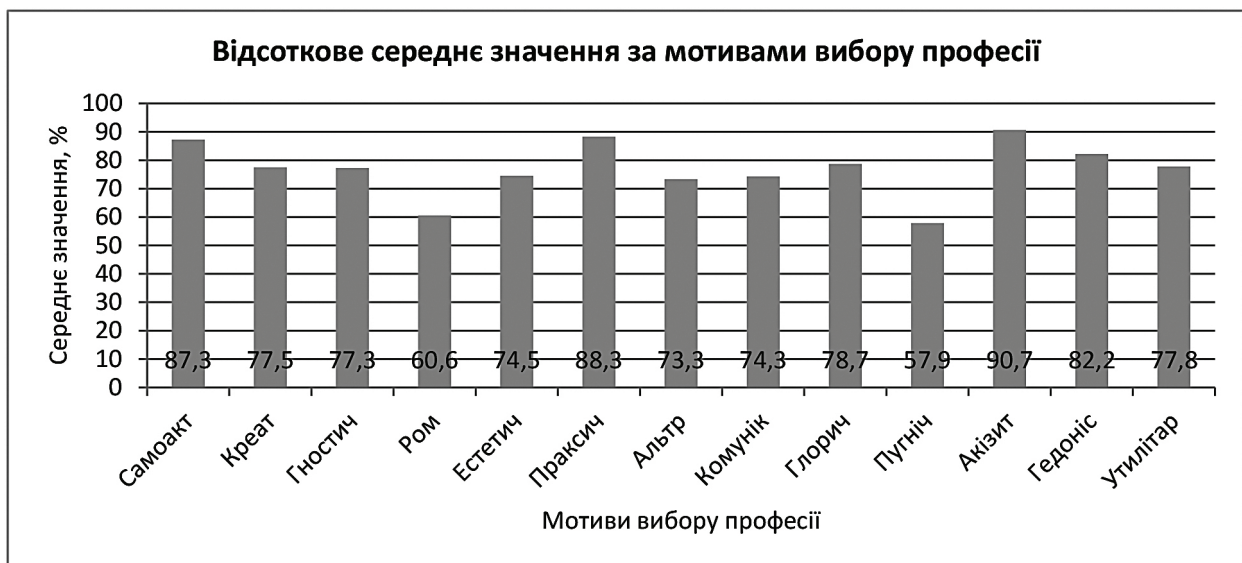
Для дослідження мотивації вибору професії була використана методика «Мотиви вибору професії». У середньому найпріоритетнішими мотивами вибору професії є акізитивні мотиви (90,7%), далі – праксичні (88,3%), потім – самоактуалістичні (87,3%). Найменш пріоритетними є такі мотиви вибору професії, як пугнічні (57,9%) і романтичні (60,6%) (Рис. 3).

Відмінності результатів чоловічої і жіночої статі полягають у тому, що у хлопців переважають романтичні, праксичні, глоричні, пугнічні та утилітарні мотиви; а у дівчат – самоактуалістичні, креативні, гностичні, естетичні, комунікативні, акізитивні, гедоністичні. Альтруїстичні мотиви вибору професії були майже однакові за показниками.

Отже, під час аналізу описової статистики було виявлено, що найбільш притаманним стилем мислення для респондентів є аналітичний стиль мислення, а найменш – ідеалістичний. Щодо професійних типів особистості, то найпріоритетнішим виявився артистичний тип, а найменш пріоритетним – реалістичний тип професійної орієнтації. Більшість досліджуваних старшокласників має спрямованість особистості на себе. Важливими компонентами професійної орієнтації є також мотиви вибору професії, і переважають такі мотиви, як акізитивні, праксичні, самоактуалістичні, а найменш вираженими є глоричні та романтичні мотиви.

Згідно з результатами кластерного аналізу можемо виділити 3 основні групи досліджуваних:

– учні, у яких переважає соціальний і артистичний професійні типи особистості, але найменш виражений реалістичний тип (умовно цю групу можна назвати «Артисти»);



**Рис. 3. Відсоткове середнє значення за мотивами вибору професії**



– учні, у яких переважає реалістичний та підприємливий професійні типи особистості, але найменш виражені інтелектуальний, соціальний та артистичний типи («Підприємці»);

– учні, у яких переважає інтелектуальний професійний тип особистості, але найменш виражений підприємливий тип («Інтелектуали»).

«Артистами» є 30% усіх респондентів (18 учнів), з них 10% – це хлопці (6 учнів) і 20% – дівчата (12 учнів).

«Інтелектуали» зайняли майже 27% (16 учнів), з них хлопці – 10% (6 учнів) і дівчат – майже 17% (10 учнів).

«Підприємців» є найбільше – приблизно 43% (26 учнів), з них 35% – це хлопці (21 учень) і лише близько 8% – дівчата (5 учнів).

Можемо побачити, що у групах «Артисти» й «Інтелектуали» за кількістю більше дівчат, лише у групі «Підприємці» у хлопців спостерігається значна кількісна перевага.

На основі результатів кластерного аналізу було зроблено порівняльний тест за Шеффе. Результати аналізу показали, що існують статистично значущі відмінності між досліджуваними групами. Відмінності за стилями мислення відображені на Рис. 4.

Можемо прослідкувати, що існує відмінність між виділеними раніше групами за шкалою «аналітичний стиль мислення»: найбільш характерний аналітичний стиль мислення «Інтелектуалам», найменше – «Артистам». «Підприємці» займають проміжну позицію між двома іншими групами.

Можемо спостерігати, що найбільше синтетичний стиль мислення характерний «Під-

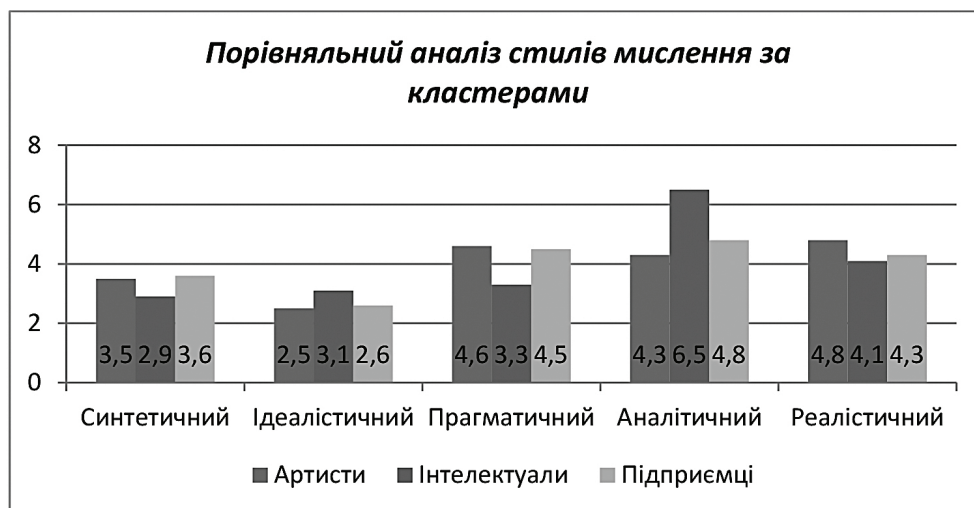


Рис. 4. Порівняльний аналіз стилів мислення за кластерами

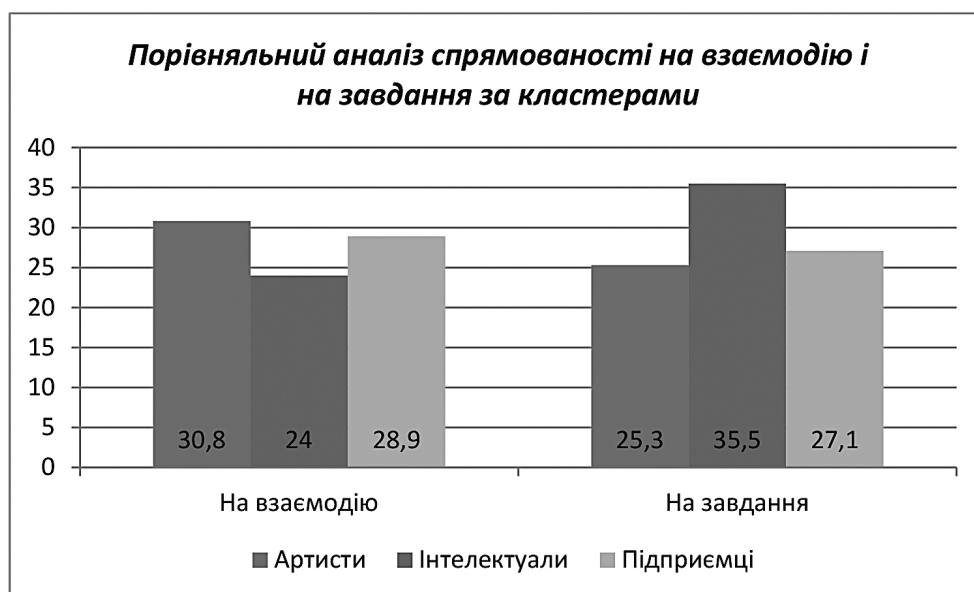


Рис. 5. Порівняльний аналіз спрямованості на взаємодію і на завдання за кластерами

приємцям», найменше – «Інтелектуалам». «Артисти» займають середню позицію, проте їхні крайні показники мають дуже широкий діапазон.

Щодо *ідеалістичного стилю мислення*, то можемо побачити, що «Інтелектуалам» він є притаманним найбільше, а «Артисти» і «Підприємці» майже на однаковому, нижчому щодо «Інтелектуалів», рівні, але показники за всіма трьома групами досить низькі, що означає, що ідеалістичний стиль мислення є мало характерним для досліджуваних старшокласників.

Бачимо відмінності за *прагматичним стилем мислення*. Найменше він є притаманним «Інтелектуалам», найбільше – «Артистам». «Підприємці» за своїми показниками близькі до «Артистів», але в останніх ширший діапазон крайніх значень.

Відмінності за *реалістичним стилем мислення* майже незначні, проте видно тенденцію до вищого рівня в «Артистів», а в «Інтелектуалів», навпаки, найнижчий рівень вираженості реалістичного стилю мислення. «Підприємці» займають середню позицію, проте близькі до «Інтелектуалів».

На Рис. 5 можемо бачити відмінність між групами за спрямованістю особистості на взаємодію. «Артисти» є найбільш орієнтованими на взаємодію, а от «Інтелектуали» – найменше. «Підприємці» також мають досить високу орієнтацію на взаємодію.

За спрямованістю на завдання переважають «Інтелектуали». «Артисти» – найменш орієнтовані на завдання. «Підприємці» мають низькі показники спрямованості на завдання, вони близькі до «Артистів».

За спрямованістю на себе відмінностей між групами не виявлено.

Відмінності за мотивами вибору професії зображено на Рис. 6.

Значні відмінності між групами спостерігаються за комунікативними мотивами вибору професії. «Артистам» найбільше притаманні комунікативні мотиви, «Інтелектуалам» – найменше. «Підприємці» перебувають посередині між двома групами, що схоже на відмінності між групами за спрямованістю особистості на взаємодію.

«Артисти» і «Підприємці» надто потребують самоствердження і визнання, а от «Інтелектуали» мають досить низький рівень глоричної мотивації.

Відмінності у групах за пугнічними мотивами полягають у тому, що найбільше вони проявляються в «Артистів», тобто вони найбільш азартні, прагнуть боротьби і подолання небезпеки. «Інтелектуали» і «Підприємці» не мають настільки виражених пугнічних мотивів, тобто для них не є такими важливими відчуття змагання, вони несхильні до ризику.

Відмінності за акізитивними мотивами у групах виявляються таким чином. «Інтелектуали» мають досить низькі показники акізитивних мотивів, тобто з усіх груп вони найменше зацікавлені саме в матеріальній стороні роботи, винагороді. А от у «Артистів» та «Підприємців» інтерес до накопичення матеріальних цінностей відображається у високих показниках акізитивних мотивів вибору професії.

За методом «кам'яного насипу» на основі власних значень було виділено 7 факторів у групі досліджуваних як для усіх респондентів, так і для кожного кластера окремо. Отже, було побудовано 7-факторну модель, яка пояснює 68,27% від загальної дисперсії

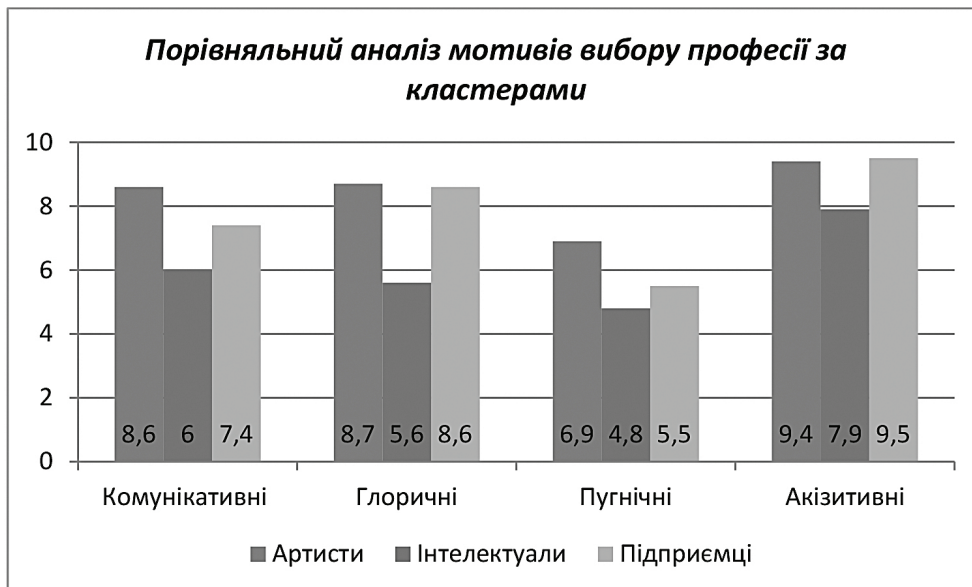


Рис. 6. Порівняльний аналіз мотивів вибору професії за кластерами



даних. Решта дисперсій зумовлена випадковими впливами, які у цій моделі не розглядаються. Факторні навантаження представлено у Таблиці 1.

*I фактор* «Підприємливий професійний тип особистості» характеризує зв'язок підприємливого професійного типу особистості зі спрямованістю особистості на себе на противагу спрямованості на завдання і такими мотивами вибору професії: глоричними, акізитивними, гедоністичними, утилітарними.

*II фактор* «Мотиви вибору професії» характеризує зв'язок мотивацій вибору професії, зокрема таких мотивів, як самоактуалістичні, креативні, гностичні, романтичні, естетичні, праксичні і пугнічні.

*III фактор* «Інтелектуальний професійний тип особистості» характеризує зв'язок інтелектуального професійного типу особистості з низьким рівнем синтетичного мислення, а також як протилежність підприємливому професійному типу особистості.

*IV фактор* «Спрямованість особистості на взаємодію» характеризує зв'язок спрямованості особистості на взаємодію з альтруїстичними і комунікативними мотивами вибору професії та низькою спрямованістю особистості на себе.

*V фактор* «Артистичний професійний тип особистості» характеризує зв'язок артистичного професійного типу особистості та реалістичного стилю мислення на протива-

Таблиця 1

**Факторні навантаження для досліджуваної групи (при  $p > 0,50$ )**

Фактори	Шкали	Факторні навантаження	Відсоток від загальної дисперсії
Фактор 1 «Підприємливий професійний тип особистості»	Інтелектуальний професійний тип особистості	-0,54772	17,33%
	Підприємливий професійний тип особистості	0,65065	
	Спрямованість на себе	0,52377	
	Спрямованість на завдання	-0,64186	
	Глоричні мотиви вибору професії	0,75878	
	Акізитивні мотиви вибору професії	0,84804	
	Гедоністичні мотиви вибору професії	0,82071	
	Утилітарні мотиви вибору професії	0,70889	
Фактор 2 «Мотиви вибору професії»	Самоактуалістичні мотиви вибору професії	0,67872	13,22%
	Креативні мотиви вибору професії	0,56843	
	Гностичні мотиви вибору професії	0,61929	
	Романтичні мотиви вибору професії	0,71493	
	Естетичні мотиви вибору професії	0,63843	
	Праксичні мотиви вибору професії	0,73485	
	Пугнічні мотиви вибору професії	0,64	
Фактор 3 «Інтелектуальний професійний тип особистості»	Інтелектуальний професійний тип особистості	0,59661	7,13%
	Підприємливий професійний тип особистості	-0,50988	
	Синтетичний стиль мислення	-0,7917	
Фактор 4 «Спрямованість особистості на взаємодію»	Спрямованість на себе	-0,56049	8,99%
	Спрямованість на взаємодію	0,85687	
	Альтруїстичні мотиви вибору професії	0,64161	
	Комунікативні мотиви вибору професії	0,51844	
Фактор 5 «Артистичний професійний тип особистості»	Реалістичний професійний тип особистості	-0,50801	7,7%
	Артистичний професійний тип особистості	0,81515	
	Аналітичний стиль мислення	-0,62034	
	Реалістичний стиль мислення	0,58881	
Фактор 6 «Конвенційний професійний тип особистості»	Конвенційний професійний тип особистості	-0,74294	6,63%
	Прагматичний стиль мислення	0,69777	
Фактор 7 «Соціальний професійний тип особистості»	Соціальний професійний тип особистості	0,8182	7,23%
	Стать	0,64829	



гу аналітичному стилю мислення, а також протилежність артистичного і реалістичного професійних типів особистості.

VI фактор «Конвенційний професійний тип особистості» характеризує зворотній зв'язок конвенційного професійного типу особистості та прагматичного стилю мислення.

VII фактор «Соціальний професійний тип особистості» характеризує зв'язок жіночої статі із соціальним професійним типом спрямованості.

Отже, факторний аналіз дозволяє зробити висновок про зв'язок між інтелектуальним професійним типом особистості і синтетичним стилем мислення; артистичним професійним типом особистості і реалістичним стилем мислення на противагу аналітичному стилю мислення; конвенційним професійним типом і прагматичним стилем мислення.

Висновки із проведеного дослідження. У розподілі професійних типів особистості на кластери було виокремлено три групи досліджуваних: «Артисти» (до яких належать соціальний і артистичний типи професійної особистості), «Інтелектуали» (інтелектуальний професійний тип), яких кількісно найменше серед досліджуваних, і «Підприємці» (реалістичний і підприємливий професійні типи), яких серед учнів виявилась найбільша кількість.

Для «Артистів» найбільш притаманні прагматичний і артистичний стилі мислення; для «Інтелектуалів» – аналітичний та ідеалістичний стилі; а для «Підприємців» найбільш характерним виявився синтетичний стиль, хоча відмінність від інших груп за синтетичним стилем дуже невелика.

Для «Артистів» характерний низький рівень аналітичного стилю мислення, тобто під час вирішення проблем вони опираються на нераціональні методи роботи, охоче працюють із безпосередніми фактами, дещо схильні до комбінування різних методів роботи. Разом із цим в «Артистів» виражена спрямованість особистості на взаємодію, тобто вони схильні до колективної праці. Але для них нецікаво вирішувати ділові проблеми. Судячи з мотивації вибору професії, «Артисти» зацікавлені у спілкуванні, але не просто слухати когось, а обмінюватися інформацією, ділитися думками; вони хочуть самоствердитися, хочуть визнання і слави, а також матеріальної винагороди; а в процесі своєї діяльності схильні до боротьби, змагання, вони азартні.

Для «Інтелектуалів» характерний добре розвинутий аналітичний стиль мислення, тобто «Інтелектуали» схильні до логічного, ретельного розв'язку проблем, сприйма-

ють світ раціональним та впорядкованим. Вони найбільш орієнтовані на завдання, а от спрямованість на взаємодію майже не розвинена, тобто вони прагнуть виконати роботу якнайкраще, співпраця для них характерна на діловому рівні. На рівні мотивації вибору діяльності «Інтелектуали» протилежні «Артистам», адже вони не схильні ні до підтримання комунікацій, ні до змагань і азарту; вони не акцентують увагу на матеріальному результаті праці і слава та визнання для такої не є важливими.

«Підприємці» у стилі мислення подібні до «Артистів», аналітичний стиль у них виражений на середньому рівні; звісно, певна раціональність їм характерна, але вони схильні працювати з «реальним», а також часто спираються на особистий досвід. Щодо спрямованості особистості, то у «Підприємців» немає яскраво вираженої орієнтації, проте найбільше вони схильні до спрямованості на взаємодію; такі особи прагнуть спільної діяльності, підтримки стосунків з іншими, водночас вони орієнтовані і на винагороду за свою роботу. Щодо «Артистів» й «Інтелектуалів» «Підприємці» не мають яскраво виражених відмінностей у мотивації вибору професії; ставлення до самоствердження, слави і матеріальної винагороди у них майже нарівні з показниками «Артистів», тобто для «Підприємців» ці чинники є важливими у виборі діяльності. Комунікації їм також важливі, але не настільки, як «Артистам». А от азарт їм не притаманний, у цьому вони схожі з «Інтелектуалами». Загалом про «Підприємців» можна говорити як про гнучких людей, адже за порівняльного аналізу вони переважно займали проміжні позиції між «Інтелектуалами» й «Артистами».

Результати проведеного дослідження можуть мати багатоцільове використання у психолого-педагогічній практиці, оскільки поглиблюють знання щодо типів професійної орієнтації особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексеев А.А. Поймите меня правильно, или книга о том, как найти свой стиль мышления, эффективно использовать интеллектуальные ресурсы и обрести взаимопонимание с людьми / А.А. Алексеев, Л.А. Громова. – СПб. : Экономическая школа, 1993. – 352 с.
2. Карпіловська С.Я. Основи професіографії : [навчальний посібник] / С.Я. Карпіловська, Р.Й. Мітельман, В.В. Синівський, О.М. Ткаченко, Б.О. Федоришин, О.О. Яцишин. – К. : МАУП, 1997. – 148 с.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов н/Д., 1996. – 512 с.



УДК 159.964

## ВІЗУАЛІЗОВАНА РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ПЕРИНАТАЛЬНОГО ПЕРІОДУ РОЗВИТКУ ПСИХІКИ СУБ'ЄКТА У ГЛИБИННОМУ ПІЗНАННІ

Сіденко Ю.О., аспірант  
кафедри глибинної корекції і психолого-соціальної реабілітації  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

У статті окреслено проблему необхідності дослідження візуалізованої репрезентації перинатального періоду розвитку суб'єкта в ракурсі глибинно-психологічного пізнання психіки. Презентовано огляд літератури, який не обмежується проблемами визначення періодизації, а зорієнтований на психоаналітичне трактування значущості перинатального періоду для подальшого життя людини. Окрім важливості психофізіологічних станів дитини в утробі матері, показано, що не менш впливовим на формування психіки є сам акт народження, що особливо переконливо доводить аналіз робіт О. Ранка. Зміст статті переконує в тому, що перинатальний період має вплив на формування особистісної проблеми суб'єкта (внутрішню суперечність) незалежно від мнемічної амнезії зазначеного процесу.

**Ключові слова:** візуалізована репрезентація, перинатальний період, народження, первинна травма, архетип, принцип додатковості.

В статье представлена проблема необходимости исследования визуализированной репрезентации перинатального периода развития субъекта в ракурсе глубинно-психологического познания психики. Представлен обзор литературы, который не ограничивается проблемами определения периодизации, а ориентирован на психоаналитическую трактовку значимости перинатального периода для дальнейшей жизни человека. Кроме значимости психофизиологических состояний ребенка в утробе матери, указано, что не менее влиятельным на формирование психики является сам акт рождения, что особенно убедительно доказывает анализ работ О. Ранка. Содержание статьи убеждает в том, что перинатальный период влияет на формирование личностной проблемы субъекта (внутреннее противоречие) независимо от мнемической амнезии обозначенного процесса.

**Ключевые слова:** визуализированная репрезентация, перинатальный период, рождение, первичная травма, архетип, принцип дополнителности.

### Sidenko Yu.O. VISUALISED REPRESENTATION OF PERINATAL PERIOD OF DEVELOPMENT OF THE PSYCHE OF A SUBJECT'S IN DEPTH COGNITION

The article raises the problem of the need to study the visualized representation perinatal period of development of the subject from the perspective of deep psychological knowledge of the psyche. The article presents a review of the literature is not limited to the problem of determining the periods, and focused on the importance of psychoanalytic interpretation perinatal period for later life. Besides physiological significance of the child in the womb equally influential in the formation of the psyche is the act of birth that proves particularly analysis of the works of O. Rank. The content of the article assures that the perinatal period has influenced the formation of personal problems entity (internal conflict) regardless of amnesia mnemonic process.

**Key words:** visualized representation, perinatal period, birth, archetype, principle of subsidiarity.

**Постановка проблеми.** Модернізація сучасної освітньої політики зумовила виникнення нових напрямів розвитку психології. Це пояснюється не лише соціальним запитом, але й перспективою інтеграції цієї області зі світовими досягненнями вчених в інших галузях знань, що, зокрема, спричиняє динаміку науково-технічного прогресу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасних наукових дослідженнях питання перинатального періоду формування психіки суб'єкта є недостатньо дослідженими. Проте на сьогодні вже існує низка праць, що дає чітке уявлення стосовно цього поняття. До таких праць можна, зокрема, віднести дослідження І.В. Добрякова, Г.Г. Філіппової, О.М. Фатеевої та Ж.В. Цареградської.

**Постановка завдання.** Мета статті полягає у дослідженні наявних підходів

до вивчення перинатального періоду розвитку психіки суб'єкта у психологічній науці та пошуку можливого узагальнення таких підходів і формування єдиного комплексного поняття на цій основі.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дослідження виконується у форматі психодинамічної теорії, яка розробляється академіком НАПН України Т.С. Яценко. Вищезазначена теорія передбачає інтеграцію феноменологічного, психоаналітичного і гуманістичного підходів. Глибинна психологія, у форматі психодинамічної теорії, зосереджує увагу на розкритті взаємозв'язків між сферами свідомого і несвідомого, у їх суперечливій єдності і функціональній асиметричності.

Термін «перинатальний період» (від грец. peri – навколо; лат. natus – народ-

ження) у Великій медичній енциклопедії визначається так: «Із 28-го тижня вагітності (коли вага плоду досягає 1000 г і більше), включає період пологів і закінчується 7-ою добою життя новонародженого» [12, с. 65]. У Тлумачному словнику фізіологічних термінів зазначається, що перинатальний період поділяється на 3 фази: «пренатальна (антенатальна, тобто внутріутробна) фаза – починається з 22-го тижня внутріутробного розвитку до моменту родової діяльності; інтранатальна – з початку родової діяльності до її завершення; постнатальна (рання неонатальна) – перший тиждень життя дитини» [2, с. 153]. У психологічній енциклопедії вказано, що «термін використовують у віковій психології для характеристики пізніх стадій розвитку плоду» [7, с. 263].

У психологічній літературі існують різні підходи до визначення тривалості перинатального періоду. Зокрема, Г.Г. Філіппова наводить два варіанти розуміння тривалості перинатального періоду: перший – від підготовки до зачаття (незалежно від того, планується воно чи ні) до трирічного віку дитини; другий – від зачаття до першого року життя [16]. І.В. Добряков визначає тривалість перинатального періоду зумовленістю існуванням системи «мати – дитина», що характеризується такими ознаками: наявність симбіотичного зв'язку матері і немовляти; несамостійність психіки новонародженого, залежність його від особливостей материнських психічних функцій; відсутність у дитини самосвідомості (тобто чітких тілесних та психічних меж), нездатність виділяти себе з навколишнього світу. Таке розуміння перинатального періоду відповідає прийнятому у ряді англійських країн періоду первинного розвитку (primal period) [5]. До цього періоду належать стадії «внутрішнього виношування» і зовнішнього сприйняття в соціальному середовищі. О.М. Фатеева та Ж.В. Цареградська вважають основним показником тривалості перинатального періоду міру дозрівання адаптаційних систем, тобто час, коли людина перебуває в максимальній залежності від матері [15].

Проблема впливу перинатального періоду на психіку суб'єкта була об'єктом досліджень як лікарів-новаторів (Ф. Ламазе, М. Оден, Дж. Дік-Рід та ін.), так і психологів (М. Айнсворт, Дж. Боулбі, Д.В. Віннікотт, С. Гроф, М. Кляйн, С. Лебовісі, О. Ранк, А. Фрейд, З. Фрейд, С. Ференці, Р.А. Шпіц та ін.). У центрі уваги означених науковців були питання становлення психіки людини на ранніх етапах її розвитку. Аналіз робіт вищевказаних авторів свідчить про молододосліджуваність глибинно-психологічного

ракурсу розуміння психіки. У цьому аспекті особливої значущості набуває цілісний підхід до розуміння психіки в єдності свідомих і несвідомих проявів.

Ортодоксальний психоаналіз зосереджує увагу на важливості раннього психофізіологічного стану дитини, що залежить від біологічної, перинатальної єдності з матір'ю; пов'язаний зі станом гармонії, задоволеності, безумовної впевненості й безпеки. Ембріон ще не виокремлює себе з-поміж об'єктів оточення, не сприймає внутрішньоутробний простір як такий, для нього не існує те, що є поза ним самим, а відтак і зовнішні об'єкти для нього не існують.

Роботи З. Фрейда засвідчують: процес пологів спричиняє первинну тривогу: «народження – це перша загроза життю, прототип всього, що пізніше буде викликати у нас тривогу і переживання народження, можливо, залишає у нас слід афекту, який ми називаємо тривожністю» [18, с. 240]; акт народження: «викликає стан високого напруженого збудження, яке сприймається як незадоволення і з яким людина не може впоратися шляхом розрядки» [18, с. 240]; нездатність людини згадати події перших років життя зумовлена не слабкістю пам'яті, а наявністю витіснень внутріутробних фіксацій. Вивчаючи біологічну та психологічну природу сну, З. Фрейд звертав увагу на те, що цей стан подібний до того, у якому людина перебувала у внутріутробному періоді. Указану вище позицію дослідник розгортає так: «Час від часу ми повертаємося у стан, у якому перебували до появи на світ, тобто у внутріутробне існування. Готуючись до сну, ми створюємо абсолютно аналогічні умови, які були тоді: тепло, темно і нічого не дратує. Дехто згортається у клубочок і приймає уві сні таке саме положення тіла, як в утробі матері. Кожне пробудження вранці є немов новим народженням» [18, с. 152].

Проблема перинатального періоду розвитку психіки суб'єкта висвітлена у дослідженнях представників аналітичної психології (К.Г. Юнг та ін.). З огляду на зорієнтованість цього дослідження на психодинамічну теорію, представляють інтерес роботи К.Г. Юнга, у яких перинатальний досвід подано як «горизонт» між сферами індивідуального і трансперсонального. Учений доводить, що внутрішні переживання мають архетипно-біологічний характер (тобто зберігається пам'яті про процес народження) [10]. Архетипи К.Г. Юнг трактував як «колективні універсальні патерни (схеми, моделі) чи мотиви з колективного несвідомого» [7, с. 100-101]; «синтез





досвіду поколінь» [22, с. 307], що виходить за межі індивідуалізації.

Ідеї К.Г. Юнга набули розвитку в категорії «трансперсональне», що розвиває у своїх дослідженнях С. Гроф., і означає переживання «виходу за кордони звичайних для людини меж тіла й Еґо» [4, с. 28]. У процесі трансперсональних переживань людина може згадувати минулі втілення, занурюватися у сферу колективного несвідомого, отримувати інформацію про різні аспекти Всесвіту. Трансперсональні переживання виникають як у процесі цілеспрямованого самодослідження, так і спонтанно; можуть бути викликані штучним шляхом. На основі аналізу емпіричного матеріалу, отриманого за умов використання ЛСД-терапії, С. Гроф сформулював теорію Базових Перинатальних Матриць (далі – БПМ), що постулювала існування гіпотетичних динамічних матриць, які відносяться до перинатального рівня несвідомого і керують розумовими та поведінковими процесами людини після народження. Учений виділив 4 перинатальні матриці залежно від часу їх формування: БПМ-I – вагітність, БПМ-II – 1-й період пологів, БПМ-III – 2-й період пологів, БПМ-IV – народження дитини і відділення від матері. Матриці включають враження, отримані в кожному із цих періодів, і надалі можуть визначати долю людини, тому що «те, як людина народилася, впливає на її ставлення до життя, співвідношення оптимізму і песимізму, її ставлення до інших людей, здатність протистояти ударам долі і досягати своєї мети» [4, с. 109]. Підкреслюючи вагомість перинатального періоду, С. Гроф зазначає: «Неповнота людського життя пояснюється тим, що ми не впоралися із травмою народження та страхом смерті. Ми народилися лише анатомічно, але не завершили і не інтегрували цей процес психологічно. <...> Оскільки життя циклічне і включає в себе смерть, неможливо знайти його сенс за допомогою розуму та логіки» [4, с. 117].

Психоделіки у своїх дослідженнях використовували А. Кафкалідес [1], Ф. Лейк [23] та ін. Зокрема, грецький психіатр А. Кафкалідес лікувальні сесії записував на аудіокасети, а потім їх розшифровував і аналізував. Його дослідна робота (див. книгу «Знання з лона» [1]) включає документальний опис страждань, які відчували клієнти під час сеансів, за яких відновлювались почуття, пережиті під час перинатального періоду їх життя, і які відкривалися під впливом ЛСД. А. Кафкалідес так пояснює доцільність використання ЛСД у психотерапії: «Я переконався, що психоделіки активізують «сліди пам'яті» переживань минуло-

го, <...> те, що людина відчуває і говорить під дією психоделіка, є для неї суб'єктивною правдою» [1, с. 42].

Схожі ідеї постулює англійський психіатр Ф. Лейк. Він також використовував ЛСД у лікуванні своїх пацієнтів та отримав аналогічні результати, проте зазначав, що найбільш важливим є перший триместр вагітності, коли мати та її найближче оточення дізнаються про очікування дитини. Основа досліджень С. Грофа та його послідовників суперечить усім методологічним позиціям психодинамічної парадигми, яка орієнтована на феноменологію поточного психічного процесу для прояснення причин особистісної проблеми суб'єкта.

Завданням глибинного пізнання є наближення людини до розуміння власного внутрішнього світу. Розробляючи категорію травми народження, об'єктом наукових досліджень О. Ранка був факт травматичності переходу із внутрішнього до зовнішнього середовища. Травма, отримана під час народження, може бути однією із причин виникнення неврозів, а «провал цих зусиль є його причиною» [14, с. 25]. Травма народження і пов'язаний із нею страх, згідно з дослідженнями О. Ранка, можуть бути основними чинниками розвитку людини. Завдяки аналізу семантики сновидіннь, фантазій, міфів та дитячих ігор на предмет їх взаємозв'язку зі страхом відділення (сепарації) від матері О. Ранк прийшов до висновку, що в них містяться символи перебування в материнській утробі, репродукується травма народження, «вигнання з раю», часто зі збереженням усіх дійсно пережитих тілесних відчуттів і подробиць. Таким чином, травми, пережиті у внутріутробному періоді та під час народження, можуть актуалізуватись (символізуватись) назовні. Зокрема, гра у схованки відтворює ситуацію відділення від матері і задоволення від повторного її знаходження. Усі ігри з коливанням повторюють ритм, який був пережитий в ембріональному стані. Страх тунелів та боязнь потрапити в пастку повторюють тривогу народження. Статевий акт є оптимальною спробою заміщення внутріутробного єднання з матір'ю, єдиною можливістю приблизного відновлення первинного задоволення шляхом часткового і виключно тілесного повернення в утробу.

Проблема переходу із внутрішнього середовища до зовнішнього була предметом дослідження не лише О. Ранка, але й інших дослідників: Ф. Дольто, Ф. Мотт, А. Расковскі, Н. Фодор, що вказує на значущість цієї проблеми. Зокрема, Ф. Дольто називає позбавлення плаценти, оболонок і утроби «першою втратою людини»



[6, с. 82]. Дослідниця вказує, що «яким би не був досвід індивіда, навіть якщо він не переживав дородовий стрес і післяродові ускладнення, перехід від внутріутробного до іншого середовища сам собою вже є травмою. Звільнитися від неї можливо, лише подолавши безліч випробувань та інших перероджень, які завжди відбуваються за зразком, заданим пологами» [6, с. 83]. Вищезазначеними вченими акт народження розглядається як болісний перехід в інший стан, подібний до смерті, який для людини є настільки травматичним, що спостерігається розвиток захисної амнезії стосовно нього (мнемічна амнезія) [11]. Проте амнезія – відносна, тому що спогади про перинатальний період і акт народження мають вираження в символіці. Важливість потреби дитини у взаєминах із лібідними об'єктами (батько, мати) висвітлено в роботах таких науковців, як М. Балінт, М. Кляйн, М. Малер, К. Хорні, А. Фрейд, Т.С. Яценко та ін.

Під час проведення психоаналізу дитини А. Фрейд залучала до співпраці батьків, вивчала особливості прихильності дитини до матері, стверджувала, що вивчати психічну діяльність немовляти необхідно в її сімейному оточенні [17]. Дослідниця зазначає, що якщо мати відноситься до свого обов'язку годувальниці байдуже або часто дозволяє іншим людям замінювати її, перехід від егоїстичної «любові шлунку» до щирої міцної любовної прив'язаності відбуватиметься за таких умов повільніше. Немовля може почувати себе незахищеним і занадто неспокійним» [17, с. 258].

Розробляючи проблему об'єктних відношень, М. Кляйн [9] наголошує на важливості врахування доедіпального періоду, у якому, ймовірно, зароджується внутрішня суперечність психіки. М. Кляйн звертала увагу на важливість присутності любові у дитячо-батьківських стосунках та можливості її порушення, що каталізує зародження амбівалентності почуттів до лібідних об'єктів. Дослідниця приділяє особливу увагу об'єктним відношенням: «Частини тіла матері, незалежно від їхніх особливостей, піддаються інтроєкції та проєкції з боку дитини і тим самим набувають характеристик об'єктності. Об'єкт, незалежно від валентності («хороший» чи «поганий»), наділений фантазмічною владою, схожою до влади людини: «погана мати» – карає, переслідує»; «хороша мати» – ніжить, захищає» [9, с. 464].

У гуманістичній психології виділяється стан емоційного комфорту і потреба в ньому. А. Маслоу в ієрархії потреб людини виокремлює потребу в безпеці, яка в ранньому віці забезпечується батьками. Це

безпека від страху, захист від болю, гніву, невдоволеності. Вона відноситься до потреб першого рівня і має бути задоволена одразу після фізіологічних. Задоволення потреби у безпеці слугує необхідною умовою для можливості забезпечення потреб другого рівня – потреб розвитку. Задоволення потреби в безпеці продукує почуття благополуччя. Подібне почуття захищеності дитина відчувала в утробі матері. За умови, коли дитина відчуває, наприклад, страх, то «весь світ стає похмурим, таким, що лякає, небезпечним і непередбачуваним, у такому світі може статися що завгодно. У такому стані дитина особливо гостро відчуває потребу у співучасті та захисті» [16, с. 50].

Останніми роками спостерігається формування нового напрямку у психології – ре-бьюфінг (повторне народження) (див. книгу Л. Орра і С. Рей «Ре-бьюфінг у новій ері») [5]. Послідовники цієї наукової течії підтримують ідею про те, що усі випадки народження травматичні, а процес пологів є важливим і сенситивним етапом життя, який формує поведінкові моделі. Крім того, вони стверджують, що важливі моделі мислення створюються не лише під час народження, але і під час зачаття та перинатального періоду. Біогенетичний закон представляє розвиток психіки суб'єкта як повторення основних стадій біологічної еволюції й етапів культурно-історичного розвитку людства. В. Штерн – один із прибічників теорії рекапітуляції – так описує розвиток дитини: «У перші місяці свого життя вона перебуває на стадії ссавця; у другому півріччі досягає стадії вищого ссавця – мавпи; потім початкових ступенів людського стану; розвитку первісних народів; починаючи зі вступу до школи, засвоює людську культуру – спочатку в душі античного світу, пізніше (у підлітковому віці) у душі середньовічного фанатизму і лише до зрілості піднімається до рівня культури Нового часу» [1, с. 43].

Психодинамічний підхід до пізнання психіки суб'єкта та її корекції розвивається групою науковців під керівництвом академіка НАПН України Т.С. Яценко з 1972 р. [20; 21]. Спочатку розвідки були зорієнтовані на педагогічний контингент, зокрема на оптимізацію педагогічного спілкування. Дослідження у вказаному підході проводиться із просоціальним контингентом дорослих; останніми роками – це майбутні психологи, зокрема досліджується оптимізація їх особистісних характеристик. Розроблений та продовжує вдосконалюватися відповідний метод активного соціально-психологічного пізнання (далі – АСПП), що відрізняється від соціально-психологічного тренінгу (СПТ) орієнтацією на пізнання психіки в її



цілісності (свідоме/несвідоме), а не лише обмежений розробленням технік та прийомів практичної роботи.

Основою діагностико-корекційного процесу в АСПП є методологія, яка окреслює поле та межі професіоналізму головного АСПП. Діалогічна взаємодія психолога з респондентом задає можливості перспективи проникнення у смислові параметри несвідомого за умов наявності посередника, тобто візуалізованого репрезентанта. Останній перетворюється в посередника у процесі його «оживлення» в діалогічній взаємодії. Ефективності АСПП сприяє використання метафоричних засобів, які наближені до образності мови несвідомого в нумінозності імпліцитно притаманних йому смислів. Домінантна мотивація заявляє про себе опосередковано і замасковано через спонтанну активність суб'єкта, що зумовлює процес перекодування неусвідомлюваних смислів у форми, які піддаються свідомому сприйняттю й інтелектуальному осмисленню (узагальненню) у процесі діалогічного їх розгортання.

Матеріалізована репрезентація в її спонтанній мимовільності та індивідуальній непередбачуваності сприяє подоланню бар'єрів, створюваних відмінностями двох сфер (свідоме-несвідоме), що відкриває перспективи пізнання несвідомого за участю свідомості, тобто «за законами твердого світу». З певністю можна сказати, що «інтеграційний продукт», який продукує назовні процес матеріалізованого предметнення психічного, об'єктивує нероздільність систем «свідоме-несвідоме» (за їх функціональної автономії). Невід'ємність указаних сфер психіки за їх об'єктивування назовні (в образно-символічних формах), без сумніву, підпорядкована архетипу в його інстинктивних можливостях виражати в цілісному образі дисфункційність психічного. Усе це є непрямим свідченням того, що зовнішній світ, як і внутрішні процеси, входять у психіку у вигляді найтонших інформаційних утворень, які доступні візуалізованій репрезентації, що несе мудрість поколінь.

Останнє доводить той факт, що архетип втілює в собі емотивний потенціал, який спостерігається в небайдужості кожної людини до архетипної символіки, що поширена як у художніх творах, та і в архітектурі (жартах і народній мудрості). Тому можна сказати, що предметнення психічного, з огляду на його архетипну сутність, каталізує мотивацію глибинного пізнання психіки завдяки емоційній його складовій частині. Сказане вище пояснює й те, чому репрезентація Я доступна усім без винятку учас-

никам АСПП незалежно від віку та освіти. Діагностико-корекційний процес АСПП не обмежується суто часовими параметрами проходження груп АСПП, має постгруповий ефект, у якому роль відіграє розширення самосвідомості, що суб'єкт має змогу набувати в реальному житті шляхом самоаналізу (аутокорекції).

Вагомим здобутком психодинамічної парадигми є введення у науково-практичний обхід психології принципу додатковості, який відкриває перспективи цілісного пізнання психічного в автономії та взаємозв'язках сфер свідомого і несвідомого. З огляду на дієвість несвідомого в його енергетичному потенціалі впливу на поведінку дорослої особи, метод АСПП спирається на спонтанність її поведінки. Власне, завдяки забезпеченню умов спонтанності та невимушеності поведінки в її архетипно-візуалізованій репрезентації відкривалась перспектива дослідження факторів перинатального періоду. Саме малюнки, незалежно від їх тематичної презентації, відкрили перспективи дослідження значущості факторів внутріутробного періоду розвитку суб'єкта. Насамперед це виявилось у тенденції «повернення в утробу», яке архетипічно візуалізовано у вигляді символів (яєць, мушлі, печери, ущелини та ін.), що дозволило дослідити важливі провідні тенденції самоімпутовання психіки, яка має вияв у самодепривації [21] та психологічній смерті, які і підлягають психокорекції.

**Висновки із проведеного дослідження.** Аналіз психологічної літератури засвідчив підвищену увагу дослідників до перинатального періоду розвитку психіки суб'єкта, починаючи з ортодоксального психоаналізу (З. Фрейд, К.Г. Юнг, С. Гроф, О. Ранк, А. Фрейд, М. Кляйн та ін.). Розробленням проблеми періодизації перинатального періоду займалися І.В. Добряков, О.М. Фатеева, Г.Г. Філіппова, Ж.В. Цареградська та ін. Можливість символічного об'єктивування перинатального періоду представлено в роботах Д. Віннікотта, С. Грофа, К. Меннінгера, П.М. Плойе, О. Ранка, К. Холла, Т.С. Яценко. Огляд наукових джерел констатував розмаїття в методичних підходах щодо дослідження внутріутробного періоду розвитку (ЛСД-терапія, аналіз сновидінь, фантазій, аудіозаписів). Психодинамічний підхід засвідчує архетипну сутність перинатальних залишкових, слідових фіксацій, які заявляють про себе в дорослому житті, в умовах спонтанності та невимушеності поведінки.

Психодинамічна теорія, у руслі якої виконувалось наше дослідження, доводить, що перинатальний період не лише символічно

може про себе заявляти, а й спричиняти на рівні захисної системи викривлення реальності відповідно до отриманих травм як в утробі, так і в процесі акту народження.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Брехман Г.И. О пренатальной фазе сексуального развития человека и профилактика сексуальных расстройств / Г.И. Брехман // Сексуальное здоровье человека на рубеже веков: проблемы, профилактика, диагностика, лечение : матер. Межд. симпозиума по сексологии. – М., 1999. – С. 40–41.
2. Вадзюк С.Н. Фізіологічні терміни. Тлумачний словник / С.Н. Вадзюк ; за ред. П.О. Неруша. – Тернопіль : ГДМУ, 2005. – 1995 с.
3. Винникотт Д.В. Способность к одиночеству / Д.В. Винникотт // Антология современного психоанализа / под ред. А.В. Россохина. – М. : Ин-т психологии РАН, 2000. – Т. 1. – 2000. – С. 254–260.
4. Гроф С. За пределами мозга / С. Гроф. – М. : Ин-т трансперсональной психологии, 1993. – 498 с.
5. Добряков И.В. Перинатальная семейная психотерапия / И.В. Добряков // Системная семейная психотерапия / под ред. Э.Г. Эйдемиллера. – СПб. : Питер, 2002.
6. Дольто Ф. На стороне ребенка / Ф. Дольто. – Екатеринбург : Рама Паблишинг, 2010.
7. Зеленский В.В. Базовый курс аналитической психологии, или Юнгианский брeвиарий / В.В. Зеленский. – М. : Когито-Центр, 2004. – 256 с.
8. Кондаков И.М. Психологический словарь / И.М. Кондаков. – М., 2000.
9. Кляйн М. Развитие в психоанализе / М. Кляйн, С. Айзекс, Дж. Райверш ; сост. и науч. ред. И.Ю. Романов. – М. : Академический проект, 2001. – 512 с.
10. Лейбин В.М. Фрейд, психоанализ и современная западная философия / В.М. Лейбин. – М. : Политиздат, 1990. – 397 с.
11. Мухамедрахимов Р.Ж. Формы взаимодействия матери и младенца / Р.Ж. Мухамедрахимов // Вопросы психологии. – 1994. – № 6.
12. Овчаренко В.И. Психоаналитический глоссарий / В.И. Овчаренко. – Минск : Высшая школа, 1994. – 420 с.
13. Перинатология // БМЭ : в 30 т. / гл. ред. Б.В. Петровский. – 3-е изд. – М. : Советская энциклопедия, 1982. – Т. 19. – 1982.
14. Ранк О. Травма рождения / О. Ранк. – М. : Аграф, 2004. – 400 с.
15. Фатеева Е.М. Грудное вскармливание и психологическое единство «мать – дитя» / Е.М. Фатеева, Ж.В. Цареградская. – М. : АГАР, 2000.
16. Филиппова Г.Г. Психология материнства / Г.Г. Филиппова. – М. : Изд-во ин-та психотерапии, 2002.
17. Фрейд А. Введение в детский психоанализ / А. Фрейд. – пер. с нем. – М. : Детский психоанализ, 1991.
18. Фрейд З. Введение в психоанализ : [лекции] / З. Фрейд. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.
19. Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия / З. Фрейд // Психология бессознательного. – СПб. : Питер, 2004. – С. 340–377.
20. Яценко Т.С. Методология глубинно-коррекционной подготовки психолога / Т.С. Яценко, А.В. Глузман. – Днепропетровск : Изд-во «Инновация», 2015. – 396 с.
21. Яценко Т.С. Самодепривація психіки та дезадаптація суб'єкта : [монографія] / Т.С. Яценко, В.І. Бондар, І.В. Євтушенко, М.М. Кононова, О.Г. Максименко. – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. – 280 с.
22. Lake F. Constricted Confusion: Exploration of a Pre- and Perinatal Paradigm / F. Lake. – London, 1980.



УДК 159.938.3:378

## РОЗВИТОК ФЕНОМЕНА МАЙДАНУ У ФОРМАТІ ГЕНЕТИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Ткаченко О.А., к. пед. н.,  
доцент кафедри психології,  
докторант факультету психології

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

У статті проведено аналіз феномена «Майдану» у форматі експериментально-генетичної методології. Представлено результати відповідного дослідження. Виявлено новоутворення, що свідчать про розвиток зазначеного феномена як суб'єкта наукового дослідження. Рекомендовано феномен «Майдану» розглядати як джерело та основну підставу розвитку цілісної особистості і суспільства.

**Ключові слова:** феномен «Майдану», експериментально-генетичний метод, розвиток цілісної особистості, розвиток вищих психічних функцій, новоутворення, одиниці аналізу, етичні функції, смислові зв'язки, підхід «справа життя» (СЖ-підхід).

В статье проведен анализ феномена «Майдана» в формате экспериментально-генетической методологии. Представлены результаты соответствующего исследования. Выявлены новообразования, свидетельствующие о развитии указанного феномена как субъекта научного исследования. Рекомендовано феномен «Майдана» рассматривать как источник и основную предпосылку развития целостной личности и общества.

**Ключевые слова:** феномен «Майдана», экспериментально-генетический метод, развитие целостной личности, развитие высших психических функций, новообразования, единицы анализа, этические функции, смысловые связи, подход «дело жизни» (ДЖ-подход).

Tkachenko O.A. DEVELOPMENT OF THE PHENOMEN “MAJDAN” IN FORMAT GENETIC RESEARCH

The article analyzes the phenomenon of “Maidan” in the format of experimental genetic methodology. The results of the corresponding study are presented. New formations were revealed, which testify to the development of this phenomenon as a subject of scientific research. It is recommended that the phenomenon of the “Maidan” be considered as a source and the main prerequisite for the development of an integral personality and society.

**Key words:** phenomenon of “Majdan”, experimental genetic method, development of the integral person, development of higher mental functions, new formation, units of analysis, ethical function, sense relationships, approach “cause life” (CL-approach).

**Постановка проблеми.** У сучасному українському суспільстві відбуваються кардинальні зміни як на індивідуальному, особистісному, так і соціальному рівнях під впливом низки «майданів», що де-факто визначає розвиток особистості та суспільства. Але в наукових дослідженнях це не знаходить адекватного відтворення і поки що не існує науково-обґрунтованого розуміння цього феномена.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Наші перші розвідки у цьому напрямі почались ще у 2004 р., коли виник феномен «Майдану» (Майдан-2004). Нам вдалося провести його глибинне психологічне дослідження [8], завдяки якому став можливим теоретичний аналіз розвитку цього феномена, що представлений у попередній статті [5]. Тепер прийшла черга аналізу експериментального дослідження, який будемо здійснювати в рамках експериментально-генетичної методології Л.С. Виготського в сучасному розумінні М.М. Ве-

ресова [1; 2], а також психології життєвої сили С.Д. Максименка [3; 4].

М.М. Вересов правильно зазначає, що соціальне середовище є не фактором, а джерелом розвитку вищих психічних функцій. Це означає, що нижчі і вищі психічні функції мають зовсім різне походження і природу. А загальним методом дослідження вищих психічних функцій людини є експериментально-генетичний, який є не емпіричним, а генетичним, спрямованим на експериментальне дослідження генезису [2].

М.М. Вересов виділяє такі суттєві характеристики цього методу: спрямованість на дослідження самого процесу виникнення й розвитку вищих психічних функцій; спрямованість на розкриття реальних каузально-динамічних та генетичних зв'язків зовнішніх проявів; дозволяє експериментально дослідити психічні процеси таким чином, щоб за їхньою зовнішньою (фенотипічною) схожістю розкривати розрізнення їхньої внутрішньої природи [1].



Основною метою генетико-моделювального методу, за С.Д. Максименком, є вивчення цілісної особистості у її розвитку. Це потребувало пошуку відповідної «одиниці» дослідження як «життєвої енергії» («нужди»), що є суперечливим єднанням біологічного і соціального та визначає існування цілісної особистості [3; 4]. Особливо цікавим тут є можливість розвитку цілісної особистості з використанням енергії ортогенезу ноосфери у жорстко детермінованому напрямі, що відповідає авторському психологічному підходу «справа життя» [6; 7].

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Загалом, погоджуючись із вищезазначеним, необхідно внести певні корективи і доповнення щодо застосування експериментально-генетичного методу у дослідженні розвитку феномена «Майдану», які пов'язані з особливістю вивчення вищих не лише психічних, а переважно етичних характеристик цілісної особистості на індивідуальному і соціальному рівнях:

1. Потребує уточнення розуміння вищих психічних функцій та одиниць, за якими досліджується розвиток феномена «Майдану». Як виявилось, такими не є «психічні» функції у традиційному розумінні, оскільки вони не несуть у собі ознак цілісності особистості (наприклад, такі як пам'ять, мислення, увага, уява тощо). Зате такими цілком можуть бути етичні функції, оскільки саме вони означають цілісну особистість, що чітко проявилось на «майданах» і особливо під час бойових дій у «донбасівській війні». Наприклад, такі функції, як патріотизм, гідність, воля (волелюбність), самоусвідомлення (самоорганізація) тощо.

2. Спрямованість лише на виявлення каузально-динамічних та онтогенетичних зв'язків зовнішніх проявів, що передбачає причинно-наслідкову логіку, дещо суперечить тому, що вищі психологічні функції ніколи не виростають із нижчих. Зате цьому цілком відповідають вищі етичні функції, які «вичерпуються» із зовнішнього світу і формуються (розвиваються) упродовж життя як ознака і нова якість (новоутворення) розвитку цілісної особистості. Це означає, що для дослідження вищих (етичних) функцій, які несуть у собі ознаки цілісної особистості і відповідають вимогам «одиниць», лише за якими можливе проведення аналізу розвитку, потрібна якась інша, «вища» логіка.

Тому пропонуємо проведення аналізу на рівні вищих смислів за «смысловую логікою». Певне розуміння такого аналізу можна знайти, наприклад, у В. Франкла в контексті розуміння вищих смислів чи у С.Л. Рубінштейна у контексті його розуміння смыслового аналізу.

Оскільки квінтесенція застосування експериментально-генетичного методу у М.М. Вересова і С.Д. Максименка виражена у відповідних принципах, визначимо їх реалізацію у дослідженні розвитку феномена «Майдану» (Табл. 1 і 2).

*Експериментально-генетичне дослідження.* У 2004 р. ми почали досліджувати феномен «Майдану» за відповідною методикою, що включала опитувальник зі 100 пунктів, які умовно характеризували енергетичну інтенсивність його прояву («життєву енергію») та наративи у вигляді звітів-одкровенень. Були отримані перші досить об'єктивні результати, що представлені у попередній роботі [8]. У науковому осмисленні цього явища, окрім загальних висновків, були позначені гіпотези можливості його розвитку як «дорослішання» з подальшим проявом в інших просторово-часових характеристиках. Прогнозувався також початок глобального процесу одухотворення українського суспільства у прагненні до досягнення вищого призначення в контексті авторського психологічного підходу «справа життя» [6; 7]. У подальшому періодично зверталася увага на ймовірності виникнення наступного Майдану, але вже значно «змужнілого», більш масштабного й енергетично насиченого, що було узагальнено в монографії [6]. Через 9 років такий дійсно виник спочатку як «Євромайдан», що незабаром переріс у «Майдан гідності» (Майдан-2013/2014), загальні характеристики якого знайшли відтворення у другому виданні монографії [7]. Сирі результати його експериментального дослідження були отримані ще три роки тому, але їх остаточне оброблення та інтерпретація здійснюється лише зараз після відносної стабілізації кризової суспільної ситуації та апіорного теоретичного усвідомлення.

Проведені заміри основних характеристик за раніше апробованою методикою передбачали, що весь період актуального існування Майдану-2013/2014, як і Майдану-2004, був розбитий на три умовні етапи: I етап (пасивний) – з початку до 19 січня; II етап (активний) – з 19 січня до 22 лютого; III етап (російська агресія) – із 23 лютого. Але якщо умовний період актуального існування Майдану-2004 тривав три тижні, то такий умовний період актуального існування Майдану-2013/14 тривав три місяці. Це було цілком очевидно, оскільки останній значно збільшився («подорослішав»). Така умовна етапізація дозволила виявити порівняльну динаміку змін характеристик розвитку цього феномена.

Характеристика експериментальних вибірок представлена у Табл. 3. Порівняльна характеристика Майданів 2004



Таблиця 1

**Реалізація у дослідженні розвитку феномена «Майдану» принципів експериментально-генетичного методу за Л.С. Виготським (в інтерпретації М.М. Вересова)**

Найменування та коротка характеристика принципів	Реалізація принципів у дослідженні розвитку феномена «Майдану»
<i>Принцип «зав'язка розвитку»:</i> враховує процеси, які підготовлені всім попереднім ходом розвитку, але перебувають на початковій стадії «зав'язки» в зоні найближчого розвитку.	Такими «зав'язками розвитку» були події «революції на граніті», «Україна без Кучми», «Помаранчева революція», які стали початковою стадією в зоні найближчого розвитку.
<i>Принцип категорії:</i> передбачає своєрідну реконструкцію процесу розвитку як «розгортання» вищого психічного процесу у драматичне зіткнення, колізію між людьми.	Події феномена «Майдану» стали найбільш драматичним і грандіозним зіткненням старого, аморального і корумпованого суспільства з новим високоморальним суспільством. Найбільш яскраво це проявилось у зіткненні «Майдану» й «антимайдану».
<i>Принцип ідеальної та наявної форм:</i> передбачає виділення реальної й ідеальної форм та забезпечення взаємодії між ними, що «задає» траєкторію розвитку.	Чітко проявлявся у «Майдані» як концентрованої, новій, ідеальній формі й «антимайдані» як старій, концентрованої, реальній формі, взаємодія між якими чітко задавала траєкторію розвитку.
<i>Принцип культурних засобів розвитку:</i> передбачає оволодіння культурними засобами, що поступово переходять у внутрішній план і стають внутрішніми засобами, опановуючи свій психологічний смисл; забезпечення самостійної активності; появу нової системи психічних функцій.	На Майданах з'явився ряд зовсім нових культурних засобів національної ідентифікації, а згодом загальноєвропейської культури, особистої гідності, самоорганізації, який забезпечив самостійну активність та появу нових функцій у суспільстві, що об'єдналось у протидію спочатку із внутрішніми, а потім і з зовнішніми спробами подавлення процесу розвитку.
<i>Принцип стійкості результатів розвитку:</i> передбачає наявність психологічного новоутворення як якісно нової структури, нового типу міжфункціональних зв'язків та побудови усїєї системи психологічних функцій, що визначають хід розвитку в певний період.	Поява стійких психологічних і морально-етичних новоутворень національної самосвідомості, особистісної і національної гідності, самоорганізації як структур нового типу міжфункціональних зв'язків та розбудови усїєї соціально-психологічної системи суспільства.

Таблиця 2

**Реалізація у дослідженні розвитку феномена «Майдану» принципів генетико-моделювального методу за С.Д. Максименком**

Найменування та коротка характеристика принципів	Реалізація принципів у дослідженні розвитку феномена «Майдану»
<i>Принцип аналізу за одиницями:</i> спрямований на визначення початкового відношення, що породжує клас явищ як цілісність. Це «клітинка», що зберігає властивості цілого як можливість розвитку.	Були визначені такі «одиниці», які зберігали властивості цілого: самоусвідомлення (самоорганізація), національно-культурне усвідомлення, гідність, також психологічні вершинні, геосоціокультурні, загальнопсихологічні характеристики, соціальність, соціальна та загальна ситуативність.
<i>Принцип єдності біологічного і соціального:</i> розкриває реальну сутнісну природу витоків активності особистості («душі») як життєвої енергії (нужди).	Запропонована категорія «справа життя» як першопричина життя особистості (функціонування душі), що характеризує реалізацію життєвої енергії онтогенезу («нужди») та енергії ортогенезу ноосфери.
<i>Принцип креативності:</i> передбачає реально враховувати різноманітність, несподіваність та непередбачуваність розвитку цілісної особистості.	Несподіваність та непередбачуваність виникнення низки «майданів» і подальших подій: «анексії Криму» та «донбасівської війни».
<i>Принцип рефлексивного релятивізму:</i> фіксує принципову неможливість встановлювати точні виміри та фіксувати остаточно вищі унікально-творчі прояви особистості.	Такі особистісні та соціальні прояви, як самоусвідомлення (самоорганізація), національно-культурне усвідомлення, гідність, а також психологічні вершинні, геосоціокультурні, загальнопсихологічні характеристики, соціальність, соціальна та загальна ситуативність стали несподіванкою і фіксувались як «одиниці» цілісного явища феномена «Майдану».
<i>Принцип єдності експериментальної і генетичної ліній розвитку:</i> передбачає наявність особливої детермінанти розвитку як руху до ускладнення – «ортогенез».	Використання «справожиттєвого формату» як специфічного жорстко детермінованого каналу найбільш ефективного напрямку розвитку цілісної особистості і суспільства у рамках відповідного СЖ-підходу у психології.

та 2013/14 рр. представлена у Табл. 4 та на Рис. 1. Тут пропонується детальна порівняльна характеристика лише київських Майданів, а характеристика Донецького Майдану-2004 та Зовнішнього Майдану-2004 (як реакція українців, які за цими подіями активно спостерігали за засобами масової інформації) представлена для загальної наочності.

Графічне зображення динаміки зміни середньої інтенсивності зазначених основних характеристик феномена «Майдану» упродовж періоду актуального існування представлено на Рис. 1.

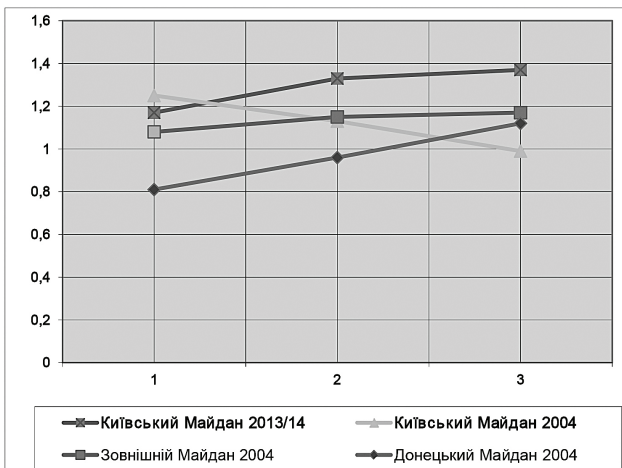


Рис. 1. Загальна характеристика розвитку феномена «Майдану»

Шляхом смислового аналізу інтенсивності прояву отриманих характеристик були виділені «одиниці аналізу» розвитку феномена «Майдану», представлені в Табл. 5. Їх смислове наповнення згідно з опитувальником представлено у Табл. 6.

У результаті статистичного аналізу достовірності розрізень за критерієм Стюдента ( $t$ ) та кореляційного аналізу за коефіцієнтом кореляції Пірсона ( $r_{xy}$ ) виділених характеристик феномена «Майдану» з'ясувалося таке.

Найбільше за критерієм Стюдента виділяється *самоусвідомлення (самоорганізація)*. Разом із цим не виявлено кореляційного зв'язку, що дозволяє цю характеристику вважати *новоутворенням* Майдану 2013/14. Дещо менше, але також достатньо значуще, за критерієм Стюдента виділяється *гідність*. Цю характеристику можливо вважати *новоутворенням*. Проте однозначно про це говорити не можна, оскільки за критерієм Пірсона проявляється (хоч і мінімально) кореляційний зв'язок.

За вказаними критеріями також можна виділити значне зростання *психологічних вершинних та загальнопсихологічних* характеристик. Вираженість інших виділених характеристик особливо не підвищилась, проте залишилась на достатньо високому рівні. Цікаво, що зменшення вираженості не було зафіксовано за жодною характе-

Таблиця 3

**Характеристика вибірок учасників емпіричного дослідження феномена «Майдану»**

Характеристики	Зовнішній Майдан-2004	Донецький Майдан-2004	Київський Майдан-2004	Київський Майдан-2013/14
Кількість досліджуваних	27	21	28	24
Середній вік (років)	33	39	30	38
Стать, чоловіків/жінок (у %)	40/60	38/62	60/40	50/50
Загальний досвід роботи (років)	15	25	8,5	21
Середній термін перебування/спостереження на/за Майдані/ном (днів)	22	9	12	78

Таблиця 4

**Порівняльна характеристика Майданів 2004 та 2013/14 рр.**

Характеристики Майдану	Київський Майдан-2004 (n=27)	Київський Майдан-2013/14 (n=24)	$r_{xy}$	t
	середнє	середнє		
Загальна	1.06	1.29	0.75	3.3
Етап 1	1.19	1.17	0.502	0.3
Етап 2	1.07	1.33	0.685	3.7
Етап 3	0.91	1.37	0.670	6.6



ристикою. Тому загалом отримані експериментальні дані порівняльної характеристики Майдану-2004 та Майдану-2013/14 свідчать про розвиток і зростання «життєвої енергії» останнього.

Як демонстрацію зазначеного можна навести витяги з нарративних матеріалів двох найбільш активних учасників цих Майданів.

Так узагальнив враження про події на Київському Майдані-2004 у своїх одкровеннях один з його активних учасників (студент-історик, 21 рік, на Майдані 21 день) : «<...> я став свідком того, про що писав Григорій Сковорода: «Україна спить глибоким сном, але я вірю, що вона колись прокинеться». І ось цей день настав і я брав у цьому участь, я став часточкою революції – мирної революції українського народу, яка «заразила» мене на все життя і змусила докорінно змінити погляд на Україну».

Так узагальнила враження про події на Київському Майдані-2013/014 у своїх одкровеннях одна з його активних учасниць (жінка, 29 р., бухгалтер, трудовий стаж 10 р., на Майдані – 100 днів): *Усередині мене ніби вибухав вулкан, який обпікав мою душу згустками лави. Адже сприймати спокійно дії влади було вже просто нереально. Влада з перших днів «Майдану» сприймала його як живу арену, на якій, на їхню думку, були непотрібні нікому шути, клоуни. <...> Влада зовсім не розраховувала на те, що АРЕНА ПОШИРИТЬСЯ іншими містами і знайде повну підтримку в кожному куточку світу. Коли почалися масові вбивства людей, які були не згодні із запровадженими владою порядками, особисто мені хотілося стати могутньою хвилею, що вириває із глибини морів і океанів, і поглинути собою усіх тих, хто чинить такі цинічні беззаконня. На сьогодні я вважаю, що своє останнє слово Майдан ще не сказав, і свято вірю,*

*що ще скаже, і буде почутий. Майдану – СЛАВА! Героям – СЛАВА! Герої – не вмирають!»*

У результаті виявилися ознаки підтвердження гіпотези «дорослішання», що вже можна було розглядати як закономірність. Якщо тоді Майдан можна було вважати «дитячим», то зараз з'явилися всі ознаки «підліткового». Це підтвердила загальна кількісна характеристика вираженості оцінюваних параметрів із високим показником кореляції та достовірності відмінностей і якісна характеристика на основі структурованих бесід із «майданівцями». Умовно можна сказати, що загалом Київський Майдан-2004 «подорослішав» до Київського Майдану-2013/14, у результаті чого зовнішній Майдан-2004 «подорослішав» до «Єдиної України», а Донецький Майдан-2004 «подорослішав» до «донбасівської війни».

**Висновки із проведеного дослідження.** З огляду на вищезазначене, можемо сформулювати такі висновки:

1. Якщо феномен «Майдану» розглядати як глобальну життєву критичну ситуацію, спрямовану на розвиток цілісної особистості і суспільства на основі вищих етичних функцій і цінностей, тоді для його наукового дослідження стає можливим застосування експериментально-генетичної методології з урахуванням коректив щодо визначення «етичних» функцій як «одиниць аналізу» розвитку та смислового аналізу за «смисловою логікою».

2. У результаті застосування цієї методології було виявлено такі новоутворення, як «гідність», «самоусвідомлення», «національно-культурне усвідомлення» та ін., що дозволяє говорити про закономірність «дорослішання» Майдану й очікування подальших більш енергетично насичених проявів у більших масштабах.

3. Можливість наукового підходу

Таблиця 5

### Статистична характеристика «одиниць аналізу» розвитку феномена «Майдану»

Характеристики феномена «Майдану»	Київський Майдан-2004 (n=27)	Київський Майдан-2013/14 (n=24)	$r_{xy}$	t
Самоусвідомлення (самоорганізація)	1.16	1.66	0.403	5
Національно-культурне усвідомлення	1.40	1.65	0.478	1.90
Гідність	1.31	1.58	0.497	3.90
Психологічні вершинні	1.24	1.49	0.484	3.30
Геосоціокультурні	1.15	1.44	0.426	1.90
Соціальність	1.21	1.32	0.641	0.70
Загальнопсихологічні	1.09	1.31	0.760	2.80
Соціальна ситуативність	1.10	1.26	0.630	1.20
Ситуативність загальна	0.85	1.11	0.657	1.50



Таблиця 6

**Характеристика смислового наповнення  
«одиниць аналізу» розвитку феномена «Майдану»**

Характеристики «одиниць аналізу» феномена «Майдану»
<i>Самоусвідомлення (самоорганізація)</i>
Вищий прояв особистісної надійності; виконання своєї справи життя; духовне самовизначення; духовний стрижень та сила окремої людини; ідентифікація себе з Майданом; особиста свобода; самореалізація; самовизначення у своїй справі життя; життєве самовизначення особистості; самоорганізація; опанування смислу життя; орієнтація на особистість, індивідуальність; самодостатність.
<i>Національно-культурне усвідомлення</i>
Національна самосвідомість; бажання долучитися до творення нової української модерної культури; взаємодія різних особистих, політичних, соціальних позицій та культур; незвичне, піднесене сприймання національних символів; відображення національної культури; прояви української модерної культури; творення нових національних традицій; є суто національним явищем; унікальність.
<i>Гідність</i>
Воля та свобода; національна самосвідомість; віра; вищий прояв громадянської самосвідомості; вищий прояв особистісної надійності; доброта і гумор як засіб боротьби зі злом; духовний стрижень та сила суспільства; здатність не робити того, що суперечить совісті і моральним нормам; здатність не виконувати ніяких дій, що суперечать моралі, духовності та вірі; незвичне, піднесене сприймання національних символів; спрямованість у майбутнє; виконання своєї справи життя; відчуття, що можеш все; відчуття великої грандіозної перспективи; духовне спілкування; духовне самовизначення; духовний стрижень та сила окремої людини; здатність все робити «з душею» не заради матеріальної вигоди; ідентифікація себе з Майданом; модель громадянина майбутнього суспільства; нова якість суспільства; особиста свобода; повна активна відкритість і довіра; самореалізація; самовизначення у своїй справі життя; життєве самовизначення особистості; самоорганізація; сміливість; творення нових національних традицій; трансформування неможливого в можливе; школа виживання; виробництво духовного продукту; всепрощення; має етнічні прояви у підвалинах; одкровення; опанування смислу життя; поєднання у своїй особистості матеріального та духовного; самодостатність; сповідальність (повна відвертість); успішне переживання межових та позамежових станів і життєвих ситуацій.
<i>Психологічні вершинні</i>
Воля та свобода; віра; вищий прояв особистісної надійності; зона свободи; здатність не робити того, що суперечить совісті і моральним нормам; здатність не виконувати ніяких дій, що суперечать моралі, духовності та вірі; виконання своєї справи життя; відчуття, що можеш все; відчуття великої грандіозної перспективи; духовне спілкування; духовне самовизначення; духовний стрижень та сила окремої людини; ейфорія; здатність все робити «з душею» не заради матеріальної вигоди; зона волі; неземні (космічні) переживання та стани; особиста свобода; піднесення та радість; повна активна відкритість і довіра; самореалізація; самовизначення у своїй справі життя; сміливість; соборність; солідарність; трансформування неможливого в можливе; сповідальність (повна відвертість); мудрість; елітність; одкровення; опанування смислу; життя; поєднання у своїй особистості матеріального та духовного; поле праведності; самодостатність; страх.
<i>Геосоціокультурні</i>
Указує напрям розвитку суспільства; духовний стрижень та сила суспільства; відображення світової культури; відчуття великої грандіозної перспективи; є загальносвітовим транскультурним явищем; наслідок і чинник трансформації суспільства; солідарність; цивілізаційний чинник суспільства; вождізм; є явищем всього християнського світу; унікальність.
<i>Соціальність</i>
Взаємодія різних особистих, політичних, соціальних позицій та культур; указує напрям розвитку суспільства; багатотваріантність форм існування Майдану; існування завдяки соціальному середовищу; модель громадянина майбутнього суспільства; модель майбутнього суспільства; наслідок і чинник трансформації суспільства; нова якість суспільства; проводи минулого; прообраз громадянського суспільства; самоорганізація; солідарність; цивілізаційний чинник суспільства; масова маніпуляція; ознаки комуністичного суспільства; прояви Майдану різними ознаками, постійно по-новому.
<i>Ситуативність соціальна</i>
Взаємодія різних особистих, політичних, соціальних позицій та культур; вказує напрям розвитку суспільства; багатотваріантність форм існування Майдану; динамічність і постійна зміна ситуації; існування завдяки соціальному середовищу; модель громадянина майбутнього суспільства; модель майбутнього суспільства; наслідок і чинник трансформації суспільства; нова якість суспільства; проводи минулого; прообраз громадянського суспільства; солідарність; трансформування неможливого в можливе; цивілізаційний чинник суспільства; випадковість виникнення явища «Майдану»; дії за законом «закономірної випадковості»; масова маніпуляція; ознаки комуністичного суспільства; прояви Майдану різними ознаками, постійно по-новому; розуміння «мови життя» (мови знаків, прикмет, випадкових подій, смислових зв'язків тощо); успішне переживання межових та позамежових станів і життєвих ситуацій.
<i>Ситуативність загальна</i>
Динамічність і постійна зміна ситуації; трансформування неможливого в можливе; випадковість виникнення явища «Майдану»; дії за законом «закономірної випадковості»; прояви Майдану різними ознаками, постійно по-новому; розуміння «мови життя» (мови знаків, прикмет, випадкових подій, смислових зв'язків тощо); успішне переживання межових та позамежових станів і життєвих ситуацій.



до дослідження розвитку феномена «Майдану» дозволяє говорити про ортогенез цілісної особистості у форматі «справа життя» та розбудову нового суспільства на основі вищих морально-етичних цінностей.

Тому феномен «Майдану» можна розглядати як джерело та основну підставу розвитку цілісної особистості і суспільства.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Вересов Н.Н. Экспериментально генетический метод и психология сознания: в поисках утраченного (статья вторая) / Н.Н. Вересов // Культурно-историческая психология. – 2015. – Т. 11. – № 1. – С. 117–126.

2. Вересов Н.Н. Экспериментально генетический метод и психология сознания: в поисках утраченного (статья первая) / Н.Н. Вересов // Культурно-историческая психология. – 2014. – Т. 10. – № 4. – С. 121–130.

3. Максименко С.Д. Теорія психології нужди (життєвої енергії) / С.Д. Максименко // Проблеми сучасної психології. – 2014. – Вип. 25. – С. 7–18.

4. Максименко С.Д. Психология жизненной силы (нужды) личности / С.Д. Максименко // Проблеми сучасної психології. – 2013. – Вип. 21. – С. 7–23.

5. Ткаченко А.А. Социальная морально-этическая терапия: феномен «Майдана» // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – 2017. – Вип. 1. – Т. 1. – С. 132–138.

6. Ткаченко А.А. Дело жизни: достижение личностью высшего предназначения : [монография] / А.А. Ткаченко. – 2-е изд. – Кировоград : LAMBERT, 2014. – 377 с.

7. Ткаченко А.А. Дело жизни: достижение личностью высшего предназначения : [монография] / А.А. Ткаченко. – Кировоград : Поліграф-Терція, КИ-РУЭ, 2010. – 288 с.

8. Ткаченко О. Психологічне дослідження феномена Майдану / О. Ткаченко // Психологія і суспільство. – 2006. – № 2. – С. 19–29.

УДК 167:159.9.018

## ЕПІСТЕМНА ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПІЗНАННЯ

Фурман А.А., к. психол. н.,  
доцент кафедри соціальної роботи та кадрового менеджменту  
Одеський національний політехнічний університет

Статтю присвячено висвітленню основних тенденцій генези теоретичної психології з позицій методологічної організації пізнання. Оптимізація психологічного знання передбачає консолідацію людської думки у поступі до софійності із задіянням новітніх форм методологування. На зазначеній основі визначено складові частини пізнавальної активності особистості, що утримують ефективну мислєдіяльність у пошуках істини.

**Ключові слова:** гносеологія, епістемологія, знання, методологія, методологування, наука, пізнання, принципи пізнавальної активності, теоретична психологія.

Статья посвящена определению основных тенденций генезиса теоретической психологии с позиций методологической организации познания. Оптимизация психологического знания предполагает консолидацию человеческой мысли в продвижении к софийности с задействованием новейших форм методологирования. На указанной основе определены составляющие познавательной активности личности, которые содержат эффективную мыследеятельность в поисках истины.

**Ключевые слова:** гносеология, эпистемология, знания, методология, методологирование, наука, познание, принципы познавательной активности, теоретическая психология.

#### Furman A.A. EPISTEMIC ORGANIZATION OF PSYCHOLOGICAL COGNITION

The article is devoted to the determination of the main tendencies of the genesis of theoretical psychology from the standpoint of the methodological organization of cognition. Optimization of psychological knowledge presupposes the consolidation of human thought in the progress towards sophiness with the use of the newest forms of methodologization. On this basis, the components of the cognitive activity of the personality are determined, which contain effective thought activity in the search for truth.

**Key words:** epistemology, knowledge, methodology, methodologization, science, cognition, principles of cognitive activity, theoretical psychology.

**Постановка проблеми.** Звернення науки до аналізу власних засновків-витоків, з'ясування співвідношення її понять і теорій із реальністю ознаменовується пізнавальною діяльністю як онтофеноменальним

процесом (свідомого розуміння конкретним дослідником) осягнення дійсності. Цілісне дослідження становлення знань про світ дозволяє зрозуміти всю множину задіяння свідомісних структур самого дослідни-

ка у пізнавальний процес, збагнути витoki, чинники, *сутність* і специфіку мислєдїяльностi як частини руху-поступу до пiзнання, осмислити принципи і критерії вiдбору орієнтирів на цьому шляху. Розуміння процедури оволодіння знаннями вiдiграє суттєву роль у пошукуванні сучасної психологiчної науки, а їх систематизація, упорядкування і концептуалізація значно полiпшить розуміння феномена пiзнання як мудрого засновку смислу людського існування.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Теоретична психологія є засадничою у напрацюваннях А.В. Петровського [1], котрий виділив її в окрему галузь знання, засновану на саморефлексії науки про душевну організацію особистості. Доробки автора постулюють постання історико-психологічних досліджень в упередженні емпірично отриманих та узагальнених психологічних знань, теорій і концепцій. Методологічні питання теоретичної психології розглядаються у працях В.В. Рибалки [2], котрий висновує необхідність вiднаходження оптимальних шляхів науково-дослiдного поступу до осягнення, розуміння і трансформації самого предмету психологiчного пiзнання. Реалізуючи теоретичну функцію психології, дослiдник розкриває сутність феноменів, що постають предметним колом його конкретно-наукових пошукувань. Вiховою у царині психософiйного методологування є напрацювання А.В. Фурмана [3; 4], наскрізно ідеєю яких є створення новiтніх, досконалих форм методології і професійного методологування як горизонтів психологiчного пiзнання, що становлять мистецтво і мудрість осмисленого, майстерного й ефективного мислення на предмет того, яким шляхом суб'єкту-дослiднику йти до наукової істини.

**Постановка завдання.** Мета статті – висвітлити найважливіші теоретичні принципи пізнавальної активності суб'єкта-дослiдника та окреслити основні шляхи його руху-поступу до психологiчного знання.

Завдання дослідження – з рефлексивних позицій історико-психологiчної генези знання охарактеризувати особливості пізнавальної активності суб'єкта-дослiдника; обґрунтувати значення методології в організації психологiчного пiзнання; визначити основні теоретичні підходи до побудови науково-психологiчного дослідження; описати вiхові засновки теоретичної психології.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, концептуалізація теоретичного матеріалу, узагальнення науково-психологiчних здобутків.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Рух-поступ до осягнення дійсності проходить через пiзнання як специ-

фічну діяльність суб'єкта, що здійснюється на основі відображення довколишньої реальності у психічній організації індивіда. А будь-яке відображення – це властивість усіх матеріальних систем відтворювати особливості тих її об'єктів-компонентів, які впливають на суб'єкта та набувають для нього сигнального і смислового значення. Фокусом-налаштуванням цієї рефлексії є знання (результат процесу пiзнання) як *форма* структурованого відображення дійсності у свідомості окремої людини.

Широкий підхід до розуміння буття, зберігаючи методологічне значення в сучасних умовах, передбачає звернення до таких атрибутивних характеристик світу, як його системно-структурна, динамічна і просторово-часова організація. В основі сучасних наукових уявлень про матеріальний світ лежить ідея його складної системно-структурної організації. Категорія «система» фіксує відмежовану й організовану цілісність, у рамках якої зв'язок між безліччю самостійних взаємодіючих частин (елементів) за низкою параметрів перевершують зв'язок з елементами інших цілісностей. Категорія «структура» характеризує сукупність внутрішніх зв'язків об'єкта, його побудови, співвідносності і взаємозалежності його складових частин. Під структурою розуміється такий спосіб зв'язку елементів у системі, завдяки якому ця упорядкованість виявляє властивості, характерні для неї як цілісного та якісного утворення.

Динамічний аспект організації матеріального світу окреслюється в найважливішій атрибутивній властивості матерії – її розвитковості (плинності, перманентному русі). Динамічне впорядкування Універсуму виявляється в різних формах (морфе), у яких, за словами Арістотеля, оприявнюється буття, організується першочергове ество світу, сутність всього суцього. Теорія пiзнання цього давньогрецького мислителя ґрунтується на онтології і своїм безпосереднім предметом визначає теорію науки, що сутнісно відрізняється від мистецтва, досвіду і процесу розмірковування. Учення про первинні основи всього живого або про сутність світу пояснюється Арістотелем через основні види буття – матеріальний та ідеальний, що постають у формі природного, соціального, духовного і людського світів. Також мислитель виділив чотири принципи існування всякої речі як організму: матерія, рух-поступ (видозміна, метаморфоза), діяльність (формовияв), причина (першооснова, мета, ціль). Увесь довколишній світ, на думку Арістотеля, – це форма його присутності-даності у часопросторі буття [5].



Упредметненням наукових зрушень є знання про буття, а їх об'єктивним полем – споглядання предметної дійсності, конструювання на цій основі теорій, змоглядних висновків. Знання відрізняється від простого досвіду, предметом якого можуть бути лише факти, що розглядаються як поодинокі випадки оприявлення реальності у свідомості особистості, всеосяжністю предметного поля використання знакових систем у побудові цілісного образу об'єктивної реальності. Тож досвід як емпірія (пережита значуща подія) є початком і вихідною точкою знань, однак на відміну від останніх не має уконкретненого формовияву в уявленнях, поняттях і теоріях. Досвід для античних мислителів – допонятійне знання [1].

Різні типології визначають знання як: а) інформацію про об'єктивний світ природи і суспільства та продукт духовно-пізнавальної діяльності суб'єкта; б) упредметнення внутрішнього духовно-психічного світу людини, у якому містяться уявлення про сутність і сенс самопізнання; в) цільові орієнтири й ідеально-теоретичні програми вчинення суб'єкта та ін. Існує безліч дефініцій науки і наукового пізнання, у кожній із яких визначальною ознакою або її сутнісною характеристикою виокремлюють: а) систему специфічних пізнавальних процедур (експеримент, опис, класифікація, пояснення та ін.); б) об'єктно-предметний характер знань, одержуваних у результаті наукового дослідження; в) рівень системної організації та обґрунтованості наукових знань, унікальний світоглядний феномен культури як форми пізнавальної діяльності тощо [1].

Пізнавальна активність людини створює передумови для перенесення об'єктів зовнішнього світу в ідеально-знаковий формовияв чи, інакше кажучи, організацію їх у знання. Вищим рівнем когнітивної діяльності людини є наукове пошукування, що становить складний суперечливий процес віднаходження й організації цілісної системи понять, гіпотез, законів, теорій та інших ідеальних форм самого пізнання. Наука – це особлива форма пізнання світу, що продукує систему міркувань, поглядів, ідей про фундаментальні принципи і засади людського буття, про найбільш загальні сутнісні характеристики людського ставлення до дійсності, суспільства і духовного життя в усіх його проявах [7]. А наукові здобутки психології постають у цьому ракурсі певним інструментарієм специфічного налаштування лінз-опцій пізнавальної активності психіки окремого суб'єкта дослідницької діяльності у розумінні, осягнен-

ні, поясненні, інтерпретації та подальшій трансляції знань про буття і світ.

Наука завжди прагнула бачити досліджувану реальність множиною причинно зумовлених природних подій і явищ, що підпорядковуються певним регуляторам і закономірностям. Структурно-функціональний аналіз науки дає можливість виявити і зафіксувати різні аспекти її змісту, описати форми її взаємодії з іншими феноменами культури і пізнавальними діями. Однак завдання категорійного визначення науки передбачає фіксацію й обґрунтування наскрізних її особливостей, у яких зафіксовані головні та найбільш істотні її ознаки як специфічного й унікального типу духовно-пізнавального вчинення. Наука – це форма соціально організованої пізнавальної діяльності, у якій на основі відображення дійсності здійснюється раціонально-понятійне її освоєння, що фіксується в системі предметного, об'єктивно істинного, нового знання [8, с. 101].

Наука завжди виокремлює її предметний аспект, абстрагуючись при цьому від особистісно-суб'єктивних думок і оцінок цієї реальності. Така установка дозволяє їй досягати об'єктивно-істинного знання про предмети і явища дійсності. Наука, описуючи і пояснюючи феноменальні структури реальності, відображає і відтворює світ таким, яким він існує у своїй онтичній даності, що окреслює основні підходи до пізнання буття з епістемологічних позицій. Сутність і спрямованість наукової рефлексії сучасності пов'язані з абсолютизацією таких пізнавальних прийомів і процедур, як аналіз, абстрагування, експеримент, класифікація, систематизація й абсолютизація досліджуваних явищ природи і людини як її вінця [9].

Важливу роль у постанні знання як осереддя загальнолюдських культурно-історичних здобутків відіграла і теорія самоорганізації (синергетика). Вона вивчає процеси самотворення або спонтанного структурогенезу, приділяючи при цьому особливу увагу ефектам узгодженої дії різних компонентів, що постійно видозмінюються та розвиваються. Важливо підкреслити, що у класичній науці домінували такі методологічні орієнтації й ідеали наукового дослідження, що акцентували увагу вчених на виявленні аспектів стійкості, рівноваги і порядку, досліджувані об'єкти розглядалися як замкнуті системи, що підкоряються принципам детермінізму – однозначного причинно-наслідкового зв'язку. Фактор часу був несуттєвим у цій картині світу, бо фізичну реальність підкоряли законам, інваріантним щодо тимчасової шкали. Але для складних системних об'єктів характерні такі властивості, які можуть бути



описані лише за допомогою нелінійних моделей [10].

Синергетика досліджує процеси самоутворення в системах різної природи. Під самоорганізацією розуміються явища генези просторово-часових структур у складних нелінійних системах, що перебувають у станах, віддалених від рівноваги. Коли система досягає особливого критичного стану («точки біфуркації»), її поведінка стає нестійкою під впливом незначних випадкових чинників (флуктуацій), а стан системи може радикально змінитися. У цей переломний момент не можна однозначно передбачити, у якому напрямі буде здійснюватися подальший розвиток системи: перейде вона на вищий рівень організації або стане хаотичною, втративши цілісність своєї структури [10]. Формування синергетики у психосоціальних вимірах пов'язують з іменами О.А. Донченко, С.П. Курдюмова, І.Р. Пригожина, Ю.В. Романенка, Г. Хакена. Концептуальний простір цієї нової міждисциплінарної галузі наукових досліджень охоплює такі поняття, як «атрактори», «біфуркації», «фрак тали», «детермінований хаос» та ін. Їх використання дозволило істотно розширити і конкретизувати наукові уявлення про процеси самоорганізації складних системних об'єктів різної природи, а також їх еволюційної динаміки під впливом різноманітних чинників зовнішнього середовища. Інакше кажучи, синергетика постала тим методологічним інструментарієм, який організовує систему дослідницької активності суб'єкта-дослідника з позицій холистичного бачення предметного поля пізнання.

Синергійність функціонального призначення психологічної науки з позицій методологування як надскладного інструментарію розширення меж свідомості дослідника полягає в розробленні цілісної картини світу, обґрунтуванні способу пізнання і формуванні узагальненої моделі взаємодії системи знань, суспільства і людини. Для сучасної психології методологічна проблематика набуває особливо важливого значення, оскільки в ній істотно ускладнюються досліджувані об'єкти, радикально змінюються засоби й технології науково-пізнавальної діяльності. Простір методологічної проблематики розширюється, у ньому все виразніше починають домінувати такі теми, як: 1) соціокультурна та етична детермінація методологічних програм наукового дослідження; 2) проблема об'єктивності наукового знання і критика *методології* «натуралістичного об'єктивізму»; 3) інтеграція соціально-психологічних, історичних і логічних чинників наукового пізнання в його

методологічних програмах і концепціях; 4) проблема примноження знань і наукових революцій; 5) методологічний потенціал глобального еволюціонізму, синергетики й інформаційних технологій у сучасному науковому пізнанні; 6) сучасні форми комунікації в науці і становлення «колективів експертів-інтелектуалів» як референтних суб'єктів науково-пізнавальної діяльності [8, с. 21].

Тут необхідно зазначити неабияку роль методології як комплексу принципів і підходів дослідницької діяльності під час отримання та розроблення знань у рамках конкретного психосоціального пошукування. На думку українського науковця В.В. Рибалки, сучасна методологія виконує такі основні функції: соціокультурну, орієнтовно-спрямовальну, стимулювальну, організаційно-структурну, евристичну, прогностичну, проективну, інтерпретаційну, науково-дослідницьку, що в суголоссі конструктивно скеровують науково-психологічні пошукування суб'єкта-дослідника [2].

У методологічному потенціалі психології, який дуже різноманітний, зазвичай виділяють два основні методи: діалектичний і метафізичний. Метафізичний метод, що був панівним у науці до кінця XVIII ст., орієнтував наукове пізнання на вивчення сутності всіх явищ, подій і фактів довкілля як якісно незмінних, що не мають внутрішніх детермінант розвитку, і тому позбавлених дихотомічних властивостей, сил, тенденцій до самозміни і самовдосконалення. Метафізика займалася дослідженнями первісної природи реальності, буття і світу як такого, використовуючи канони формально-логічного мислення. Метафізичний метод пізнання, постаючи вченням про надчуттєве (ноуменальне), котре лежить за межами фізичних (феноменальних) явищ, слугував позначенню предметів, що перебувають за межами фізичного світу. У широкому сенсі метафізичний шлях до пізнання утримує ідеальну сторону предмета, його зміст і сутність, тобто онтологічні засновки суцього.

Класичний філософський діалог як форма інтелектуальної діяльності має полемічну спрямованість, передбачає зіткнення різних світоглядних і дослідницьких позицій, раціональну дискусію, орієнтовану на пошук об'єктивної істини. У психологічному форматі розгляду діалектики споглядається його першочергова орієнтація на людину як вищу цінність теоретико-прикладного осягнення. Арістотель трактує діалектику не тільки як метод умовляючого пізнання, але і дослідження одиничних речей і предметів. Саме у пра-



цях цього античного мислителя діалектика вперше набуває статусу цілісного вчення про категорії, у системній сукупності яких відображається взаємозв'язок і внутрішньо суперечлива природа постійного руху (видозміни) всього суцього. Та лише в ідеях Г. Гегеля діалектика знаходить своє справді автентичне призначення у формі універсальної теорії розвитку і специфічного методу пізнання світу, що ґрунтується на ідеї безперервного руху, трансформацій і метаморфоз дійсності. Його діалектика орієнтована на виявлення змістовного, а не формального розвитку досліджуваного об'єкта, тому притаманна критичному і творчому мисленню, без якого не може існувати справжня наука [1].

Традиційно розвідки психологічної науки виникають як культурно-історичний (Л.С. Виготський [11]) рух-поступ організації специфічного типу світогляду й особливої форми освоєння дійсності, у процесі розвитку якої виробляється цілісна і сутнісно узагальнена система знань про світ, людину і способи взаємозв'язку між ними. Як основні можна зафіксувати три найважливіших типи наукового пізнання або три світоглядних питання психології. По-перше, проблема присутності божественної іскри в людині як частини Універсуму, у рамках якої психологія обґрунтовує категорійну модель світу і формовияви суто людського засвіту в оприявненні власного духовного ества у стосунках з докколишньою дійсністю. По-друге, проблема самого суб'єкта, яка пов'язана з осмисленням комплексу світоглядних питань про онтофеноменальний статус людини як найвищої цінності буття, її аксіопсихологічного компонен-

та, смисложиттєвих устремлінь і вчинень. По-третє, питання взаємозв'язку людини і довкілля, аналіз різних форм і типів відносин між ними, які передбачають пізнання, перетворення й осмислену інтерпретацію природного і соціокультурного світу [8].

Теорія науково-психологічного пізнання безпосередньо пов'язана з філософською методологічною традицією в організації психологічних знань як інтегративної сукупності компонентів: 1) традиційної або класичної гносеології (суб'єкт-об'єктного пізнання); 2) епістемологічних засновків пізнавальної активності як феноменального осереддя об'єктивованого істинного знання; 3) методології наукового пізнання і форм його конституювання в різних соціокультурних системах 4) психософійне методологування (Рис. 1).

Гносеологія є вченням про структуру і методи пізнання, його рівні і способи, завдяки яким відбувається одержання знань, їх систематизація, оформлення у наукові гіпотези, концепції, теорії. Центральною у гносеології є проблема істини як результату адекватного відображення у свідомості суб'єкта пізнавальної діяльності сутнісних властивостей об'єкта дослідницького інтересу. Основні епістемологічні проблеми пов'язані з механізмами-налаштуваннями об'єктивації і подальшої реалізації в науково-теоретичній і практичній діяльності психологічного знання як узагальненого, об'єктивного «закона буття». Об'єкт при цьому може розглядатися як елемент у структурі самого знання (ідеальний об'єкт) або як матеріальна дійсність співвідношення знань (буттєва реальність). Методологія слугує

**1 – гносеологія:** вчення про структуру, методи, рівні і способи пізнання, завдяки якому відбувається одержання знань, їх систематизація, оформлення у наукові гіпотези, концепції, теорії

**2 – епістемологія:** теорія пізнання, в якій досліджуються його постулати і чинники, з'ясовуються закономірності та умови достовірності й істинності знань



**4 – методологування:** універсальна система, засіб-процедура миследіяльної активності і спосіб отримання істинного знання, надскладна інтелектуально-рефлексивна робота самого мислителя

**3 – методологія:** система принципів, способів, прийомів, операцій і форм побудови наукового знання, а також вчення про правила миследіяльності при створенні теорії науки

Рис. 1. Філософські складові частини психологічного пізнання

упорядкуванню особистісних знань і соціального досвіду та постає засобом здійснення рефлексивної мислєдїяльностї суб'єкта-дослїдника, що покликана оптимізувати рух-поступ до пізнання законів існування свїту [4]. Вона утримує складну систему підходів, парадигм, концептів, моделей та інструментів цілісного осягнення явищ дїйсностї. Методологування ж постає процедурою мислєдїяльного практикування суб'єкта у конкретно-ситуаційному просторі відношення Людини і Свїту [3]. Ця надскладна методологічна робота дає змогу перевести особистісне знання з матеріалу (інформації) у засіб поглибленого розуміння і збагачення власного духовного засвіту особистості й таким чином перетворити це знання в тонкий інструмент саморозвитку її мислення та одночасно дозволяє рефлексивно осягнути довколишню реальність.

**Висновки із проведеного дослідження.** Дослїджувана реальність, у вимірах епістемної організації психологічного пізнання, не тільки описується, зображується, транслюється, а й концептуально інтерпретується, пояснюється, при цьому думка науковця-дослїдника спирається на особливі техніки мислєдїяльностї та принципи методологування, які спрямовані до істинного знання про свїт. Ця епістемна організація визначає горизонти холїстичного, системного бачення дїйсностї як сукупностї знань про закони і принципи буття.

У контексті цієї теоретико-психологічної рефлексії подальший пошук доречно спрямувати на детальний аналіз складових частин особистісного знання з урахуванням методологічного поля зреа-

лізування принципів епістемної організації пізнавальної активностї суб'єкта-дослїдника психологічного амплуа.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Петровский А.В. Основы теоретической психологии / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М. : Инфа-М, 1998. – 528 с.
2. Рыбалка В.В. Методологические вопросы научной психологии (Опыт личностно-центрированной систематизации категориально-понятийного аппарата) : [уч.-метод. пособие]. – М. : Ника-Центр, 2003 – 204 с.
3. Фурман А.В. Идея і зміст професійного методологування / А.В. Фурман. – Тернопіль : ТНЕУ, 2016. – 378 с.
4. Фурман А.В. Світ методології / А.В. Фурман // Психологія і суспільство. – 2015. – № 2. – С. 47–60.
5. Аристотель. Сочинения / Аристотель. – М. : Мысль, 1984. – Т. 4 / ред. тома и авт. вступ. ст. А.И. Доватур, Ф.Х. Кессиди ; прим. В.В. Бибахина, Н.В. Брагинской, М.Л. Гаспарова, А.И. Доватура ; пер. с древнегр. И.В. Брагинской, М.Л. Гаспарова, С.А. Шевелева, Г.А. Миллер. – 1984. – 830 с.
6. Фурман А.А. Концепт досвіду в індивідуальній психології Альфреда Адлера / А.А. Фурман // Психологія і суспільство. – 2012. – № 3. – С. 78–95.
7. Гуссерль Э. Кризис европейских наук и трансцендентальная феноменология / Э. Гуссерль. – СПб. : Изд-во «Владимир Даль», 2004. – 400 с.
8. Философия и методология науки : [учеб. пособ. для аспирантов и магистрантов] / А.И. Зеленков и др. ; под ред. А.И. Зеленкова. – 2-е изд. допол. и исправ. – Минск : ГИУСТ, 2011. – 479 с.
9. М'ясоїд П.А. Метатеоретичний аналіз у психології / П.А. М'ясоїд // Психологія і суспільство. – 2009. – № 4. – С. 54–82.
10. Донченко О.А. Архетипи соціального життя і політика / О.А. Донченко, Ю.В. Романенко. – К. : Либідь, 2001. – 334 с.
11. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М. : Смысл ; Эксмо, 2005. – 1136 с.



УДК 159.98

## ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Харченко С.В., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3  
Харківський національний університет внутрішніх справ

У статті проаналізовано результати численних досліджень соціального інтелекту студентів, які навчаються за різними спеціальностями. Показано, що значна кількість досліджень спрямована на розкриття взаємозв'язків здібностей соціального інтелекту та особливостей спілкування, здібностей соціального інтелекту та властивостей особистості в юнацькому віці. Доведено, що розвинутий соціальний інтелект сприяє активній, неконформній поведінці. Стверджується, що в юнацькому віці соціальний інтелект пов'язаний із навчальною ідентичністю, прагненням самоактуалізації та суверенністю психологічного простору.

**Ключові слова:** соціальний інтелект, юнацький вік, спілкування, особистість, властивості особистості.

В статье проанализированы результаты многочисленных исследований социального интеллекта студентов, обучающихся по разным специальностям. Показано, что значительное количество исследований направлено на раскрытие взаимосвязей способностей социального интеллекта и особенностей общения, способностей социального интеллекта и свойств личности в юношеском возрасте. Доказано, что развитый социальный интеллект способствует активному, неконформному поведению. Показано, что социальный интеллект в юношеском возрасте связан с учебной идентичностью, стремлением к самоактуализации и суверенностью психологического пространства.

**Ключевые слова:** социальный интеллект, юношеский возраст, общение, личность, свойства личности.

### Kharchenko S.V. FEATURES OF SOCIAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENCE

The article analyzes the results a lot of studies of social intelligence of students studying in different specialties. It is shown that a significant number of studies aimed at the disclosure of relationships the abilities of social intelligence and the peculiarities of communication and personality characteristics in adolescence.

It is proved that a high level of social intelligence in adolescence is associated with active, nonconformal behavior. It is alleged that social intelligence in adolescence is associated with academic identity, aspiration to self-actualization and sovereignty of psychological space.

**Key words:** social intelligence, adolescence, communication, personality, personality traits.

**Постановка проблеми.** Здібності соціального інтелекту, як і будь які здібності особистості, трансформуються упродовж життя людини. Ученими сенситивним щодо розвинення здібностей соціального інтелекту вважаються різні вікові періоди, найчастіше – старший дошкільний та підлітковий вік.

Соціальний інтелект є важливим щодо формування професійно значущих якостей для сукупності професій «людина – людина». Провідною в юнацькому віці є навчально-професійна діяльність, молодь обирає майбутню професію, навчається у вищому навчальному закладі, тому цей віковий період досліджується з позиції розвитку здібностей соціального інтелекту, вивчення їх місця у структурі особистості та впливу на особливості поведінки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У студентській вибірці соціальний інтелект та його взаємозв'язки з різноманітними психологічними явищами досліджувалися достатньо широко. У низці

розвідок розглядався соціальний інтелект як важлива передумова успішного вирішення професійних завдань у майбутньому та можливості його вдосконалення у процесі навчання у вищому навчальному закладі (Н.В. Альохіна, 2013 р.; Н.А. Амінов, 1992 р.; А.В. Берклунд, 2007 р.; Г.П. Геранюшкіна, 2001 р.; Н.В. Дегтярева, 2013 р.; Е.З. Івашкевич, Н.С. Дика, 2014 р.; С.П. Кожушко, 2013 р.; М.О. Лукічева, 2004 р.; Л.О. Ляховець, 2009 р.; О.Ю. Павлова, 2009 р.; Н.Л. Руда, 2012 р.; Н.М. Сараєва, Н.А. Макарова, 2013 р.; Г.В. Ожубко, 2007 р.; С.В. Руденко, 2008 р.; Н.А. Філіна, 2016 р.; А.В. Федоренко, 2011 р.; М.М. Фетисова, 2007 р. та ін.). Значна кількість досліджень спрямована на розкриття взаємозв'язків здібностей соціального інтелекту та особливостей спілкування студентів та курсантів (О.С. Батуріна, 2009 р.; Е.А. Капустина, 2004 р.; М.П. Сутиріна, 2010 р.; М.Л. Тарасенко, 2008 р.; Н.А. Філіна, 2016 р.; С.А. Хазова, 2012 р.; С.В. Харченко, 2008 р., 2017 р.; Н.Н. Хачатурян, 2009 р. тощо). У низці пу-



блікацій висвітлено особливості взаємозв'язків здібностей соціального інтелекту та властивостей особистості в юнацькому віці (Н.А. Лужбина, 2002 р.; А.М. Молокостова, 2007 р.; С.В. Харченко, 2009 р. тощо).

**Постановка завдання.** Метою статті є узагальнення сучасних уявлень щодо здібностей соціального інтелекту та їх взаємозв'язків із різноманітними психологічними властивостями в юнацькому віці.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Н.М. Князева описала особливості соціального інтелекту в юнацькому віці таким чином:

- добре розвинена здатність орієнтуватися в розумінні наслідків поведінки, передбачати вчинки людей;

- юнаки більше значення надають вербальному спілкуванню, ніж школярі, вони здатні знаходити відповідний тон спілкування з різними співрозмовниками, у різних ситуаціях спілкування;

- у дівчат спостерігається тенденція зростання чутливості до характеру і відтінків людських взаємовідносин порівняно зі школярками, що дозволяє їм правильно розуміти й оцінювати мовну експресію. Дівчата більше значення, ніж хлопці, надають аналізу невербальних проявів, чутливі до невербальної експресії, що посилює здатність розуміти інших [2].

Вивчення статевих та гендерних відмінностей соціального інтелекту в юнацькому віці проводилося значною кількістю вчених. Так, Ю.В. Обухова (2014 р.) стверджує, що рівень соціального інтелекту в дівчат-математиків вищий, ніж у юнаків-математиків. О.Ю. Судневою (2013 р.) показано, що у дівчат, які навчаються за спеціальностями «Психологія», «Радіотехніка» та «Радіофізика», соціальний інтелект вищий, ніж у юнаків. А.М. Камалова (2013 р.) виявила, що у змішаній за статтю студентській групі соціальний інтелект вищий, ніж у тих, у яких навчаються окремо юнаки або дівчата. З.А. Рахманкулова та В.О. Порядіна з'ясували, що високий рівень розвитку соціального інтелекту у студентів пов'язаний з андрогенною психологічною статтю. Результати нашого емпіричного дослідження (С.В. Харченко, 2009 р.) показали, що дівчата, порівняно з юнаками, мають статистично більш розвинуту здатність розуміти зміну значення схожих вербальних реакцій людини залежно від контексту ситуації, що їх викликала, і менш розвинуту здатність до логічного узагальнення, виділення істотних ознак у різних невербальних реакціях людини. За загальним рівнем соціального інтелекту юнаки і дівчата істотно не відрізнялися.

Ученими вивчалися особливості соціального інтелекту студентів, які навчаються за різними спеціальностями та на різних курсах. Є.О. Капустіна (2004 р.) досліджувала соціальний інтелект у студентів-випускників (математичний, філологічний і психологічний факультети) та виявила, що у представників професії типу «людина – людина» більш високі показники розвитку соціального інтелекту, ніж у представників професії типу «людина – знакова система». Але в роботах інших дослідників (наприклад, Н.А. Сеткова, 2010 р., І.І. Стрілецька, 2016 р.) це положення не отримало безперечного підтвердження.

За даними А.М. Камалової (2014 р.), емоційний компонент соціального інтелекту зростає від курсу до курсу. Результати дослідження Н.М. Рубцевої (2007 р.) свідчать про відсутність достовірних відмінностей у рівні соціального інтелекту у студентів – майбутніх педагогів початкової освіти – різних курсів. С.С. Мінавою (2011 р.) показана відсутність достовірних відмінностей загального рівня соціального інтелекту та домінуючої більшості окремих здібностей, що входять до його складу, у студентів 1–5 курсів, які отримують професію «людина – людина» (спеціальності «Психологія», «Психологія та педагогіка», «Зв'язки із громадськістю»). О.І. Пащенко (2003 р.) виявила негативний зв'язок показників соціального інтелекту студентів торгово-економічного профілю з віком і курсом [4]. Наші дослідження соціального інтелекту в курсантів, які навчалися за спеціальністю «Психологія», проведені у 2002–2003 рр., виявили, що у курсантів 5-го курсу достовірно вищий, ніж у курсантів 3-го курсу, загальний рівень соціального інтелекту та орієнтування у причинах, що спонукають людину діяти в конкретній ситуації певним чином.

М.А. Вишвіркиною (2009 р.) були проведені з інтервалом у 5 років дослідження соціального інтелекту й окремих його здібностей у першокурсників медичного вузу та виявлено, що студенти стали гірше розуміти людей та передбачати їхні дії в різних ситуаціях. Автор пояснює це зменшенням безпосереднього спілкування у молоді в позанавчальний час. Ці дані узгоджуються з результатами наших досліджень, проведених із 2002 по 2016 рік, які показали, що у курсантів-третьоккурсників, які навчалися за спеціальністю «Психологія», виявлено зниження рівня розвитку таких здібностей соціального інтелекту, як здібність передбачати наслідки поведінки у певній ситуації та здібність розуміти логіку розвитку ситуації взаємодії, значення поведінки людей



у цих ситуаціях (С.В. Харченко, 2016 р.).

Ученими вивчався вплив рівня розвитку соціального інтелекту на успішність навчальної та майбутньої професійної діяльності.

У дослідженнях Н.А. Амінова і М.В. Молоканова (1992 р.) абітурієнтів медико-психологічного факультету виявилось, що чим вищим є рівень розвитку соціального інтелекту, тим більш вірогідною буде здатність студента до організації експериментально-дослідної діяльності. Ті респонденти, у яких виявилися провідними обидва компоненти спеціальних здібностей, показали більш високий рівень здатності до здійснення практичної психологічної діяльності та конструктивного впливу на аудиторію під час реалізації ділових форм комунікації.

Цікаві дані отримані Н.О. Бурейко (2016 р.), що студенти-білінгви, які є збалансованими, порівняно з білінгвами, у яких визначена домінуюча мова, мають більш високий рівень соціального інтелекту та окремих його здібностей.

За результатами, отриманими Н.Л. Каменською та М.К. Кременчуцькою (2015 р.), студенти – майбутні психологи з високим рівнем соціального інтелекту – оцінюються педагогами-експертами позитивно, як сумлінні та чарівні, але досить егоїстичні.

О.І. Пащенко стверджує, що оптимальним для особистості в цьому віці є високий рівень соціального інтелекту: такі студенти не мають проблем у спілкуванні, для них характерний високий рівень володіння комунікативними вміннями і навичками; висока сумісність, контактність, гнучкість, адаптивність і свобода у спілкуванні [4]. У наших дослідженнях не було виявлено взаємозв'язків загальних соціометричних індексів і особливостей розвитку соціального інтелекту, тобто популярність суб'єкта у групі і діадичних дружніх стосунках не пов'язана з показниками соціального інтелекту.

За даними М.Л. Тарасенко, студенти з низьким та середнім рівнем соціального інтелекту мають труднощі у спілкуванні, для них характерні жорстко-консервативний, авторитарно-агресивний стилі спілкування [6]. Автором виявлено, що у студентів, у яких рівень соціального інтелекту був занадто високим, спостерігалось збільшення маніпулятивних тенденцій, знижений рівень власної гідності, емпатії, висока обережність (низькі показники імпульсивності), догматичність мислення, низький рівень моральної свідомості з одночасно високим почуттям задоволеності спілкуванням і стосунками у близькому колі [6].

У наших дослідженнях соціальний інтелект у юнацькому віці виявився не пов'язаним з інтересом до соціальних проблем, наявністю потреби впливати на інших. Рівень розвитку соціального інтелекту та низьки окремих здібностей, які входять до його структури, перешкоджає формуванню антагоністичних міжособистісних відносин у групі.

У дослідженні М.П. Сутиріної та С.О. Понамаревої виявлена тенденція до позитивної кореляції між соціальним інтелектом і реагуванням у конфлікті за типом «компроміс» і негативний кореляційний зв'язок між соціальним інтелектом і реагуванням у конфлікті за типом «суперництво» у студентів – майбутніх педагогів [5]. У нашому дослідженні взаємозв'язків здібностей соціального інтелекту та особливостей поведінки в конфлікті курсантів, які навчаються за спеціальністю «Психологія», виявлено, що чим вищий рівень розвитку соціального інтелекту, тим більше вони не схильні до вразливості та агресивності [8]. За більш високого рівня соціального інтелекту курсантами частіше обираються такі стилі поведінки в конфлікті, як пристосування, та, меншою мірою, співробітництво, а не використовується такий стиль, як уникання [10].

Нами також було з'ясовано, що більш високий рівень соціального інтелекту в юнацькому віці відповідав більш вираженій інтерактивній настанові «Дорослий», сильними сторонами якої є адекватна самооцінка, можливість до розрахунку дій та контролю над ними, раціональний характер реагування на проблемні ситуації, тверезість в оцінках, неконформність, самостійність, дисципліна.

Н.А. Філіна досліджувала особливості інтелекту майбутніх соціальних педагогів, ґрунтуючись на даних експертної оцінки студентів із низьким та високим рівнем інтелекту [7]. Дані автора свідчать, що студенти з високим рівнем соціального інтелекту відповідальні за власні рішення, їхні потреби та інтереси більш різноманітні і змістовні, вони більш чутливі до поведінки інших, краще вмють співчувати і частіше готові допомогти, у взаєминах мають почуття міри і психологічний такт, за першого знайомства проявляють винахідливість і швидко знаходять способи впливу і контакту з іншими людьми, виходячи з їх індивідуальних особливостей, у великій аудиторії не відчують напруги. Студенти з високим рівнем соціального інтелекту впевнені у власних силах, мають підвищене почуття власної гідності і прагнуть позитивної думки про себе в оточення. У спілкуванні

вони відкриті і природні, готові до співпраці, уважно та терпляче ставляться до оточення і легко пристосовуються. Їм властива підприємливість, соціальна сміливість, активність, вміння триматися вільно, але водночас вони можуть бути імпульсивними і чутливими [7].

За даними Н.А. Філіної, студенти з низьким рівнем розвитку соціального інтелекту прагнуть лідерства, домінування, виявляють владність і непоступливість, хочуть мати вагу в очах інших, розпоряджатися, мати успіх, ігноруючи чужі бажання і волю. Вони можуть у процесі комунікації переважно використовувати рішучу й категоричну форму прохань, а в разі опору можуть проявляти агресію, недружелюбність, гнів. У комунікативному процесі студенти з низьким рівнем розвитку соціального інтелекту часто демонструють наполегливість, впертість, а також ігнорування прийнятих у суспільстві правил, що може призводити до конфліктів, критично ставляться до думки інших, рідко її враховують, рішення не змінюють під тиском групи [7].

За даними В.М. Куніциної, чим вищий у студентів рівень соціального інтелекту, тим більше розвинені упевненість у собі, здатність впливати; чим нижчий рівень соціального інтелекту, тим більші сором'язливість, рефлексивність, агресивність, ймовірно, самотність, низька самоповага, конфліктність, невротизм, виснажувальність [3]. Результати нашого дослідження показали, що високий розвиток соціального інтелекту в юнацькому віці сприяє більш наступальній, активній, але менш підкорюваній, конформній, невпевненій, конфліктній і агресивній позиції у спілкуванні; також визначено, що рівень розвитку соціального інтелекту і загальний рівень емпатії є незалежними параметрами [8].

Дослідження взаємозв'язків особливостей особистості та соціального інтелекту в юнацькому віці менш численні, ніж роботи з визначення впливу розвитку здібностей соціального інтелекту на специфіку спілкування.

М.Є. Жидко, Н.Л. Калайтан та О.Г. Мачнев за допомогою факторного аналізу вивчали особливості взаємозв'язку компонентів соціального та емоційного інтелекту й низки типів навчальної ідентичності студентів першого курсу вищого технічного навчального закладу («конформний», «випадковий слухач», «нігіліст», «працеголік» та «зірко-вий») [1]. Виявлено, що для студентів із типом навчальної ідентичності «нігіліст», у яких відсутні визначені життєві орієнтири, є внутрішньоособистісні конфлікти, знижена цікавість до навколишнього сере-

довища, характерні такі структурні компоненти соціального та емоційного інтелекту, як «контроль емоцій», «емоційна рефлексія» та «рольова пластичність». Юнаки з навчальною ідентичністю «нігіліст» чутливі до вербальної експресії, вміють орієнтуватися в невербальних реакціях учасників взаємодії, знають нормо-рольові моделі і правила, що регулюють поведінку.

У студентів із навчальною ідентичністю за типом «працеголік», у яких чітко визначені професійно значущі цілі, гіпертрофоване уявлення про себе, прагнення відповідати високим суспільним та професійним стандартам, факторна структура особливостей соціального та емоційного інтелекту представлена «емоційною компетентністю», «контролем експресії» та «соціальною адаптованістю». Тобто вони здатні розуміти зміну поведінки в різних ситуаціях, логіку розвитку ситуацій взаємодії та значення поведінки людей у цих ситуаціях, а також мають уміння передбачати наслідки поведінки, виходячи з наявної інформації [1].

Студенти із «зірковим» типом навчальної ідентичності схильні підкреслювати свою особистісну унікальність та сприймають майбутню професію як можливість підкреслити свою значущість. Факторна структура особливостей соціального та емоційного інтелекту в цій групі представлена «прогностичністю», що відображає їх здатність правильно розуміти та впливати на власний і чужий емоційний стан, вміння орієнтуватися в невербальній експресії і прогнозувати наслідки поведінки, «емоційною сензитивністю» та «соціальною компетентністю», які показують здатність розуміти і прогнозувати поведінку людей у різних життєвих ситуаціях, розпізнавати наміри, почуття й емоційні стани людини за невербальною і вербальною експресією, чутливість до характеру і відтінків людських взаємин, а також широкий репертуар рольової поведінки [1].

Н.Л. Калайтан (2013 р.) показано, що за навчальної ідентичності «гармонійний фахівець», «фантомний» та «помилковий вибір» студенти мають середній рівень розвитку всіх параметрів соціального інтелекту.

Результати наших досліджень свідчать, що рівень розвитку соціального інтелекту й окремих здібностей, що входять до його складу, позитивно пов'язані з низкою важливих складових частин прагнення особистості до самоактуалізації [10]. Так, високий рівень соціального інтелекту пов'язаний зі здатністю людина виражати свої почуття в заздалегідь не продуманих діях, здатністю швидко реагувати на ситуацію,





що змінюється, прагненням набуття знань про навколишній світ, розвинутою творчою спрямованістю особистості. Соціальний інтелект та окремі здібності, які входять до його складу, позитивно пов'язані зі ступенем правильності орієнтованості людини в часі, гнучкістю, розумністю в застосуванні стандартних принципів, здатністю приймати себе всупереч своїй слабкості [10]. Про достовірний зв'язок соціального інтелекту та самоактуалізації свідчать також дані А.Є. Ільїних (2011 р.) та О.Ю. Судневої (2014 р.).

Результати наших досліджень свідчать про достовірний позитивний взаємозв'язок соціального інтелекту та суверенності психологічного простору особистості, суверенності території, світу речей і звичок.

Н.С. Черноусенко та Н.Л. Кудрин (2015 р.) досліджували взаємозв'язки між здібностями соціального інтелекту та саморегуляцією у студентів, але обґрунтованих та зрозумілих взаємозв'язків виявлено не було. Наші дослідження також не показують однозначних результатів із цього питання.

**Висновки із проведеного дослідження.** Дослідження соціального інтелекту в юнацькому віці часто пов'язані з вивченням професійно важливих якостей, особливо таких професій, як психолог, педагог тощо. Проведено значну кількість досліджень із порівняння особливостей соціального інтелекту у студентів різних спеціальностей. Представлені в літературі результати не дозволяють беззаперечно стверджувати про переваги в розвитку здібностей соціального інтелекту студентів, які навчаються професіям типу «людина – людина», та потребують подальшого вивчення.

Літературні дані дозволяють обґрунтовано стверджувати, що розвинений соціальний інтелект у юнацькому віці не створює автоматично ідеального комунікатора. Результати досліджень свідчать, що розвинутий соціальний інтелект сприяє активній, неконформній, неагресивній та неконфліктній поведінці, раціональному характеру реагування на проблемні ситуації.

У юнацькому віці соціальний інтелект пов'язаний із навчальною ідентичністю, прагненням самоактуалізації та суверенністю психологічного простору.

Маємо дані, що останнім часом рівень розвитку здібностей соціального інтелекту студентів знижується. Таким чином, залишається актуальною проблема втілення

в навчальний та позанавчальний процес системи заходів із розвитку здібностей соціального інтелекту, особливо під час підготовки фахівців із тих спеціальностей, для яких розвинутий соціальний інтелект є професійно важливим.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Жидко М.Є. Структурні особливості соціально-емоційного інтелекту студентів першого курсу вищого технічного навчального закладу / М.Є. Жидко, Н.Л. Мачнев О.Г. Калайтан // Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія». – 2012. – № 1009. – Вип. 49. – С. 201–204 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC\\_2012\\_1009\\_49\\_48](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2012_1009_49_48).
2. Князева Н.Н. Изучение социального интеллекта у школьников и студентов. / Н.Н. Князева // Юбилейная международная науч.-практ. конф., посвященная 200-летию Д.П. Ознобишина. (г. Инза, 14–15 мая 2004 г.). – Инза ; Самара : Изд-во СГПУ-СНЦ РАН, 2004. – Т. 2. – 2004. – С. 234–235.
3. Куницына В.Н. Межличностное общение : [учебник для вузов] / В.Н. Куницына, Н.В. Казаринова, В.М. Погольша. – СПб. : Питер, 2001. – 319 с.
4. Пашенко Е.И. Соотношение социального интеллекта, когнитивных и психосоциальных характеристик в период ранней взрослости : автореф. дисс. ... канд. психол. наук / Е.И. Пашенко. – СПб., 2003. – 20 с.
5. Сутырина М.П. Взаимосвязь социального интеллекта и моделей поведения в конфликте у лиц с нарушенным слухом / М.П. Сутырина, С.О. Понамарева // Мир науки, культуры, образования. – 2013. – № 5. – С. 224–227.
6. Тарасенко М.Л. Трудности межличностного общения студентов с разным уровнем социального интеллекта : автореф. дисс. ... канд. психол. наук / М.Л. Тарасенко. – Сургут, 2008. – 25 с.
7. Филина Н.А. Социальный интеллект как фактор эффективности коммуникативного процесса между социальным педагогом и детьми группы риска : автореф. дисс. ... канд. психол. наук / Н.А. Филина. – М., 2016. – 25 с.
8. Харченко С.В. Социальный интеллект и особенности межличностного общения в юношеском возрасте / С.В. Харченко // Познание в структуре общения : матер. Межд. науч. конф. – М. : ИП РАН, 2008. – С. 186–192.
9. Харченко С.В. Социальный интеллект та особистість: особливості взаємозв'язків / С.В. Харченко // Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». – 2009. – Т. 14. – Вип. 5. – С. 78–84.
10. Харченко С.В. Особливості взаємозв'язку соціального інтелекту та конфліктності у спілкуванні / С.В. Харченко // Зб. тез. наук.-практ. конф. «Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання» (30 березня 2017 р.). – Х. : ХНУВС, 2017. – С. 70–72.



УДК 159.947

## ВОЛЯ У СИСТЕМІ ПСИХІЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЛЮДИНИ

Шамлян К.М., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри філософії та психології  
Національний лісотехнічний університет України

У статті проаналізовано різні концепції психічної саморегуляції. Розглянуто специфіку регуляційного підходу в розкритті природи волі як психічного феномена. Визначено роль волевого чинника у системі психічної саморегуляції людини.

**Ключові слова:** воля, волева регуляція, психічна саморегуляція, суб'єктна активність, мотивація.

В статье проанализированы разные концепции психической саморегуляции. Рассмотрена специфика регуляционного подхода в раскрытии природы воли как психического феномена. Определена роль волевого фактора в системе психической саморегуляции человека.

**Ключевые слова:** воля, волевая регуляция, психическая саморегуляция, субъектная активность, мотивация.

Shamlyan K.M. WILL IN THE SYSTEM OF A PERSON'S MENTAL SELF-REGULATION

The article analyzes different concepts of psychic self-regulation. The specifics of the regulatory approach in revealing the nature of the will of a psychic phenomenon are considered. The role of the volitional factor in the system of a person's psychic self-regulation is defined.

**Key words:** will, volitional regulation, psychic self-regulation, subjective activity, motivation.

**Постановка проблеми.** У психологічному вивченні волі склалося два основні підходи: мотиваційний (що акцентує на її спонукальному складнику) та регуляційний (з акцентом на виконавчій частині). Останній притаманний сучасним дослідженням, у яких волю розглядають у рамках свідомої психічної саморегуляції поведінки (В. Калін, В. Іванніков, Є. Ільїн, Б. Смірнов, О. Биков, М. Чумаков, J. Kuhl та ін.). Отже, предметом вивчення є не «воля» взагалі, не «волева поведінка», а саме «волева регуляція».

Утвердження регуляційного підходу у психології волі пов'язано, на наш погляд, з наданням ключового значення вивченню проблеми саморегуляції у загальній психології; адже за допомогою феномена саморегуляції намагаються пояснити загальний принцип функціонування психіки людини як цілісної системи, так і на різних її рівнях: індивідуальному, особистісному, суб'єктному.

В. Моросанова [10] визначає предмет психології саморегуляції як метапроцеси, які забезпечують самоорганізацію психічної активності людини як суб'єкта дій, поведінки, життєдіяльності, а також цілісність її індивідуальності. До проблематики цього напрямку віднесено дослідження регуляції функціональних станів, загальних закономірностей та індивідуальних особливостей поведінки та діяльності, дослідження психології прийняття рішень, когнітивної, особистісної, емоційно-волевої регуляції, проблеми індивідуальних стилів регуляції та реалізації різних видів довільної актив-

ності, природи саморегуляції та вікових аспектів її становлення.

Проблема заявлена дуже широко, вона охоплює всі сфери психічного, причому волевою регуляцією не виділено окремо від емоційно-волевої. У роботах В. Моросанової [10; 11] з усвідомленої саморегуляції поняття «воля», «волева регуляція» взагалі не згадуються.

Така картина спостерігається і у статті Е. Бахчєєвої [1], яка спробувала виділити основні значення поняття «саморегуляція» та класифікувати варіанти його використання: як одну з головних функцій свідомості, виділену поряд із відображенням; як особливий психічний механізм оптимізації стану людини (що характерно для прикладних галузей психології). У ширшому трактуванні у цей процес включається не тільки оптимізація, а й усі часткові процеси управління на рівні власне особистості, її цілей, смислів, життєвого шляху (самодетермінації, самореалізації), на рівні різних видів активності суб'єкта: управління пізнавальною активністю, поведінкою, діяльністю, спілкуванням (самоорганізація).

Серед теорій та тлумачень саморегуляції, згаданих у роботі, на волевий компонент вказується тільки у зв'язку з концепціями В. Іваннікова та Ю. Куля і взагалі не згадуються дослідження з емоційно-волевої та емоційної саморегуляції. Це є відображенням того, що на довгий час проблема волі «пішла у забуття» у вітчизняній та зарубіжній психології, поняття «воля» було вилучено з тезаурусу основних психо-



логічних понять, воно розчинилося у більш широких темах мотивації, саморегуляції, суб'єктності.

На наше велике переконання, власне воля (у широкому та вузькому її розумінні) лежить в основі успішної реалізації суб'єктної активності з досягнення власне «суб'єктних» цілей, в основі комплексу здатностей регулювати при цьому різні функціональні та емоційні стани, приводячи їх до оптимального рівня. Адаптивна активність реальної людини у реальних умовах її життя переважно передбачає необхідність підтримання мотивації на незгасному рівні, потребу в подоланні різних перешкод та труднощів внутрішнього та зовнішнього характеру, наполегливість та інші вольові здатності.

**Постановка завдання.** Мета статті – проаналізувати різні концепції саморегуляції, значення регуляційного підходу в розкритті природи волі як психічного феномена; визначити роль вольового чинника у системі психічної саморегуляції людини.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Провідна роль у розробленні проблеми усвідомленої психічної саморегуляції належить О. Конопкіну. Його структурно-функціональна модель [8] відображає єдину для різних видів довільної цілеспрямованої активності людини структуру процесів саморегуляції, у якій виділено такі функціональні ланки: 1) мета діяльності; 2) суб'єктивна модель значущих умов; 3) програма виконавчих дій; 4) система суб'єктивних критеріїв досягнення цілі; 5) контроль та оцінка реальних результатів; 6) рішення про корекцію системи саморегулювання.

Усі ланки регуляторного процесу є інформаційними утвореннями. Психічна саморегуляція є подоланням суб'єктом інформаційної невизначеності у кожній окремій ланці за їхнього інформаційного узгодження. Модель відображає структурно-функціональний аспект форми психічної саморегуляції, який є базисним для змістовно-психологічного аспекту. Останній дає змогу представити саморегуляцію як жвавий, пристрасний процес власне психічної активності суб'єкта. Відповідь на питання про те, що собою являє змістовно-психологічний аспект саморегуляції, ми частково знаходимо в інших роботах О. Конопкіна [7; 9].

В аналізі змістовно-психологічного аспекту саморегуляції передусім нас цікавить, яке місце в ньому відведено волі. Якість особистості, що впливають на ефективність саморегуляції, учений поділяє на два «блоки».

Вольові якості (упертість, цілеспрямованість, самостійність, ініціативність), а також

загальний вольовий розвиток віднесено до блоку формально-динамічних параметрів саморегуляції (не зовсім зрозуміла семантика поняття «загальний вольовий розвиток» і як це поняття співвідноситься з вищевказаними та іншими вольовими якостями). Цей блок визначає формально-динамічні параметри саморегуляції, її стабільність, надійність у разі ускладнення умов тощо; до нього також входять швидкість орієнтування в умовах та завданнях, упевненість під час прийняття рішень, працелюбність. Ці якості може виявляти і людина, яка не має свідомих суспільно значущих мотивів, проте мотивована досягненням цілі в її предметній або грошовій винагороді.

Другий блок становлять особистісні якості, які відповідають за змістовно-сміслову сторону саморегуляції (смісл діяльності для суб'єкта, зміст спонукальних мотивів, ставлення до інших членів колективу, ціннісна спрямованість тощо). Лише змістовно повноцінне формування цього блоку забезпечує необхідний смисловий рівень регуляції всіх форм довільної активності: навчання, професійна праця, відносини з іншими тощо.

Вольовий компонент у цій концепції спеціально не виділено, на ньому не акцентовано в системі саморегуляції, хоча автор концепції згадує про деякі вольові прояви особистості: про «автоматичний навик вольового зусилля», що допомагає долати нудні, важкі та неприємні етапи діяльності; про розвиток вольових якостей, який приводить до розвитку специфічної потреби – потреби в активному та успішному досягненні цілей; про «ефективну самостійність» (або ініціативну та результативну самостійність) як інтегральну «діяльнисту» характеристику суб'єкта, яка відображає наявність високого рівня саморегуляції.

Зазначено також, що у своїх розвинутих та автоматизованих формах навик вольової поведінки, який поєднується з «операційними» уміннями з організації контуру регуляції, виражається в тому, що будь-яку «прийнятну» діяльність суб'єкт виконує старанно. Одним із вищих рівнів розвитку довільної саморегуляції є системна взаємодія загальних «операційних» умінь саморегуляції та особистісного розвитку, зокрема власне потребово-мотиваційного та вольового (у вузькому розумінні).

Психологічний зміст поняття «ефективна самостійність» розкрито в емпіричному дослідженні, присвяченому ролі саморегуляції у навчальній діяльності [9]. Ефективна самостійність – це уміння без систематичного контролю, допомоги та стимуляції з боку викладача самостійно працювати

у навчальному закладі (уроки, лекції, практичні заняття), вдома, у бібліотеці, уміння організувати окремі форми роботи та всю навчальну діяльність загалом. Були також визначені інші характеристики успішного навчання, безпосередньо пов'язані із самостійністю: уміння правильно оцінювати свої можливості під час постановки мети, наполегливість у її досягненні, почуття відповідальності за виконану роботу та прагнення зробити її добре, упевненість у собі та у правильності виконаної роботи, адекватна самооцінка, звичка та уміння аналізувати причини успіху та невдачі у роботі.

У студентів, які володіли цим комплексом характеристик («автономні» досліджувані), ефективність функціонування окремих ланок саморегуляції навчання виявилася вищою. Такі особи ефективніше використовують отриману інформацію, більш адекватно формують «суб'єктивну модель значущих умов діяльності» та програму виконавчих дій.

В. Моросанова [11] розуміє саморегуляцію як системний багаторівневий процес психічної активності людини з висування цілей та управління їх досягненням. Вона наголошує на тому, що як би не була обдарована та компетентна людина, для високої ефективності діяльності вона повинна володіти розвиненою та досконалою системою регуляції досягнення зовнішніх (практичних) та внутрішніх (спрямованих на себе, на рішення проблем саморозвитку) цілей.

Аналіз праць ученої дає змогу виділити такі особливості розуміння саморегуляції в її концепції. По-перше, саморегуляція пов'язується із суб'єктністю, точніше суть суб'єктності розкривається через здатність до саморегуляції: саморегуляція є «функціональним засобом суб'єкта та психологічним механізмом, який дозволяє мобілізувати особистісні та когнітивні ресурси для реалізації власної активності, для висування та досягнення її цілей» [11, с. 39]; «суб'єктність виявляється насамперед у самодетермінації, у розвитку усвідомленої саморегуляції активності» [11, с. 40].

По-друге, саморегуляцію наділено управлінськими, організаційними функціями більшою мірою, ніж власне регуляторними, так що можна поставити знак рівності між поняттями «саморегуляція довільної активності» і «самоорганізація діяльності», або «самоуправління досягненнями». Звісно, що використання префікса «само-» у багатьох психологічних поняттях (саморегуляція, самостійність, самоуправління, самодетермінація, самоусвідомлення тощо) відповідає активному творчому характеру людської психіки. Разом із тим поняття регуляції в її загальнонауковому значенні

містить у собі й реактивну функцію: регуляція як відповідь системи, що регулюється, на зміну умов її існування для повернення до початкового оптимального стану рівноваги. У різних галузях науки поняття «саморегуляція» застосовується для описання роботи живих і неживих систем, заснованої на принципі зворотного зв'язку.

Необхідно зазначити, що на активному характері саморегуляції не тільки діяльності, а й саморегуляції як загального психофізіологічного феномена наполягає й інший представник школи свідомої саморегуляції. Посилаючись на розроблення М. Бернштейна щодо фізіології активності, О. Осницький вказує на виявлену націленість регуляції «живого руху», орієнтації активності суб'єкта на «подолання» ситуації, а не на адаптацію до неї. Ролі компенсаторних та адаптаційних механізмів за такого підходу надається лише часткове значення, а набагато більша увага приділяється упереджувальній активності. «Стосовно людини наше знання про її «дар» – уміння усвідомлювати багато з того, що вона зустрічає та бачить, а також і про здібність це змінити, ще більшою мірою змушує нас говорити не про «адаптацію» і навіть не про «подолання», а про «освоєння» ситуації, про відкриття все нових і нових можливостей взаємодії з нею і перетворення її у своїх цілях» [12].

По-третє, сутність регуляторного процесу розкривається через ситуацію вибору цілей поведінки та діяльності, а також способів їх досягнення, з якими людина безперервно стикається у процесі життєдіяльності: якщо є ситуація вибору, то зняття невизначеності можливо лише засобами саморегуляції у тому смислі, що людина сама висуває цілі, досліджує умови та вибирає способи їх досягнення, контролює та коректує результати. Власне, у цьому розумінні людина є відкритою системою, яка самоорганізовується [11, с. 37].

По-четверте, поза увагою «діяльнісного» розуміння саморегуляції залишається саморегуляція психічних станів, емоційна саморегуляція, наприклад, у міжособистісних стосунках або у відповідь на життєву фрустрацію.

По-п'яте, поняття «воля», «вольові риси» взагалі не згадуються; водночас у концепції В. Моросанової підкреслено значення суб'єктних, або регуляторно-особистісних, рис (відповідальності, наполегливості, гнучкості, надійності тощо), які визначають здібність людини долати суб'єктивні та об'єктивні труднощі досягнення життєвих цілей і разом з індивідуальним регуляторним профілем є основою для формування





індивідуальних стилів саморегуляції у конкретних видах діяльності.

На відміну від попередніх авторів, Н. Чупрікова [14] абсолютизує значення волі у регуляції психічної діяльності людини, фактично наділяючи волю, єдину з-поміж усіх психічних процесів, регуляторною функцією. На основі базового системоутворювального поняття про психіку як відображення дійсності і регулятора поведінки та діяльності вчена побудувала (дедуктивно вивела) раціональну класифікацію основних понять загальної психології. У функціонально-ієрархічній системі психічної регуляції поведінки та діяльності воля не перебуває в одному ряду з іншими психічними процесами, «вона посідає місце центру, до якого вони сходяться, у якому формуються цілі та програми поведінки й діяльності, які адресуються до виконавчих органів, а також зворотні керівні впливи стосовно роботи усіх інших каналів відображення» [14, с. 8].

Яке значення має концепція саморегуляції у розкритті природи та механізмів волі як психічного феномена? Коли ми вивчаємо волю, із чим маємо справу – із свідомою саморегуляцією вольової активності, вольового імпульсу чи прояву – всього того, що прийнято називати «волею», і у цій саморегуляції представлено усі структурно-функціональні ланки (як інформаційні процеси) моделі О. Конопкіна, чи з вольовою регуляцією (як специфічним особливим видом саморегуляції або її рівнем) активності людини у широкому її розумінні?

«Вольова регуляція» була виділена В. Калінім як вихідне поняття для розроблення теорії волі. Вольову регуляцію (процесуальний аспект волі) він визначав як свідоме, опосередковане цілями та мотивами предметної діяльності створення стану оптимальної змобілізованості, оптимального режиму активності та концентрування цієї активності у потрібному напрямі [6, с. 38]. Здатність людини здійснювати ефективну вольову регуляцію уособлює вольова системна якість, яку В. Калін назвав «самоуправління організацією психічних функцій». Це здібність та уміння легко (швидко і з найменшими енерговитратами) створювати та підтримувати таку функціональну організацію психіки, яка найбільш адекватна цілям та умовам предметної діяльності.

Принципову позицію щодо специфіки вольової регуляції і нерозчнення її в інших психічних процесах відстоював В. Селіванов [13]. Вольова регуляція – не синонім всієї довільної регуляції, а тільки одна з її

форм, що якісно відрізняється від інших форм. Основна її особливість полягає у свідомій мобілізації особистістю своїх психічних і фізичних можливостей для подолання труднощів та перешкод під час здійснення цілеспрямованих дій та вчинків. Критерій свідомого подолання труднощів учений вважав основоположним для усіх вольових актів людини, який відрізняє вольові процеси, стани та властивості – загалом вольову регуляцію від інших властивостей психіки та форм регуляції.

За Є. Ільїнім [4], вольова регуляція є окремим видом довільного управління і характеризується використанням значних вольових зусиль, скерованих на подолання перешкод і труднощів, тобто слугує механізмом самообілізації.

Існують ієрархічні уявлення про систему психічної саморегуляції з виділенням її вищого рівня – вольового (Л. Веккер, В. Іванніков). В. Іванніков, Д. Барабанов [2] обґрунтовують виділення рівнів саморегуляції тими завданнями, що вирішує людина як «багатомірна істота», яка функціонує одночасно і як організм, і як одиниця виду *Homo sapiens*, і як суб'єкт природних відносин (природний індивід), і як суб'єкт суспільних відносин (соціальний індивід), і як особистість (суб'єкт особистісних відносин). Вольова регуляція (яка охоплює самодетермінацію і самоконтроль) – це особистісний рівень довільної саморегуляції (у широкому розумінні), що озброєна особистісними засобами регуляції.

В. Іванніков [3] визначає проблему волі як проблему управління людини власною мотивацією. Основну причину виникнення потреби у вольовій регуляції бачить у дефіциті мотивації до дії, діяльності. За таких умов суть вольової регуляції полягає у здатності довільно формувати спонукання до дії через механізм зміни смислу дії. Отже, ключовий механізм вольової регуляції, за В. Іванніковим, перебуває у мотиваційній, а не у виконавчій частині вольового процесу.

Б. Зейгарник [5] виділяє два рівні саморегуляції: 1) операційно-технічний, пов'язаний із свідомою організацією дії за допомогою засобів, спрямованих на її оптимізацію; 2) мотиваційний, пов'язаний з організацією загальної спрямованості діяльності за допомогою свідомого управління своєю мотиваційно-потребовою сферою. На мотиваційному рівні виділено дві форми саморегуляції: саморегуляція як вольова поведінка і саморегуляція як складова частина діяльності переживання. Специфіка другої форми саморегуляції, на відміну від волі, полягає у спрямованості на гар-



монізацію мотиваційної сфери, усунення внутрішніх конфліктів та суперечностей на основі перебудови та породження нових смислів, тоді як воля спрямована насамперед на подолання перешкод на шляху досягнення цілі. Отже, Б. Зейгарник виділяє цікаву особливість вольової регуляції, не помічену іншими авторами – фактично її незацікавленість в усуненні мотиваційного конфлікту.

**Висновки із проведеного дослідження.** Отже, на сьогодні існує великий розрив між дослідженнями вольової регуляції та психічної саморегуляції як загального психологічного механізму. Далеко не завжди воля згадується у теоретичних моделях саморегуляції, хоча її дія приймається «за замовчуванням» (В. Моросанова). В одних моделях саморегуляції воля абсолютизується (Н. Чуприкова), в інших – відноситься до мотиваційного рівня (Б. Зейгарник) або ототожнюється цим рівнем (В. Іванніков), у третіх – прояви волі обов'язково присутні на операційно-технічному рівні (О. Конопкін).

Недостатньо на теперішній час розкритий зв'язок між вольовою регуляцією та діяльністю переживання людини в умовах, коли вона стикається із труднощами на шляху досягнення мети. На наш погляд, поняття «саморегуляція» не завжди адекватно і повно відображає суть та специфіку вольової поведінки, її цілеспрямований, активний та силовий характер. Проблема співвіднесення понять вольової або емоційної регуляції, саморегуляції або самоуправління є завданням подальшої теоретичної роботи у психології волі.

З ідеєю «дефіцитарного» походження волі (В. Іванніков) можна погодитися частково, оскільки необхідність у вольовій регуляції виникає не тільки за умов недостатньої мотивації. Адже навіть за високої мотивації людина може відчувати брак інших своїх ресурсів, наприклад, енергії, сили, сміливості, здоров'я або інших здібностей. Тому наша позиція у цьому питанні близька до тих теорій (В. Калін, Є. Ільїн), які наголошують на важливості власне виконавчої частини у вивченні вольової регуляції з визнанням ключовим її механізмом вольового зусилля.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Бахчеева Э. Подходы к исследованию саморегуляции в современной психологии / Э. Бахчеева [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://www.rusnauka.com/4\\_SND\\_2013/Psihologia/7\\_124791.doc.htm](http://www.rusnauka.com/4_SND_2013/Psihologia/7_124791.doc.htm).
2. Иванников В. Место понятия «воля» в современной психологии / В. Иванников, Д. Барабанов, А. Монроз, В. Шляпников, Е. Эйрман // Вопросы психологии. – 2014. – № 2. – С. 15–23.
3. Иванников В. Психологические механизмы волевой регуляции / В. Иванников. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
4. Ильин Е. Психология воли / Е. Ильин. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2011. – 368 с.
5. Зейгарник Б. Саморегуляция поведения в норме и патологии / Б. Зейгарник, А. Холмогорова, Е. Мазур // Психологический журнал. – 1989. – Т. 2. – № 2. – С. 122–131.
6. Калинин В. Психология воли : сб. науч. трудов / В. Калинин. – Симферополь, 2011. – 208 с.
7. Конопкин О. Функциональная структура саморегуляции деятельности и поведения / О. Конопкин // Психология личности в социалистическом обществе. – М. : МГУ, 1989. – С. 158–172.
8. Конопкин О. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) / О. Конопкин // Вопросы психологии. – 1995. – № 1. – С. 5–12.
9. Конопкин О. Связь успеваемости студентов с индивидуально-типологическими особенностями их саморегуляции / О. Конопкин, Г. Прыгин // Вопросы психологии. – 1984. – № 3. – С. 42–52.
10. Моросанова В. Развитие теории осознанной саморегуляции: дифференциальный подход / В. Моросанова // Вопросы психологии. – 2011. – № 3. – С. 132–144.
11. Моросанова В. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека / В. Моросанова // Вестник МГУ. Серия «Психология». – 2010. – № 1. – С. 36–45.
12. Осницкий А. Регуляторный опыт, субъектная активность и самостоятельность человека. Часть 2 / А. Осницкий // Психологические исследования: электронный научный журнал. – 2009. – № 6 (8) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://psystudy.ru>.
13. Селиванов В. Избранные психологические произведения: воля, её развитие и воспитание / В. Селиванов. – Рязань : Изд-во Рязанского гос. пед. института, 1992. – 572 с.
14. Чуприкова Н. Система понятий общей психологии и функциональная система психической регуляции поведения и деятельности / Н. Чуприкова // Вопросы психологии. – 2007. – № 3. – С. 3–15.



УДК 159.98(072)

## ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ» ЗА ДОПОМОГОЮ ЗАСОБІВ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Шеленкова Н.Л., к. психол. н.,  
доцент кафедри психології

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

У статті розкрито особливості викладання дисципліни «Основи психодіагностики» засобами дистанційного навчання в Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини. Наведено приклади представлення курсу за допомогою програмного забезпечення Moodle.

**Ключові слова:** психодіагностика, дистанційне навчання, дистанційний курс, Moodle.

В статье раскрыты особенности преподавания дисциплины «Основы психодиагностики» средствами дистанционного обучения в Уманском государственном педагогическом университете имени Павла Тычины. Приведены примеры представления курса с помощью программного обеспечения Moodle.

**Ключевые слова:** психодиагностика, дистанционное обучение, дистанционный курс, Moodle.

Shelenkova N.L. STUDY OF DISCIPLINE “FUNDAMENTALS OF PSYCHODIAGNOSTICS” BY MEANS OF DISTANCE LEARNING

The peculiarities of teaching “Fundamentals of Psychodiagnosics” subject by means of distance learning in Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University had been revealed. The examples of course presentation using Moodle software had been given.

**Key words:** psychodiagnosics, distance learning, distance course, Moodle.

**Постановка проблеми.** Сьогодні в багатьох розвинених країнах відбуваються процеси, які незмінно приводять до створення інформаційного суспільства. Це означає, що все більше людей прагнуть впровадити у своє життя інформаційні технології, оптимізувати безліч галузей, зокрема освіту. Нині в Україні та інших країнах як ніколи популярною стала дистанційна вища освіта. Вона передбачає систематичне використання спеціального освітнього порталу як основного засобу контролю знань і джерела методичних матеріалів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психодіагностика сьогодні – не тільки теоретична дисципліна, що вивчає людину, але й чітка система прикладного знання, що викликає до неї неабиякий інтерес. Однак, незважаючи на те, що психодіагностиці в сучасних умовах приділяється надзвичайно велика увага, достатньої кількості підручників, посібників та інших методичних засобів, у яких було б систематизовано викладено питання історії, теорії і практики вивчення важливих проблем психодіагностики, немає, тому представлення дисципліни «Основи психодіагностики», яка є нормативною для напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія», за допомогою технологій дистанційного навчання полегшує процес підготовки студентів. Дистанційна освіта – це одне з найяскравіших і найбільш обговорюваних явищ сучасного суспільства. Можливості одержання віддаленої освіти активно обговорюються всюди: цій

темі присвячуються теле- і радіопередачі, статті в Інтернеті, а вищі навчальні заклади (далі – ВНЗ) працюють над впровадженням послуги дистанційного навчання у свій освітній процес.

Теоретичні та практичні питання дистанційного навчання розглядалися в роботах А.А. Андреева, Х. Беккера, Р. Бергера, В.Ю. Бикова, В.М. Кухаренка, Г.С. Молодих, Н.Г. Сиротенка, С.О. Сисоєвої, П.В. Стефаненка. У запропонованому дистанційному курсі узагальнено результати теоретичного аналізу і практичних досліджень відомих вітчизняних і зарубіжних вчених, таких як: Л.Ф. Бурлачук, О.О. Бодальов, В.М. Блейхер, К.М. Гуревич, В.В. Столін, А.Г. Шмельов, А. Anastasi, R. Cattell, Н. Eysenk, Р. Kline, Н. Murrey та ін., що допоможе студентам у вивченні не тільки основного змісту дисципліни, але й в ознайомленні з досить важливою галуззю психологічного знання.

**Постановка завдання.** Метою статті є розкрити особливості викладання дисципліни «Основи психодіагностики» засобами дистанційного навчання в Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дистанційним навчальним курсом «Основи психодіагностики» можуть користуватися студенти денної та заочної форм навчання УДПУ імені Павла Тичини, що навчаються за напрямом підготовки 6.030103 «Практична психологія». Курс

має на меті реалізацію таких навчальних завдань [1, с. 3]:

- зорієнтувати студентів у структурі психодіагностики як теоретичної дисципліни та вказати на основні сфери практичного використання психодіагностичних знань;
- забезпечити засвоєння студентами основних теоретичних понять та методологічних підходів у сучасній психодіагностиці;
- сформулювати у студентів вміння оцінювати психометричні параметри вимірювального інструментарію (валідність, надійність, достовірність, стандартизованість);
- ознайомити студентів із можливостями та обмеженнями найбільш відомих психодіагностичних методик, навчити їх правилам проведення психодіагностичного обстеження, способам обробки, аналізу, інтерпретації його результатів та формуванню на їх основі відповідних рекомендацій;
- сприяти формуванню у студентів професійно-значущих особистісних якостей та творчого ставлення до психодіагностичної діяльності.

Навчальний процес за дистанційною формою навчання здійснюється у таких формах: самостійна робота; навчальні заняття; практична підготовка (у ВНЗ); професійно-практична підготовка (у професійно-технічних навчальних закладах); контрольні заходи. Основною формою організації навчального процесу за дистанційною формою є самостійна робота [4]. Отримання навчальних матеріалів, спілкування між суб'єктами дистанційного навчання під час навчальних занять, що проводяться дистанційно, забезпечується передачею відео-, аудіо-, графічної та текстової інформації у синхронному або асинхронному режимі.

В Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини технології дистанційного навчання застосовуються для підтримки традиційних форм навчання: очної і заочної. У чистому вигляді, окремо дистанційне навчання поки не практикується. Як система для організації дистанційного навчання використовується програмне забезпечення Moodle, яке володіє всіма необхідними характеристиками:

- потужний розширюваний функціонал, який дозволяє розміщувати в системі матеріали будь-якої складності;
- масштабність – у системі можливе функціонування сотні курсів, які обслуговують тисячі слухачів;
- відкритість, що дозволяє доповнювати наявні можливості системи відповідно до конкретних потреб.

В Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини запуще-

но сайт підтримки системи дистанційного навчання (<http://dls.udpu.org.ua>). Центр дистанційного навчання є структурним підрозділом університету, діє на підставі Положення та Статуту університету.

Напрями роботи Центру:

1. Центр вирішує питання планування, організації і ведення навчально-пізнавальної діяльності студентів із використанням дистанційних технологій навчання в Університеті.

2. Центр вивчає потреби підрозділів Університету у представництві навчально-методичної та довідкової інформації в мережі Інтернет.

3. Центр забезпечує розміщення на власному веб-сайті електронних довідкових і навчально-методичних матеріалів, створених викладачами Університету з використанням технологій дистанційного навчання.

4. Центр забезпечує апробацію нових електронних навчально-методичних матеріалів, розроблених за технологіями дистанційного навчання, з метою інформаційно-комп'ютерної підтримки навчальних дисциплін, що викладаються студентам.

5. Забезпечує апробацію нових дистанційних курсів у навчальному процесі.

Завдання Центру:

1) координація діяльності підрозділів Університету у створенні та впровадженні дистанційних технологій навчання;

2) визначення системного, прикладного і технічного забезпечення, на якому буде базуватися розроблення та впровадження дистанційного навчання в Університеті;

3) участь у розробленні викладачами кафедр дидактичного та методичного забезпечення електронних навчально-методичних матеріалів, створених за технологіями дистанційного навчання і визначеними в Університеті базовими напрямами підготовки;

4) здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів із використанням технологій дистанційного навчання;

5) проведення консультацій для викладачів-тьюторів із проблем впровадження дистанційного навчання в Університеті;

6) апробація та впровадження дистанційної форми навчання в навчально-виховний процес за визначеними в Університеті базовими напрямами підготовки;

7) виконання планових робіт як внутрішнього, так і зовнішнього фінансування (держодговорні теми, гранти тощо);

8) забезпечення співпраці у сфері дистанційного навчання з іншими організаціями;

9) організація та регулярне проведення в Університеті семінару «Дистанційні



технології навчання» за участю провідних учених і розробників електронних навчально-методичних матеріалів за технологією дистанційного навчання;

10) участь у міжнародному співробітництві у сфері дистанційного навчання.

Програмна оболонка Moodle, яка застосовується в УДПУ імені Павла Тичини, дозволяє не тільки викачувати електронні методички, але й організувати зворотний зв'язок та повноцінний навчальний процес із використанням мережевих комп'ютерних технологій. Дистанційне навчання здійснюється несинхронно: викладач і студент можуть працювати у різний час і в різному місці.

Доступ до дистанційного курсу, який веде певний викладач, мають тільки студенти цього викладача. У кожного викладача, що використовує дистанційне навчання, виробилися свої особливості роботи з ним. Загалом через програмну оболонку висилаються завдання викладачу на перевірку, проходить тестування, можна ставити питання й одержувати відповіді. У викладача

є можливість відзначати відвідування.

Елементом дистанційного навчання є дистанційний курс – повний аналог дисципліни навчального плану. Дистанційний курс дисципліни «Основи психодіагностики» розроблений відповідно до навчального плану спеціальності й навчальної програми. Мова дистанційного курсу – українська, для іноземних студентів – російська.

Дистанційний навчальний курс «Основи психодіагностики» завантажений у систему Moodle Уманського державного педагогічного університету та відповідає основним вимогам. Матеріали курсу можна отримати у форматі електронних документів фірми Adobe (\*.pdf), допускаються формати: текстовий (\*.txt), MS Word (\*.doc), веб-сторінка (\*.html) і flash-анімація (\*.swf), а також інші, які широко розповсюджені.

Структура навчальної дисципліни «Основи психодіагностики» включає три змістові модулі:

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Предмет психодіагностики**

Тема 1. Психодіагностика як наука

Таблиця 1

**Орієнтовний розподіл балів, які отримують студенти з дисципліни**

Поточне тестування та самостійна робота										ІНДЗ	П.К. (екзамен)	Сума
Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2				Змістовий модуль 3					20	20	100
T1	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12			
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			

Робоча програма 34 ПГФ

**Змістовий модуль 1**

- Тема №1 ПСИХОДІАГНОСТИКА ЯК НАУКА +завдання
- Презентація до теми 1
- Семинарське заняття 1
- Звіт до семінарського заняття №1
- Змістовий модуль №1

**Змістовий модуль 2**

- Тема №2 МЕТОДИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ + завдання
- Презентація до теми 2
- Тема №3 ПСИХОМЕТРИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ + завдання
- Презентація до теми 3
- Тема №4 ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНОГО ОБСТЕЖЕННЯ
- Презентація до теми 4

- Глосарій
- ІНДЗ
- Завдання для самостійної роботи
- Питання до екзамену
- Тести

Рис. 1. Скріншоти представлення курсу «Основи психодіагностики» в Moodle



### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Тестовий та проєктивний підходи у сучасній психодіагностиці

Тема 2. Методи психодіагностики

Тема 3. Психометричні основи психодіагностики

Тема 4. Організація і проведення психодіагностичного обстеження

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III. Психодіагностика індивідуального розвитку особистості

Тема 5. Психодіагностика здібностей

Тема 6. Психодіагностика особистості

Тема 7. Проєктивні методи у психодіагностиці

Тема 8. Психодіагностика мотивації

Тема 9. Темперамент і характер

Тема 10. Соціально-психологічні особливості діагностування людей різного віку.

Обов'язковими елементами електронних навчальних матеріалів курсу «Основи психодіагностики» є:

- анотація;
- автор(и) курсу;
- план (програма) курсу;
- лекції;
- презентації;
- семінарські заняття;
- звіти до практичних занять;
- завдання для самостійного опрацювання;
- тести модульного та підсумкового контролю;
- ІНДЗ та звіт до ІНДЗ;
- глосарій;
- література (Рис. 1).

Оцінки за кожний навчальний елемент і підсумкові оцінки за предмет доступні студентам у вигляді зведеної відомості (Рис. 2).

Розглядаючи варіант освіти за допомогою дистанційної технології, необхідно вра-

хувати, що у такому навчанні існують як явні плюси, так і очевидні мінуси.

Головні переваги дистанційного навчання [2]:

- підвищення якості навчання за рахунок застосування сучасних засобів, електронних бібліотек і сучасної техніки;

- зниження витрат на проведення занять і вартості навчання за рахунок відсутності плати за оренду навчальних приміщень, вартості проїзду до місця навчання і т. п.;

- широка доступність, незалежність від географічного розташування, віку та попереднього рівня освіти;

- свобода вибору найбільш привабливого навчального закладу, можливість повного задоволення бажаних освітніх потреб;

- індивідуальний темп засвоєння нових знань – швидкість виконання навчального плану встановлюється учнями відповідно до їхніх особистісних потреб і життєвих обставин;

- гнучкість навчального плану, можливість самостійного вибору сукупності курсів навчання, а також самостійного планування часу, місця, частоти і тривалості кожного заняття;

- висока технологічність, що досягається завдяки упровадженню в освітній процес новітніх досягнень телекомунікаційних та інформаційних технологій;

- використання у процесі навчання сучасних технологій, тобто паралельно освоюються навички, які стануть у нагоді в подальшій роботі;

- мобільність, своєчасний та ефективний зворотний зв'язок між викладачами та студентами дистанційної форми навчання;

- можливість самостійно планувати час і розклад занять, а також список предметів, що вивчаються;

## Журнал оцінок

Усунення невідповідностей

Відключити повідомлення

Усі учасники: 452/452

Ім'я:

Вибрати все А Б В Г Г Д Е Є Ж З И І Й К Л М Н О П Р С Т У Ф Х Ц Ч Ш Щ Ъ Ю Я

Прізвище:

Вибрати все А Б В Г Г Д Е Є Ж З И І Й К Л М Н О П Р С Т У Ф Х Ц Ч Ш Щ Ъ Ю Я

Сторінка: 1 2 3 4 5 (Далі)

Прізвище ^ Ім'я	Електронна пошта	Мобільний телефон	Віddп	Заклад	Основи психодіагностики
Анастасія Олександрівна Слізова	73680000@fff.ua		Практична психологія (норм) на 2 курс	Соціальної та психологічної ос	Звіт до семінарського ...
Олександр Віталійович Івашко	72660000@fff.ua		Практична психологія	Соціальної та психологічної ос	
Катерина Андріївна Ігнат'єва	59910000@fff.ua		Початкова освіта	Початкової освіти	
Олександр Олександрович ...					

Рис. 2. Скріншоти представлення журналу оцінок у Moodle



– навчання у приємній та комфортній атмосфері, що сприяє підвищенню його продуктивності;

– гарантія соціальної рівноправності, можливість отримання якісної освіти незалежно від стану здоров'я, місця проживання, матеріального забезпечення, соціального стану та елітарності учнів, студентів.

Поряд із явними перевагами дистанційної форми навчання не потрібно випускати з поля зору і деякі недоліки цієї форми отримання знань і дипломів. Серед найбільш вирішальних недоліків потрібно відзначити такі [3]:

– необхідність вироблення особливої мотивації до отримання знань, що пов'язана з відсутністю регулярного контролю з боку викладацького складу ВНЗ;

– відсутність очного спілкування між студентом і викладачем, неможливість індивідуального підходу до здібностей та їх розвитку;

– не вистачає спілкування з одногрупниками для обміну досвідом;

– необхідність постійного доступу до джерел інформації та достатньої технічної оснащеності: досить потужний комп'ютер, вихід в Інтернет, бажано принтер;

– відсутність або недостатня кількість практичних занять;

– відсутність можливості негайного практичного застосування отриманих знань із подальшим обговоренням проблемних питань із викладачем і роз'ясненням ситуації на конкретних прикладах;

– неналежне опрацювання деяких навчальних програм і курсів внаслідок

недостатньої кількості кваліфікованих фахівців, що мають досвід створення відповідних навчальних посібників;

– письмова основа навчання, повна відсутність усної форми навчання.

**Висновки із проведеного дослідження.** Підсумовуючи вищевикладене, можемо стверджувати, що засоби дистанційного навчання допомагають в ефективній організації навчального процесу, але на сучасному етапі розвитку освіти не можуть виступати як самостійний навчальний процес. Представлення навчального курсу «Основи психодіагностики» в системі Moodle – це допоміжний засіб викладання дисципліни з використанням мережевих комп'ютерних технологій, що доповнює аудиторне навчання. Вважаємо перспективним та доцільним проходження сертифікації цього курсу як на рівні ВНЗ, так і на рівні Міністерства освіти і науки України.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Моргун В.Ф. Основи психологічної діагностики : [навч. посіб. для студ. вищих навч. заклад.] / В.Ф. Моргун, І.Г. Тітов. – 2-е вид. – К. : ВД «Слово», 2012. – 464 с.
2. Дистанционное образование: плюсы и минусы [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://www.distance-learning.ru/db/el/%200DD78502474DC002C3256F5C002C1C68/doc.html>.
3. Дистанционное образование: плюсы и минусы [Электронный ресурс] – Режим доступа : [http://www.jobs.ua/education\\_articles/6/4/](http://www.jobs.ua/education_articles/6/4/).
4. Про затвердження Положення про дистанційне навчання : Наказ Міністерства освіти і науки України від 25 квітня 2013 р. № 466 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13/>.

УДК 159.938.3:378

**МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ У СТУДЕНТСЬКІЙ МОЛОДІ**Шулдик Г.О., к. психол. н.,  
доцент кафедри психології*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

У статті розкрито сутність та види механізмів психологічних захистів, охарактеризовано поняття витіснення, заперечення, ізоляції, проєкції, сублимації, раціоналізації, а також подано результати діагностики механізмів психологічних захистів у студентів.

**Ключові слова:** психологічний захист, витіснення, заперечення, ізоляція, проєкція, сублимація, раціоналізація, діагностика механізмів психологічного захисту.

В статье раскрыта сущность и виды механизмов психологических защит, дана характеристика вытеснению, отрицанию, проекции, сублимации, рационализации, а также поданы результаты диагностики механизмов психологических защит у студентов.

**Ключевые слова:** психологическая защита, вытеснение, отрицание, изоляция, проекция, сублимация, рационализация, диагностика механизмов психологической защиты.

## Shuldik G.O. MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE IN STUDENTS

The article deals with essence and types of psychological defense mechanisms, described the concept of repression, denial, isolation, projection, sublimation, rationalization and presents the results of diagnostics psychological defense mechanisms of the students.

**Key words:** psychological defense, repression, denial, isolation, projection, sublimation, rationalization, diagnosis of psychological defense mechanisms.

**Постановка проблеми.** У сучасній психологічній літературі зустрічаються різні терміни, які стосуються феноменів захисту. У найбільш широкому розумінні захист – це поняття, яке означає будь-яку реакцію організму, спрямовану на збереження себе і своєї цілісності. У разі зростання потреби та відсутності умов для її задоволення поведінка студента починає регулюватись механізмами психологічних захистів. Вони спрямовані на витіснення зі свідомості всього того, що серйозно загрожує системі цінностей особистості. Але це заважає самовдосконаленню студентів. Часто ці механізми стають причиною ускладнень у процесі розвитку особистості. Захисні механізми – це не способи досягнення бажаної мети, а способи організації тимчасової душевної рівноваги, необхідної для боротьби із труднощами життя, це способи самозаспокоєння.

Але досі немає єдиної чіткої класифікації механізмів психологічних захистів. Не відома хронологічна послідовність, у якій захисні механізми набуваються і використовуються. Відсутня узгодженість використання механізмів особистістю, недостатньо вивчений вплив соціального середовища на вибір психологічного захисту, не вивчені умови, за яких «добре» чи «погано» для особистості використати деякі механізми загалом чи зокрема.

Тому виявляти механізми психологічного захисту, які спрацьовують у процесі по-

рушення цілісності особистості студента, є важливим завданням психології вищої школи.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Поняття «психологічний захист» було введено З. Фрейдом як засіб розв'язання конфлікту між свідомим і несвідомим психічним явищем. Основну функцію захистів З. Фрейд вбачав у зниженні емоційної напруженості, що провокувалася тривогою під час здійснення соціально значущих цілей, яким суперечили бажання людини [9].

Дослідження психологічних захистів знаходимо у працях А. Адлера, Е. Фромма, К. Горні, А. Фрейд, Ф.Б. Басіна, О.О. Бодальова, Я.Л. Коломинського, Б.Д. Паригіна, Т.С. Яценко, О.С. Кочаряна, В.А. Штроо, О.М. Арестової, Н.В. Каліної та багатьох інших вчених.

Так, у А. Адлера психологічний захист – це почуття неповноцінності та породжуване ним прагнення до компенсацій [1]. Науковець стверджував, що комплекс неповноцінності може стати сильним стимулом для здобуття переваг. Він вважав, що життєвий стиль – це компенсація конкретної неповноцінності. Якщо особистість фізично слабка, життєвий стиль може прийняти форму удосконалення того, що робить її фізично сильною. Слабка особистість в інтелектуальному відношенні буде прагнути інтелектуальних переваг. За адекватного розуміння та підтримки людини комплекс неповноцінності може компенсуватись і



перетворити слабкість у силу. Якщо людина переживає погане ставлення до себе у дитинстві, то вона часто стає ворогом суспільства, реалізує патологічний життєвий стиль.

За Е. Фроммом, захист проявляється в автоматизованому і несвідомому конформізмі, спрямованому на подолання або попередження важкого для суб'єкта почуття самотності [7]. К. Хорні зазначає, що захисний механізм може проявлятися у перенесенні своїх конфліктів на зовнішню ситуацію, на інших людей і таким чином деструктивно впливати на процес спілкування [8]. Відхід від реальності і подальша дезадаптація – такі основні негативні наслідки захисної поведінки.

Ф. Перлз, критично переглядаючи психоаналіз із позиції гештальтпсихології, відмічає, що людина переживає небезпеку в самій собі [5].

Психологічний захист – це система процесів і механізмів, спрямованих на збереження колись досягнутого (чи на відновлення втраченого) позитивного образу-Я суб'єкта [6]. Тобто психологічні захисти – це будь-які реакції, яких людина навчилась і використовує несвідомо для того, щоб захистити своє «Я» від почуття тривоги, сорому, провини, гніву, а також від конфлікту, фрустрації та інших ситуацій, які визначаються як небезпечні; це способи сприймання, мислення чи дій, які функціонують як обхідні маневри для уникнення тривоги чи того, що породжує тривогу.

Виходячи із психоаналітичного підходу, усі механізми захисту мають дві загальні характеристики: 1) вони відкидають, фальсифікують чи викривляють реальність; 2) діють несвідомо, адже людина не підозрює про їх існування.

Паралельно із психоаналітичним підходом розвивається інший погляд не тільки на конфлікт, а й на функцію захисних механізмів. Розробляється поняття «розвивальний конфлікт», тобто внутрішнє протиріччя як джерело особистісного розвитку. Захисні механізми визначаються не як такі, що викривляють реальність, а як такі, що постійно діють і виконують функцію «допомоги» в роботі над собою. Такий підхід реалізують Ф.В. Басін, М.К. Бурлакова, В.М. Волков та ін. [4]. Захист вважається ефективним, якщо він не редукує конфлікт, а, навпаки, загострює його для подальшого аналізу і розв'язання.

Механізми психологічного захисту вчені розрізняють за різними параметрами: за ступенем обробки внутрішнього конфлікту; за способом викривлення реальності; за кількістю енергії, яка затрачається

суб'єктом на підтримку того чи іншого механізму; за ступенем інфантильності, тобто залежності людини від певної попередньої стадії розвитку.

Одна з перших спроб здійснити класифікацію захисних механізмів особистості належить А. Фрейд, яка описує такі види: витіснення, регресію, формування реакції, ізоляцію, проєкцію, спрямування проти самого себе, сублімацію, заперечення, ідентифікацію з агресором та ін. На її думку, усі згадані захисні механізми, крім сублімації, відіграють негативну роль для психічного здоров'я людини [9].

Р. Плучек, Г. Келлерман і Г. Конте однією з головних характеристик захисних механізмів визнають полярність. Біполярними, на їхню думку, є витіснення і заміщення, формування реакції і компенсація, проєкція і заперечення, інтелектуалізація та регресія [2].

Ф. Перлз в основу своєї типології захистів поклав так звану плюс-мінус функцію. Мінус-функція: вибірковість, яка не пов'язана зі справжніми потребами, витіснення, втеча у хворобу чи фантазії, заперечення. Плюс-функція: надкомпенсація, м'язовий панцир, нав'язливі уявлення, проєкції, галюцинації, інтелектуалізація [5].

О.С. Кочарян розглядає два блоки захисних механізмів (своєрідні мета-типи) – проєктивні та дефензивні. Якщо діють проєктивні механізми, інформація просто не сприймається, не допускається у свідомість (витіснення, регресія, заперечення). У разі дії дефензивних механізмів інформація сприймається, але у трансформованому, перекрученому вигляді, не відповідаючи реальності (раціоналізація, ізоляція тощо) [9].

Практично важко виділити і теоретично обґрунтувати показники, за якими класифікують механізми психологічного захисту.

Останнім часом встановлено, що такі захисні механізми, як *витіснення, проєкція і сублімація, є ключовими для досягнення успіху в період ранньої дорослості*. Ці механізми розглядалися не як патологічні процеси, а як результативні, адаптивні реакції на проблему і кризу [3].

Згідно з Вайлентом, усі захисні механізми виконують п'ять важливих функцій у дорослому житті: 1) утримують емоції у прийнятних межах у період надзвичайного емоційного напруження; 2) підтримують постійність, спрямовуючи в потрібне русло біологічні потяги; 3) дозволяють вносити корективи в образ-Я після таких важливих життєвих змін, як успіхи в навчанні, важка операція і т. д.; 4) допомагають розв'язувати конфлікти в найближчому оточенні



людини; 5) забезпечують можливість раціоналізації серйозних конфліктів у згоді із власною совістю [3].

Взагалі чинники виникнення, закріплення і подальшого відтворення будь-якого захисного механізму визначаються характером соціальної взаємодії, особливостями соціальної ситуації. Це положення справедливе для ортодоксального психоаналітичного трактування психологічного захисту як такого психічного процесу, який стоїть за будь-яким проявом опору особистості психологічній інтерпретації аналітика. Тут мається на увазі опір особистості не у ставленні до психоаналітика, а до усвідомлення нею конфлікту між свідомістю і несвідомими психічними явищами.

**Постановка завдання.** Завдання дослідження полягає у проведенні діагностики механізмів психологічного захисту у студентів педагогічних вузів та виявленні в них найбільш поширених механізмів, а також способів послаблення їх дій; розкритті сутності та видів механізмів психологічних захистів, які найчастіше зустрічаються у студентів, описанні потреби студентів у цих механізмах та виокремленні їх дезадаптивності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** На основі аналізу психологічної літератури та здійснення діагностики ми виокремили різні види механізмів психологічних захистів, які найчастіше зустрічаються у студентської молоді.

Ми досліджували механізми психологічних захистів серед студентів та магістрантів за допомогою спостережень, опитувань, опитувальника Р. Плутчика, Г. Келлермана, Г. Конте (тесту для діагностики механізмів психологічних захистів) та технік психодрами: самопрезентація, обмін ролями, дублювання, «дзеркало», «порожній стілець» тощо.

Ми виявили часті прояви у студентів таких механізмів психологічного захисту, як витіснення, раціоналізація, заперечення, регресія, сублімація тощо.

**Витіснення** – це виключення (усунення) зі свідомості особистості неприємного мотиву поведінки чи неприємної інформації. Витіснення – це також активне виштовхування зі свідомості хворобливих почуттів, імпульсів, згадок, які несумісні з установками особистості.

Студент, який пережив принизливу ситуацію, може забути і саму ситуацію, і чинники, що її супроводжують. Випадки, коли студент відверто говорить, що забув про певну ситуацію, свідчать про наявність у нього витіснення. Під час опитування витіснення у студентів часто проявляється

у таких висловлюваннях: «Прагну не згадувати (забути) неприємну ситуацію, у яку потрапила», «Намагаюся швидко викинути з голови неприємну інформацію чи подію», «Я викреслила її зі списку знайомих, багато років «не впізнаю» цю людину», «Я подумаю про це завтра», «Коли я переживаю потрясіння, я виключаю з пам'яті об'єкти, які його спричинили».

У процесі проведення психодрами зі студентами витіснений матеріал все ж таки прагне повернутися до свідомості, створюючи відчуття, що забуте – відоме і крутиться на «кінчику язика». Витіснений мотив дає про себе знати у вигляді *тривоги, дискомфорту, обмовок, описок*, причини яких не усвідомлюються. Найшвидше витісняється не те погане, що заподіяли студентові інші люди, а те погане, що він заподіяв собі чи іншим людям. Різні види заздрощів, відтінки власної неповноцінності витісняються із труднощами.

Раціоналізація – це механізм пошуку переконливих доказів, виправдань для недостатньо схвалюваних дій і бажань. Це спроби студента довести те, що поведінка є раціональною і виправданою, а тому соціально схвальною. Раціоналізація проявляється у перенесенні власної провини на об'єктивні причини, у пошуку способів виправдання власних вчинків, а не їх причин. Раціоналізація – це форма фальшивого розумування, мета якого – приховати дійсні мотиви вчинку, наслідки своїх дій або ж небажані ситуації, щоб зробити позитивним образ власної особи.

Студент шукає такі аргументи для виправдання свого вчинку, які на перший погляд мають логіку і правдоподібні. Чим більш інтелектуально розвинений студент, тим більшу кількість «абсолютно логічних доказів» він здатний знайти. За допомогою раціоналізації студент пояснює причини недосконалих дій, приховує справжні мотиви. Раціоналізація перешкоджає особистісному росту, тому що не дає студентові можливості працювати зі справжніми, менш схвальними мотивувальними силами.

Під час раціоналізації студент прагне надто детально пояснити і розібратися у причинах того, що з ним трапилось, чи фантазує на тему, як би це могло бути. Велику кількість прикладів раціоналізації зустрічаємо, спостерігаючи за висловлюваннями студентів після іспиту: «Я відповів на усі запитання, але викладач прискпівав мене до мене, хотів мене «посадити» <...>», «Я отримав низьку оцінку тому, що запитання, яке попалося в моєму білеті, ми не розглядали на лекції». Студент, який не написав модульного чи підсумкового контролю,



виправдовує себе: «Так трапилося тому, що я брав участь у спортивних змаганнях, необхідних для вузу». Тобто студент віддав перевагу більш серйозній і гуманній справі.

У студентів раціоналізація має різні форми: пошук причини в зовнішній ситуації чи в інших людях; покладання на авторитети; самооскарження («Яким мене, Боже, створив, таким і маєш»); признання винятку («лише один раз»); механізм «кислого винограду» – приниження цілі, якої не вдалося досягнути; механізм «солодкої цитрини» – завищення важливості цілі, яка не відповідає власним амбіціям, але була досягнута; підміна мотивів іншими, що не відповідають дійсності; прикрашення з огляду на вигідне положення чи привілеї. Студент пояснює причини своєї поведінки тим, що «не вдалося», «не встиг», «не зміг», «не зрозумів», «не подумав», «не впевнений, сумніваюся», «не знаю, поняття не маю» і т. д.

Коли студент не визнає об'єктивних ознак негативу у спілкуванні, ідеться про заперечення, тобто несвідоме ігнорування (анулювання) подій чи бажань, за яких студент відчував себе винним. Це сенсорна, чи перцептивна, «глухота». Студент немов перестає чути і бачити певні події, які занадто на нього впливають. Наприклад, викладач довго читає «мораль», а студент відключився і не чує його. Він поводить себе так, ніби нічого не сталося, не змінюючи поведінки, не помічаючи незвичайних обставин.

Сублімація – задоволення або придуршення незадоволених бажань за допомогою іншої діяльності. Зазвичай це стосується зміни способу задоволення, а не його об'єкта. Наприклад, студент, який відчуває сильний потяг до іншої особистості і не спроможний цей потяг задовольнити, може знайти часткову розрядку в припустимих діях, наприклад, у танцях, спорті, живописі чи іншій творчій діяльності. Часто сублімація сприяє переходу енергії у творчі процеси. Найбільш поширеною формою творчих зусиль у юнацькому віці є щоденники з розмірковуваннями, планами, спогадами, поетичними спробами, фантазіями про цінності, ідеї тощо. Переключення на політичну активність, соціально схвалювану діяльність студентів може відкрити канал до сублімованої агресії.

*Регресія* – це повернення особистості під впливом сильних емоційних переживань до більш ранніх ступенів психічного розвитку, що спостерігається у формах ригідної, «дитячої» поведінки. Таке повернення на нижчий рівень розвитку припускає менш бурхливі реакції і, як правило, зменшення прагнень. Сповзання на більш примітив-

ний рівень поведінки (наприклад, осуд всіх і всього) також вказує на регресію. Чітко проявляється регресія у студентів першого курсу навчання під час адаптації у перші місяці навчання у вищому навчальному закладі. Багато відповідей звучали в такому плані: «Хочу додому, до рідних, бо там зашироко, надійно».

Студенти також проявляють *проекцію*, тобто перенесення на іншу людину, приписування іншій людині своїх емоційних станів, власних намірів чи бажань. Це покладання відповідальності за труднощі на інших осіб або приписування іншим своїх моральних якостей і спонукань. Коли негативні риси не усвідомлюються суб'єктом, не вбачаються ним у самому собі, а приписуються іншим для усунення страху, прикросців чи інших загроз образу-Я, пов'язаних із наявністю цих рис, то це класична проекція. Якщо джерело тривоги може бути приписане зовнішньому світу, а не власним примітивним імпульсам чи загрозам із боку совісті, студент швидше полегшить свій тривожний стан. Під час проекції студентка каже: «Він мене ненавидить», а не: «Я його ненавиджу»; «Він мене переслідує», а не: «Мене мучить совість».

Одним із *способів зниження дії* психологічного захисту є виведення неприємної інформації на рівень свідомості. Цілеспрямовано можна вплинути лише на те, що залишається у полі свідомості, а неусвідомлені дії є некерованими і перебувають поза сферою вольових рішень. Тому, щоб регулювати поведінку, необхідно усвідомити причини цієї поведінки, які перебувають у сфері несвідомого. Адже той, хто не в змозі прослідкувати свої думки до деталей, ніколи не звільниться від їх гніту.

Після ознайомлення студентів із поняттями механізмів психологічних захистів ми пропонували їм описати свої механізми. Під час такого опису відбувалося до певної міри усвідомлення останніх. Студенти відчували, що вони спроможні поступово опанувати свої захисні механізми, осмислити їх та відмовитися від них. Хоч до кінця подолати їх не вдасться ніколи, й у цьому сенсі робота над своїм розвитком повинна тривати впродовж усього життя. Поверхневі знання про феномен психологічного захисту можуть привести до надто легкого «встановлення діагнозу», визначення дії того чи іншого механізму захисту.

Можна звернутися до здорового способу долання тривоги – це способ взаємодії з явищем, яке породжує тривогу. Це може бути і подолання перешкод, і усвідомлення мотивів своєї поведін-

ки та ін. Другий спосіб, менш надійний і більш пасивний, – це спосіб долати тривогу за рахунок несвідомої деформації реальності, тобто спосіб формування певного захисного механізму. Способи оволодіння собою можуть бути різними, але вони завжди усвідомлені, раціональні та спрямовані на джерело тривоги. Наприклад, студент, який хвилюється із приводу конкретного екзамену, може вибрати різні способи для підготовки до нього й успішного його проходження. Захисні ж механізми передбачають несвідому ірраціональну поведінку у вигляді забування часу екзамену, втрати конспектів чи залікової книжки, виникнення психологічної залежності від певної людини, імпульсивного зловживання курінням, переїдання і навіть захворювання.

У разі, коли людина втратила свої захисні механізми, вона практично неспроможна сама собі допомогти. У цій ситуації почуття власної гідності для неї майже втрачає сенс. Вона перестає відкидати або виправдовувати те, чого раніше соромилася. У результаті це може призвести до відкритої агресії стосовно інших або й себе. Психологічний захист спрямовується як проти небажаних думок, почуттів і відчуттів, що надходять зсередини, так і проти нових знань, які надходять ззовні. Під час занять із навчальної дисципліни «Психодрама» нам вдавалося не лише діагностувати механізми психологічних захистів у студентів, а й вивільнити у них витіснені негативні переживання, частково усвідомити ними прояви регресії, раціоналізації, сублімації та інших механізмів.

У процесі нашого дослідження ми виявили у 39% студентів раціоналізацію, у 30% – витіснення, у 13% – сублімацію, у 9% – проєкцію, у 5% – регресію та у 4% – інші механізми психологічних захистів.

**Висновки із проведеного дослідження.** На основі аналізу психологічної літератури та проведеної діагностики нами встановлено:

1) механізми психологічних захистів – це система механізмів, спрямованих на збереження позитивного образу-Я студента;

2) найчастіше у студентів педагогічних вузів проявляються такі механізми психологічних захистів, як раціоналізація (39%), витіснення (30%), сублімація (13%), проєкція (9%), регресія (5%), інші механізми (4%);

3) студенти мають потребу в захисних механізмах, адже вони пом'якшують почуття невдачі, усувають тривожність, захищають від психічних травм і підтримують почуття адекватності та власної гідності. Але

це різновид самообману, перекручування дійсності для захисту позитивного образу-Я;

4) механізми психологічних захистів у студентів можуть призводити до негативних наслідків: розриву стосунків з оточенням, підвищеної чутливості до критики і стресів, невміння будувати міцні стосунки, систематичного повторення однієї й тієї самої життєвої ситуації як неусвідомленого сценарію свого життя і т. д. Такі студенти потребують підтримки, бо за її відсутності може настати байдужість, ниття, напруженість.

Отже, захисні механізми можуть розглядатись як адаптивні, тому що вони захищають особистість від болю, тривоги; одночасно вони відіграють дезадаптивну роль, оскільки перекручують сприйняття об'єктивної дійсності.

Перспективним є подальший пошук та розроблення нових методів, які допоможуть діагностувати рівні прояву різноманітних механізмів психологічних захистів у студентів. Також важливим є дослідження впливу соціального середовища на вибір психологічного захисту особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Наука о характерах. Понять природу человека / А. Адлер. – М. : Академический проект, Гаудеамус, 2014. – 235 с.
2. Диагностика типологий психологической защиты (Р. Плутчик в адаптации Л.И. Вассермана, О.Ф. Ерышева, Е.Б. Клубовой и др.) // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2002. – С. 444–452.
3. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – 9-е изд. – СПб. : Питер, 2005. – 940 с.
4. Кружкова О.В. Психологические защиты личности : [учебное пособие] / О.В. Кружкова, О.Н. Шахматова. – Екатеринбург : Изд-во Росгоспрофпедуниверситет, 2006 – 153 с.
5. Перлз Ф. Гештальт-семинары / Ф. Перлз. – пер. с англ. – М. : Ин-т общегуманитарных исследований, 2007. – 352 с.
6. Штроо В.А. Защитные механизмы: от личности к группе / В.А. Штроо // Вопросы психологии. – 1998. – № 4. – С. 5–60.
7. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм ; пер. П.С. Гуревич. – М. : Аст, Хранитель, Мидгард, 2007. – 624 с.
8. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза / К. Хорни ; пер. с англ. В. Светлова. – М. : Академический Проект, 2007 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://www.psychol-ok.ru/lib/horney/nvk/nvk\\_03.html](http://www.psychol-ok.ru/lib/horney/nvk/nvk_03.html).
9. Шулдик А.В. Становления личности студента: психологический аспект : [навчальний посібник] / А.В. Шулдик, Г.О. Шулдик. – Умань : ФОП «Жовтий», 2015. – 219 с.





УДК 159.923

## ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОБРАЗУ ФІЗИЧНОГО «Я» ТА ФІЗИЧНОГО ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ

Щербак Т.І., к. психол. н.,  
доцент кафедри практичної психології

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка*

У статті визначено сутність феноменів «образ фізичного «Я» та «фізичний перфекціонізм». Висвітлено особливості взаємозв'язку образу фізичного «Я» та фізичного перфекціонізму.

**Ключові слова:** образ фізичного «Я», схема тіла, дефекти зовнішності, фізичний перфекціонізм, самооцінка.

В статье определена сущность феноменов «образ физического «Я» и «физический перфекционизм». Освещены особенности взаимосвязи образа физического «Я» и физического перфекционизма.

**Ключевые слова:** образ физического «Я», схема тела, дефекты внешности, физический перфекционизм, самооценка.

Shcherbak T.I. INTERRELATION of BODY-IMAGE and PHYSICAL PERFECTIONISM

The essence of the phenomenon of “body-image” and “physical perfectionism” is determined in the article. The peculiarities of the body-image and physical perfectionism are highlights.

**Key words:** body-image, physicality, body-scheme, defects of appearance, self-esteem.

**Постановка проблеми.** Дослідження образу фізичного «Я» та його взаємозв'язку з фізичним перфекціонізмом зумовлене високими стандартами краси, завищеною значущістю зовнішності незалежно від соціальної ролі і статусу та лавиноподібним збільшенням кількості незадоволених власним тілом. На свідомість багатьох чоловіків і жінок впливають стереотипні уявлення про фізично розвинуте гарне тіло. Невідповідність же такому еталону часто стає стимулом для різних тілесних трансформацій. Уявлення про свою соматичну організацію є одним із регуляторів поведінки, яка виявляється в самопрезентації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема образу фізичного «Я» розглядалась вітчизняними вченими: В.М. Куніциною, Т.В. Снегірьовою, О.Т. Соколовою, В.В. Століним, І.І. Чесноковою та ін., а також зарубіжними вченими: А. Адлером, Р. Бернсом, Р. Мейлі, П. Федерном, В. Шонфельдом та ін.

Дослідженню фізичного перфекціонізму присвятили свої роботи Г.Н. Гаранян, Г.Б. Горська, І.А. Гуляс, А.О. Дадеко, О.І. Кононенко, Л.Г. Седунова, А.Б. Холмгорова, Г.Л. Чепурна та ін.

Більшість досліджень присвячені загальним психологічним питанням фізичного начала в людині, а також окремим аспектам сприйняття свого тіла. Однак проблема сприйняття тіла у зв'язку із внутрішніми психологічними особливостями і соціальними стандартами розкрита недостатньо.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У сучасних соціально-психоло-

гічних дослідженнях образ фізичного «Я» є важливим утворенням у цілісній структурі особистості, її системі уявлень про себе, що впливає не тільки на емоційну і міжособистісну сфери, а й задає динаміку протікання об'єктивних життєвих процесів індивіда.

Складовою частиною образу «Я» є сприйняття свого тіла та зовнішності чи, як прийнято називати цей феномен у психології, образ фізичного «Я». Усвідомлення і прийняття своєї тілесності, сприйняття свого тіла і ставлення до своєї особистості загалом, а також успішна соціальна адаптація залежать від розвитку образу тіла, його досконалості і подолання недоліків його формування. Якщо людина має непривабливу зовнішність, фізичні недоліки, то вона відчуває негативні реакції оточення, які супроводжують її за будь-якої взаємодії із соціальним середовищем. Це негативно впливає на розвиток позитивного образу «Я».

Зарубіжна психологія насичена дослідженнями формування образу фізичного «Я», зокрема наявні різні підходи, що розкривають місце і роль фізичного «Я» в межах «Я-концепції» особистості – від вилучення його зі структури самосвідомості до визначення фізичного «Я» як одного із провідних факторів організації психіки.

З. Фрейд надавав важливого значення тілесному «Я» особистості, вказуючи, що воно має значний вплив на формування еґо-структур та розвиток певних психопатологій. На тілесну організацію особистості особливу увагу звертав У. Джемс, який



вказував на те, що людина несвідомо намагається оберігати власне тіло. Згідно з концепцією представника гуманістичної психології К. Роджерса, процес самоусвідомлення розпочинається зі сприйняття тілесного [7].

Образ тіла – уявлення про власне тіло, що ми створюємо самостійно у своїй свідомості. Інакше кажучи, це те, яким чином тіло з'являється перед нами. Образ тіла постійно розвивається та змінюється [6; 8; 11].

В. Райхом було встановлено наявність взаємозв'язку між психічними і «фізичними станами» особистості, зміни в якому сприяють появі м'язових затисків [7]. Відтак особливого значення набувають показники здорового тіла людини, що сприяють гармонізації єдності тіла і душі та подоланню психосоматичних захворювань. Приваблива зовнішність має значний вплив на міжособистісні стосунки та емоційно-ціннісну сферу особистості.

Оцінює ставлення до власного фізичного «Я» було предметом вивчення російських та вітчизняних психологів. Зокрема, І.І. Чесноковою встановлено залежність між розвитком самооцінки особистості та сприйняттям нею своєї зовнішності [11]. О.Т. Соколова визначила поняття «образ фізичного «Я» та виокремила цілий ряд порушень схеми тіла разом із їх негативним впливом на самопочуття особистості [8].

Вивчаючи трансформацію схеми тіла та зовнішності, Р.В. Моляко зауважувала, що неабияке значення у цьому процесі відіграють соціальні фактори впливу (ставлення родини й однолітків, вплив моди та засобів масової інформації) [5].

У межах головних особистісних факторів незадоволеності власним тілом прийнято розглядати перфекціонізм. Постійні прагнення до фізичного самовдосконалення отримали у психології назву «фізичний перфекціонізм». П.М. Тарханова стверджує, що це явище є найрозповсюдженішим у молодіжному колі різновидом перфекціонізму і за своєю природою є «злостісним». Однак, незважаючи на гостроту цієї проблематики, вона не є до кінця з'ясованою як за кордоном, так і у вітчизняній психологічній науці [9].

Окреслені тенденції загострюють важливість дослідження фізичного перфекціонізму з огляду на: 1) велику кількість людей, котрі виявляють схильність до фізичного перфекціонізму; 2) вплив його на появу найбільш дезадаптивних форм загального перфекціонізму; 3) патогенні наслідки як для фізичного, так і для психічного здоров'я особистості. З огляду на зазначене, дослідження феноменів незадоволеності

власним тілом і фізичного перфекціонізму постає одним з актуальних завдань психологічних розвідок.

У зарубіжній психології не використовується поняття «фізичний перфекціонізм» через те, що цей феномен розглядається як складова частина загального перфекціонізму. Хоч і вітчизняними дослідниками він також розглядається як аспект багатофакторного конструкту – загального перфекціонізму (А.А. Дадеко, Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова), тим не менше постає досить самостійним.

У науковий обіг поняття «фізичний перфекціонізм» було введено А.Б. Холмогуровою [10], яка визначила його як особливий різновид перфекціонізму, що виявляється у прагненні до тілесної досконалості. Разом із дослідницею розуміємо під фізичним перфекціонізмом систему особистісних уявлень і переконань, пов'язаних із зовнішнім виглядом: підвищена стурбованість зовнішнім виглядом, прагнення відповідати високим стандартам тіла, хворобливе ставлення до критичних зауважень із приводу власного зовнішнього вигляду.

Найбільш глибоко цей феномен було досліджено А.Б. Холмогуровою та її послідовниками. Зокрема, під керівництвом А.Б. Холмогурової науковцем А.А. Дадеко було розроблено опитувальник для вимірювання рівня фізичного перфекціонізму («Шкала фізичного перфекціонізму»).

П.М. Тарханова фізичний перфекціонізм визначає як систему особистісних настанов стосовно зовнішнього вигляду [9, с. 53]. Загалом в основі фізичного перфекціонізму лежить незадоволеність власним тілом, негативні думки та оцінка власної зовнішності.

Є.П. Ільїн вказує на необхідність введення в обіг поняття «арреаранс-перфекціонізм» як соціально-психологічного феномена, який ґрунтується на перфекціоністських намірах особистості щодо власної зовнішності. Так, маючи різну міру вираженості «арреаранс-перфекціонізму», люди можуть відрізнитися соціально-психологічними характеристиками ставлення до власної зовнішності [3].

О.І. Кононенко зазначає, що фізичний перфекціонізм є одним із чинників, що провокують появу депресії і тривоги, відтак може призводити до емоційних порушень [4]. В.І. Шебанова вказує на появу тенденції необхідності боротьби з «товстим тілом», яке потрібно корегувати, моделювати, змінювати. Такі прагнення до трансформації одночасно підсилюють відчуття внутрішньої напруги і знижують її завдяки визначенню способів тілесних змін (навіть неконструк-



тивних). Отже, на думку дослідниці, «турбота про себе» постає як чинник стабілізації самосвідомості [12, с. 638–642].

Феномен «турботи про тіло» може мати деструктивний характер: бігорексія (тренінгоманія), анорексія, орторексія (нав'язлива потреба у дотриманні принципів здорового харчування).

Феномени «фізичний перфекціонізм» та «турбота про тіло» тісно пов'язані з поняттям «образ тіла» або «Я-фізичне» – система уявлень про власне тіло, яке містить: 1) знання і переконання про тіло; 2) емоційну реакцію на тіло; 3) поведінку, пов'язану з тілом. За умови позитивного образу тіла людина почуває себе комфортно «у власному тілі», задоволена тим, як вона виглядає.

Характер незадоволеності власним тілом може бути ситуативним або константним (пов'язаним із негативним образом тіла). Незадоволеність власним тілом і прагнення його змінити на краще з'являється тоді, коли реальний образ фізичного «Я» не відповідає ідеальному. Часто такий ідеал є складно досяжним або його важко підтримувати, при цьому будь-яке відхилення розцінюється як особиста трагедія.

Складним психічним розладом є викривлення фізичного образу «Я», незалежно від того, наскільки реальною є фізична недосконалість. Причинами порушення образу тіла є: зацикленість на тілі як підґрунті успіху, сексуальне насилля (зокрема, представниці жіночої статі, що пережили насилля, часто виявляють схильність до анорексії, відчуваючи відразу до власного тіла і бажаючи зникнути, оскільки тіло є джерелом неприємних відчуттів), фізичне та емоційне насилля (особи, що були об'єктом насмішок через фізичні недоліки або яких принижували фізично, часто гніваються на себе і власне тіло).

Часто люди, схильні до фізичного перфекціонізму, мають негативний фізичний образ «Я» і паралельно мають проблеми у сексуальній сфері, оскільки відчувають себе невпевнено через ніби недостатню привабливість. Для багатьох жінок початком появи фізичного перфекціонізму є народження дитини, що пов'язано з набранням додаткової ваги. Запускати механізм викривлення тілесного образу і, як наслідок, фізичного перфекціонізму можуть такі події, як розлучення, втрата роботи, імміграція, зниження матеріальних статків. Прояви фізичного перфекціонізму часто виявляються у вигляді: хронічної незадоволеності власною вагою; переконаності у неможливості досягнення здорового та гарного тіла без спеціальних постійних зу-

силь; переконаність у тому, що «турбота про тіло» зумовлює успіхи в усіх інших сферах життя.

А.А. Дадеко під час дослідження осіб юнацького віку, які займаються бодібілдингом та фітнесом, порівняла їх результати з особами, що не слідкують за фігурою. Науковець дійшла висновку, що як фізичний перфекціонізм, так і емоційне неблагополуччя більш виражені у першій групі. Дослідницею встановлено взаємозв'язок між рівнем фізичного перфекціонізму і вираженістю симптомів депресії. У дослідженні гімназистів та учнів загальноосвітніх шкіл саме перша група помітно частіше мала вищі як показники фізичного перфекціонізму, так і показники депресії і тривоги. Вони висловлюють незадоволеність зовнішнім виглядом, фігурою, намагаються схуднути. Відтак автор формулює висновок, що навчання дітей у школах із високими вимогами сприяє появі загального перфекціонізму і фізичного зокрема [10].

В.В. Парамонова виявила зв'язок між патологічним фізичним перфекціонізмом і особистісними особливостями: слабка диференційованість когнітивно-афективної сфери, викривлення тілесної і гендерної самоідентичності, розмитість фізичних меж та нестійка самооцінка [6, с. 36]. Однак можливий і позитивний вплив специфічних перфекціоністських установок на здоров'я і фізичне благополуччя, зокрема в пацієнтів із панічним розладом.

Неспівмірність ідеального і реального у фізичному образі може сприяти появі депресії, порушенню харчової поведінки, зниженню самооцінки і т. д. Виявлено зв'язок перфекціонізму із соціальною тривогою у вигляді страху можливих негативних оцінок і критики на адресу зовнішності. Чоловікам складно відчувати неспівмірність ідеалу тієї частини «Я-реального», яка стосується здобутків, вчинків, тоді як для жінок – неспівмірність їх зовнішності й оцінок навколишніх наявних ідеалів. У вигляді неконструктивних спроб подолання цих конфліктів дослідниці вказують на вживання алкоголю, наркотиків [13].

Головна роль у появі дезадаптивного ставлення до власного тіла належить соціокультурним факторам. Як найбільш значущі часто висуваються зовнішні поверхневі атрибути успіху і благополуччя, зокрема стрункість сприймають як атрибут молодості, щастя, успіху. Зайва ж вага асоціюється з лінощами, слабкістю, пасивністю. На становлення і розвиток фізичного перфекціонізму та його негативних наслідків для емоційного стану мають вплив макро- і мікросоціальні фактори: середовище про-

живання, сімейні фактори у вигляді дисфункціонального стилю комунікації в родині.

Серед соціокультурних факторів, що впливають на формування відчуття незадоволеності власним тілом, важливе місце займають засоби масової інформації, які транслюють через іміджеві та тілесно-орієнтовані передачі сучасні, подекуди нереалістичні, стандарти краси: у жінок – худорлявість, збільшені губи, сідниці та груди, блискуче волосся, натреноване тіло, які у сукупності складно зустріти у середньостатистичної жінки; у чоловіків – високий зріст, накачані м'язи, широкі плечі, вузькі стегна.

Зокрема, у підлітків після півгодинного перегляду передачі про жінок і чоловіків із красивими тілами та зовнішністю збільшувалось відчуття незадоволеності власним тілом, зростала невпевненість у собі, погіршувався настрій. Такий результат є абсолютно прогнозованим з огляду на те, що зазначені відеоматеріали спрацьовують як спусковий механізм для порівняння себе з іншими.

З'ясовано, що реальні фізичні дані не мають жодного впливу на міру задоволеності власним тілом, позаяк важливе місце належить соціуму і вимогам, що він транслює кожній особистості. Так, переважно на порушення харчової поведінки впливають цінності, нав'язані західною культурою.

Однак досить суперечливим щодо переважного впливу на незадоволеність тілом соціальних стандартів є той факт, що, попри все, існують особи, повною мірою задоволені власним виглядом. П.М. Тарханова припустила, що факторами незадоволеності власним тілом є сімейні та особистісні [9].

Так, сприйняття батьками свого тіла, міра задоволеності ним має сильний вплив на фізичний образ дитини і навіть є вагомим, ніж вплив засобів масової інформації. За результатами досліджень П.М. Тарханової, викривлена харчова поведінка підлітків прямо пов'язана з порушеннями її у батьків, оскільки вони є рольовими моделями поведінки для дітей [9, с. 55–56].

Чим вищий показник сімейної дисфункції, що виявляється у батьківській критиці, сімейному перфекціонізмі, фіксації на негативних переживаннях, тим більш вираженою є схильність до фізичного перфекціонізму. Формування останнього через незадоволеність тілом відбувається завдяки несхвальним відгукам батьків, що концентрують свою увагу на певних наявних або уявних недоліках, дефектах зовнішності дитини, тим самим стимулюючи до їх усунення.

Відтак критика дитини, висунуті високі стандарти діяльності, фіксованість родини

на негативних емоціях, сімейний перфекціонізм, надзахопленість справами дитини сприяють розвитку у неї фізичного перфекціонізму.

Сучасними дослідженнями С. Хелферта підтверджено, що чим частіше батьки підлітків підтримують їх у гонитві за прекрасним тілом, тим частіше вони відчувають незадоволеність тілом і стають схильними до фізичного перфекціонізму [13].

Однак впливу батьківського ставлення до тіла дитини піддаються не тільки підлітки. Чутлива до критики батьків щодо зовнішності і молодь, що є стимулом для початку булімії, анорексії. Саме матері відіграють головну роль у тому, наскільки їхні діти задоволені власним тілом, а батьківська думка особливо враховується у виборі засобів корекції зовнішності. Дефіцит емоційної близькості та прив'язаності до батьків також провокує незадоволеність тілом.

П.М. Тарханова провела порівняльне дослідження з вивчення задоволеності вагою та загальною зовнішністю у столичної та провінційної молоді. Дослідницею з'ясовано, що наявні значні відмінності між групами: столична молодь, порівняно із провінційною, більш критично ставиться до власної зовнішності та зовнішності інших, захоплюється засобами із вдосконалення тіла, частіше намагається позбавитися зайвої ваги, виявляє готовність до хірургічного втручання. Специфічним особливостям щодо ставлення до власної зовнішності у жителів мегаполісів сприяє конкуренція, культ успіху, високий рівень інформаційного навантаження, реклами. Окрім цього, жителі мегаполіса мають набагато більше можливостей для коригування і зміни зовнішності: у галузі краси, у мережі спортивних закладів (фітнес-клуби, спортивні комплекси), у клініках естетичної хірургії. У молоді з великих міст частіше виявляється фізичний перфекціонізм і разом із тим прояви емоційного неблагополуччя – депресії, тривоги [9].

В особистісній сфері виокремлено фактори, що сприяють появі фізичного перфекціонізму, серед яких виражений нейротизм, самокритика, соціальна тривога, низький рівень самооцінки, Я-орієнтований та соціально-прописаний перфекціонізм.

Має вияв і взаємозв'язок фізичного перфекціонізму із статевою ідентичністю, зокрема з підвищеним рівнем фемінності/маскуліності. У дослідженні А. Хаас визначено, що у групі дівчат найбільш високий рівень негативного перфекціонізму виявляється в областях навчання та зовнішності [14]. Фізичним перфекціоністам властива надмірна значущість зовнішньої привабли-



вості, відповідність модним тенденціям, низький рівень самоповаги та самооцінки.

Фізичний перфекціонізм має безліч негативних наслідків: патологічна харчова поведінка, надмірна фізична активність, прагнення вдосконалити власну зовнішність навіть ціною здоров'я, застосування хірургічного втручання, використання стероїдів, суїцидальна готовність. Так, у дослідженнях С.В. Воликової доведено, що надмірне прагнення відповідати стандартам і уявленням щодо зовнішності має тісний взаємозв'язок із схильністю до анорексії та булімії [2, с. 96]. Означені можливі наслідки ще більшою мірою загострюють та актуалізують проблематику фізичного перфекціонізму.

**Висновки із проведеного дослідження.** Образ фізичного «Я» та явище фізичного перфекціонізму тісно взаємопов'язані: неспівпадіння реального образу фізичного «Я» та ідеального провокують появу фізичного перфекціонізму. За наявності позитивного образу тіла людина почуває себе комфортно «у власному тілі», задоволена власним виглядом, тоді як негативний образ фізичного «Я» провокує появу фізичного перфекціонізму аж до патологічних виявів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. – М. : Дайджест, 1995. – 296 с.
2. Воликова С.В. Современные исследования детского перфекционизма / С.В. Воликова // Социальная и клиническая психиатрия. – 2012. – Т. 22. – № 2. – С. 94–99.
3. Ильин Е.П. Работа и личность: трудоголизм, перфекционизм, лень / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 224 с.
4. Кононенко О.І. Проблема онтогенезу перфекціонізму особистості в сучасних дослідженнях / О.І. Кононенко // Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». – 2014. – Т. 19. – Вип. 2. – С. 171–177.
5. Моляко Р.В. Ставлення підлітків до власної зовнішності / Р.В. Моляко // Обдарована дитина. – 2001. – № 2. – С. 36–41.
6. Парамонова В.В. Феномен телесного перфекціонізма как социокультурная патология / В.В. Парамонова // Культурно-историческая психология. – 2009. – № 3. – С. 34–41.
7. Психология самосознания. Хрестоматия / ред. сост. Д.Я. Райгородский. – Самара : ИД «БАХРАХ-М», 2007. – 672 с.
8. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Е.Т. Соколова. – М. : Изд-во МГУ, 1989. – 215 с.
9. Тарханова П.М. Социальные и психологические факторы физического перфекционизма и неудовлетворенности своим телом / П.М. Тарханова, А.Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование. – 2011. – № 5. – С. 52–60 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://mniip-repo.ru/view\\_statiy.php?id=2433](http://mniip-repo.ru/view_statiy.php?id=2433).
10. Холмогорова А.Б. Физический перфекционизм как фактор расстройств аффективного спектра в современной культуре / А.Б. Холмогорова, А.А. Дадко // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2010 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://medpsy.ru/mpj/archiv\\_global/2010\\_3\\_4/nomer/nomer13.php](http://medpsy.ru/mpj/archiv_global/2010_3_4/nomer/nomer13.php).
11. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М., 1997. – 144 с.
12. Шебанова В.І. Іпохондричний дискурс сучасності як базова основа викривленої турботи про себе (нав'язливе прагнення зниження ваги) / В.І. Шебанова // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Вип. 25. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. – С. 638–651.
13. Helfert S. A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body dissatisfaction in adolescent girls and boys / S. Helfert, P. Warschburgera // Body Image. – 2011. – Vol. 8. – Is. 2.
14. Haase A.M. Domain-specificity in perfectionism: Variations across domains of life / A.M. Haase, H.R. Prapavessis, G. Owens // Personality and Individual Differences. – 2013. – P. 711–715.



УДК 378:159.9-051+316.454.52

## АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ В МАЙБУТНІХ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ЗДАТНОСТІ ДО ВСТАНОВЛЕННЯ ДОВІРЛИВИХ СТОСУНКІВ ІЗ КЛІЄНТОМ

Якимчук І.П., к. психол. н.,  
доцент кафедри психології

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

У статті проаналізовано шляхи успішної діяльності психолога, його професійність і майстерність, вміння володіти психологічними засобами праці (діями та операціями), певними прийомами, вміннями та навичками, техніками (сукупністю прийомів, умінь і навичок, які застосовуються у професійному спілкуванні).

**Ключові слова:** клієнт, емпатійний компонент, успішна професійна взаємодія психолога із клієнтом, професійно важливі якості психолога.

В статье проанализированы пути успешной деятельности психолога, его профессионализм и мастерство, умение владеть психологическими средствами труда (действиями и операциями), определенными приемами, умениями и навыками, техниками (совокупностью приемов, умений и навыков, которые применяются в профессиональном общении).

**Ключевые слова:** клиент, эмпатийный компонент, успешное профессиональное взаимодействие психолога с клиентом, профессионально важные качества психолога.

Yakimchuk I.P. ANALYSIS OF PROBLEMS IN FUTURE PSYCHOLOGIST ABILITY TO ESTABLISH TRUSTING RELATIONSHIPS WITH CUSTOMERS

The article analyzes the ways of successful performance psychologist, his professionalism and skill, ability to use psychological means of labor (actions and operations), certain techniques, abilities and skills, techniques (a set of techniques and skills used in professional communication).

**Key words:** customer, empathy component, successful professional psychologist interaction with the client, professionally important qualities of a psychologist.

**Постановка проблеми.** Політичні та соціально-економічні кризи, а також ціннісна дезорієнтація в сучасному українському суспільстві призводять до того, що значна частина населення все частіше звертається за допомогою до фахівців у галузі практичної психології. Така ситуація зумовлює підвищення рівня вимог до надання кваліфікованої психологічної допомоги клієнту, актуалізує необхідність вдосконалення змісту, структури, форм і методів професійної підготовки майбутніх практичних психологів.

Успішна професійна взаємодія психолога із клієнтом неможлива без погодження спільного бачення проблеми, узгодження мети та встановлення довірливих стосунків у процесі консультативної взаємодії.

Базисна довіра до світу є наслідком любові та турботи батьків, сформованості емпатії та здатності стати на позицію партнера у спілкуванні. Довіра до себе та світу розглядається як одна із провідних ознак самоактуалізованої особистості.

**Постановка завдання.** Мета статті – проаналізувати проблеми розвитку в майбутніх практичних психологів здатності до встановлення довірливих стосунків із клієнтом.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Професія психолога набуває все більшої популярності в українському суспільстві. Економічний і соціальний розвиток висуває перед людиною нові вимоги та завдання, а відтак особистість все частіше відчуває тиск соціально-психологічних, комунікативних, інформаційних та інших чинників. Конфлікти на роботі, у подружньому житті, відчуття самотності та власної недосконалості є лише малою часткою із широкого кола особистісних та міжособистісних проблем, якими живе сучасне суспільство. Люди починають звертатись до психологів не лише у разі виникнення важких життєвих ситуацій, а й за наявності бентежних повсякденних питань.

В останні два десятиріччя в Україні з'явилась нова галузь професійної діяльності – практична психологія.

Успішність діяльності психолога, його професійність і майстерність визначають володіння ним психологічними засобами праці (діями та операціями), певними прийомами, вміннями та навичками, техніками (сукупністю прийомів, умінь і навичок, які застосовуються у професійному спілкуванні).

На думку Н.І. Пов'якель, останніми роками досить ефективно розробляється та



впроваджується система різних, насамперед психологічних, показників, ознак, критеріїв професіоналізму. Серед них найпоширенішими дослідниця вважає такі: високий рівень кваліфікації та професійної компетентності; високий рівень розвитку особистісних професійно важливих якостей; високий рівень мотивації досягнення; низький рівень залежності від зовнішніх факторів; високий рівень організованості, працездатності, мобілізованості; можливість розвитку суб'єкта праці як особистості; спрямованість на утворення та реалізацію позитивних професійно значущих цілей; володіння змістом та сучасними технологіями рішення професійних завдань; продуктивність та ефективність діяльності [8].

Безумовно, високий рівень кваліфікації та професійної компетентності має сприяти виникненню довіри клієнта до психолога. Разом із цим у межах нашої роботи особливу увагу необхідно приділити такій характеристиці, як високий рівень розвитку особистісних професійно важливих якостей, які б забезпечували ефективність міжособистісної взаємодії. Ця думка стверджується, зокрема, у працях Н.Ф. Шевченко: «Для практичної психології на перший план виступають процеси безпосередньої взаємодії клієнта і психолога, успішність яких багато в чому визначається загальним культурно-світоглядним рівнем фахівця, який реалізує таку взаємодію, та характеристиками його особистості» [9, с. 23].

Проблема вивчення психологічних якостей психолога порушується у працях багатьох вчених (Г.С. Абрамова, О.О. Бодальов, О.Ф. Бондаренко, І.В. Вачков, Л.М. Карамушка, С.Д. Максименко, А.К. Маркова, М.В. Молоканов, П.О. М'ясоїд, Н.В. Наумчик, Н.В. Павлик, В.Г. Панок, Н.А. Побірченко, Н.І. Пов'якель, Е.О. Помиткін, Н.В. Пророк, В.В. Рибалка, В.А. Семиченко, В.В. Синявський, Т.М. Титаренко, Н.В. Чепелева та ін.).

Однак, незважаючи на значну кількість розвідок, присвячених цій проблематиці, одностайної думки про найважливіші у професійному плані властивості особистості психолога досі не існує. Як зазначає І.В. Вачков: «Сама ідея «моделі спеціаліста», тим більше відповідно до такої творчої і складної професії, як психолог, викликає іноді сумнів» [6, с. 225]. Дослідник пояснює це тим, що неможливо абсолютно точно в балах виміряти здатність людини до творчості, любов до людей, порядність, професійну та людську совість, які в сукупності є більш важливими складниками професійного успіху психолога, ніж його знання та володіння методиками.

Дослідник, ідучи від протилежного, наводить протипоказання, які унеможливають роботу психологом, зокрема:

- 1) ненависть до людей, прагнення помсти;
- 2) наявність психічних захворювань;
- 3) нездатність спілкуватися, вибудовувати стосунки з людьми на основі взаємоповаги;
- 4) лінощі, безініціативність [5, с. 227].

У довіднику професій наводяться вимоги до індивідуально-психологічних особливостей професійного психолога, серед яких доброзичливість, комунікабельність і ввічливість [7]. Ці риси багато в чому сприяють встановленню довірливих стосунків. Так, відсутність доброзичливості та комунікабельності з боку практичного психолога може сприйматися клієнтом як байдужість, а відсутність ввічливості – як грубість, яка дискредитує психологічну практику взагалі. Однак наведені характеристики не є єдиними умовами довірливого спілкування, оскільки вони не є умовою професійної компетентності практичного психолога.

Загальний огляд особистісних та професійних якостей практичних психологів показує, що основний їх блок, який виділено науковцями (Г.С. Абрамова, Є.О. Климов, В.Г. Панок, В.О. Холодна, Н.В. Чепелева), становить сукупність загальнолюдських, моральних властивостей. Разом із тим більш глибокий аналіз показує, що професійно диференційовані якості є необхідними для практичного психолога.

Спробу на основі теоретичного аналізу наукових праць виділити основні професійні та особистісні якості практичного психолога зробила Н.Ф. Шевченко. Так, серед головних професійно важливих якостей дослідниця виділяє:

1. Психологічну грамотність, що являє собою оволодіння психологічними знаннями, уміннями, символами, правилами і нормативами у сфері спілкування, поведінки, психічної діяльності і т. д.

2. Психологічну компетентність, яку дослідники визначають як особливий тип організації предметно-специфічних знань, що дозволяє приймати ефективні рішення у відповідній галузі діяльності.

3. Комунікативна компетентність як розвинуті комунікативні навички (вербальні та невербальні), чутливість до групових процесів та уміння їх інтерпретувати.

4. Ціннісно-змістовний компонент особистості, як «сукупність особистісно вагомих прагнень, ідеалів, переконань, поглядів, позицій, відносин в області психіки людини, її діяльності, взаємин із навколишнім середовищем» [9].

5. Рефлексія як усвідомлення психологом власних внутрішніх змін, що відбуваються, та відстеження процесу і результатів своєї діяльності щодо формування професійної психологічної свідомості. Н.Ф. Шевченко зазначає, що «здатний до рефлексії психолог розуміє межі своєї компетенції, тому відкритий для засвоєння нового досвіду» [9].

6. Здатність до професійної адаптації.

7. Системне бачення галузі професійної діяльності виділяється як показник розвитку особистості психолога. Таке «бачення» дає психологу можливість використовувати у своїй роботі різноманітні концепції, схеми та стратегії консультативної, корекційної, реабілітаційної та психотерапевтичної допомоги.

8. Креативна складова частина особистості психолога як оволодіння методами творчого розв'язання професійних завдань.

9. Здібність до комунікації.

10. Дивергентність (гнучкість) та інтуїтивність.

11. Здатність до емпатії – співпереживання, збагнення емоційного стану людини.

12. Іntenціональність як спрямованість чуттєвої свідомості психолога на особистість клієнта, його проблеми, на процес і результат психологічної діяльності [9, с. 50–52].

Свою модель професійної діяльності практичного психолога пропонують Е. Аллен та Г.С. Абрамова [1]. У рамках моделі науковці наводять сукупність характеристик кваліфікованого практичного психолога у порівнянні з некваліфікованим, виділяючи при цьому 10 основних ознак професійної діяльності психолога:

1. Цілі психологічної допомоги. Психолог орієнтує клієнта в його цілях, а свою задачу вбачає у розширенні можливостей клієнта.

2. Відгуки і реакції у ситуації професійної діяльності. Психолог дає відгуки вербальні та невербальні; уникає оцінних суджень та надає конструктивний зворотній зв'язок.

3. Світогляд (концепція) практичного психолога. Психолог розуміє всю складність дослідження людської індивідуальності і неможливість її опису в межах однієї із психологічних концепцій.

4. Культурна продуктивність практичного психолога. Психолог здатний до розроблення великої кількості ідей та моделей поведінки особистості у своїй та інших культурах, що дозволяє йому долучитись до світу клієнта.

5. Конфіденційність. Психолог рефлексує зміст отриманої психологічної інформації та вміє зберігати професійні таємниці.

6. Обмеження в діяльності практичного психолога. Професійний психолог реально оцінює можливості та межі своєї компетенції.

7. Міжособистісний вплив у роботі практичного психолога. Психолог усвідомлює і фіксує взаємовплив між ним і клієнтом, рефлексує свої відчуття думки та бажання.

8. Людська гідність. Повага до гідності клієнта – це аксіома.

9. Узагальнена теорія. Психолог постійно засвоює нові теорії та підходи; іноді здатний до формування власної концепції психологічної допомоги.

10. Ставлення до узагальненої теорії. Вбачає в теорії відображення реальності.

Наведені ознаки професійної діяльності свідчать про надзвичайну складність і багатовимірність процесу успішної психологічної взаємодії психолога із клієнтом. Узагальнення наведених ознак дає можливість зробити висновок, що успішність професійної діяльності практичного психолога безпосередньо залежить від успішності його взаємодії із клієнтом.

Порівнюючи кваліфікованого психолога з некваліфікованим, І.В. Вачков зазначає, що кваліфікований психолог вважає метою своєї діяльності орієнтацію клієнта в його цілях, надання вербальних і невербальних відгуків, конструктивного зворотного зв'язку, розуміння складності дослідження людської індивідуальності та впливу на неї, усвідомлення складності особистості та необхідності використання багатьох концепцій.

Серед якостей некваліфікованого психолога І.В. Вачков, зокрема, наводить такі, як шаблонний стиль спілкування, порушення правил конфіденційності, неврахування міжособистісного впливу у взаєминах із клієнтом, демонстрація неповажного ставлення, використання жаргону або ж переважану термінологією лексику [4, с. 228–230].

Серед численних наведених ознак лише вміння зберігати професійні таємниці як принцип конфіденційності та поважне ставлення до клієнта за своїм змістом є наближеними до довіри та встановлення довірливих стосунків із клієнтом.

Загалом аналіз наукових праць, присвячених дослідженню професійно необхідних якостей практичного психолога, свідчить, що лише в деяких із них здатність до встановлення довірливих стосунків наводиться як професійно необхідна особистісна якість.

Зокрема, у дослідженні В.В. Шульги, присвяченому вивченню професійно важливих якостей у практичних психологів залежно від досвіду їх роботи, до інтегрального переліку професійно важливих якостей віднесено такі характеристики особистості практичного психолога: здатність співпе-



реживати і розуміти позицію іншого, соціальний інтелект, толерантність, емоційна стійкість, здатність викликати довіру інших людей, несуперечлива система ціннісних орієнтацій.

Отже, здатність до встановлення довіри із клієнтом є важливою умовою професійної успішності практичного психолога. Питання довіри у стосунках психолога із клієнтом не є однобічним, однак саме практичний психолог повинен докласти спеціальні зусилля, щоб цю довіру сформувати. Сформованість довіри з боку клієнта означає його впевненість у незмінній доброзичливості та емоційній підтримці з боку психотерапевта, можливість безбоязного вираження перед ним емоцій і думок, а також готовність клієнта вислухати його заперечення. Наявність довіри клієнта забезпечується також його переконаністю у збереженні конфіденційності наданих психологу відомостей. Сформованість довіри з боку психолога означає його віру відомостям та інформації, які надає про себе клієнт, а також тим намірам і цілям, які клієнт декларує бажаними для себе у процесі взаємодії із психологом.

Спираючись на дані емпіричного вивчення питання довіри іншій людині, Т.П. Скрипкіна зазначає, що довірливе ставлення до «іншого» базується на поєднанні певних ціннісних позицій суб'єктів взаємодії стосовно себе та партнера по взаємодії. При цьому в основі дружніх стосунків лежить рівноцінне ставлення як до себе, так і до іншого. А у разі взаємодії з авторитетним суб'єктом проявляється ставлення до нього як до цінності за певними параметрами більш значущої, ніж сам суб'єкт, довіри. Т.П. Скрипкіна наголошує на тому, що єдність або різниця у психологічних позиціях суб'єктів стосовно один до одного зумовлює конгруентність чи неконгруентність довірливих стосунків, що може усвідомлюватись чи не усвідомлюватись самими суб'єктами взаємодії.

З перших хвилин знайомства клієнт оцінює, чи може він довіряти психологу як професіоналу, чи буде взаємодія з ним приємною, чи здатний психолог допомогти в розв'язанні проблеми.

Прояв недовіри виражається у прямому лінійному збільшенні міжперсональної відстані між суб'єктами спілкування більш ніж удвічі порівняно із ситуацією довіри. У ситуації довіри використовується положення «обличчям до обличчя» й «обличчям до обличчя навскоси», а невербальна поведінка в ситуації недовіри характеризується, крім збільшення міжперсональної відстані суб'єктів, положенням «обличчям до обличчя».

Критерії довіри та недовіри іншим людям мають як подібні, так і різні риси. Для довіри найбільш важливими є такі характеристики людини: активність, оптимізм, сміливість, моральність, надійність, відкритість, розум, винахідливість, незалежність, організованість, освіченість, спільність світогляду, інтересів та цілей. Найбільш важливими критеріями недовіри є: ненадійність, агресивність, балакучість, аморальність, належність до ворожої соціальної групи, конфліктність, конкурентність, неввічливість, замкненість, обмеженість у знаннях. У разі прояву довіри людина розраховує на отримання певного блага (отримання цінної інформації чи налагодження співпраці), а у разі недовіри вона оцінює негативні наслідки та використовує недовіру як захист від цих наслідків.

Висвітлюючи специфіку встановлення довірливих стосунків між психологом і клієнтом, не можна оминати гендерний аспект міжособистісної взаємодії. Природно, що для значної частини жінок-клієнтів набагато легше розповісти про особливості інтимного життя, потаємні мрії тощо саме жінці-психологу. Так само і для чоловіка, який не хоче розкривати перед жінкою свої слабкі сторони та деякі риси характеру, набагато простіше обговорювати подібні теми із психологом-чоловіком.

У процесі встановлення довірливих стосунків між психологом і клієнтом доцільно враховувати гендерний, віковий аспекти міжособистісної взаємодії та аспект можливої залежності здатності до встановлення довіри від стажу професійної діяльності практичного психолога.

Під довірливими стосунками доцільно розуміти взаємозв'язки між суб'єктами взаємодії, що характеризуються готовністю до прояву довіри, переживаються і проявляються в поведінці у процесі спільної діяльності та спілкування. Доречно зазначити, що формування довірливих стосунків вимагає певних сприятливих зовнішніх та внутрішніх психологічних умов.

У довірливих стосунках соціальних суб'єктів взаємне оцінювання, готовність та очікування набувають вирішального значення. На думку багатьох дослідників, саме підхід до довіри як до психологічного ставлення зумовлює виділення в його структурі когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів.

Когнітивний компонент включає уявлення про себе, другого учасника довірливих стосунків і умови взаємодії, а також очікування, пов'язані з поведінкою партнера.

Емоційний компонент характеризується емоційними оцінками взаємодіючих сторін і самого процесу взаємодії.



Поведінковий компонент включає готовність до певних дій стосовно іншого учасника, щодо самого себе та наявних умов. Наприклад, готовність дотримуватися моральних норм або ж готовність пожертвувати власними інтересами заради підтримки певного рівня довіри.

Зважаючи на наше робоче визначення довіри як базової психологічної установки особистості, яка визначає саморозкриття внутрішнього духовного «Я» людини, має оцінний характер, опосередковує ставлення до себе, до інших і світу загалом, є якісною характеристикою спілкування та вихідною умовою сприятливих міжособистісних стосунків, зазначимо, що довірливі стосунки не можна зводити до певного виду діяльності. Вони характеризуються готовністю до прояву довіри, переживаються і проявляються в поведінці, а отже, наведені компоненти (потребово-мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, цілеутворювальний, результативний та емоційно-почуттєвий) не можуть повною мірою відображати довірливі стосунки психолога із клієнтом.

**Висновки із проведеного дослідження.** Узагальнюючи вказані особистісні ознаки з урахуванням наведених вище компонентів, зазначимо, що кваліфікаційні та професійно-компетентнісні характеристики майбутніх психологів можемо об'єднати у когнітивному компоненті структури здатності майбутніх психологів до встановлення довірливих стосунків із клієнтом.

Ввічливість, тактовність і комунікабельність доцільно внести до змісту комунікативного компонента структури.

Що стосується емпатії як особистісної якості практичного психолога, то до її складу, як правило, відносять: раціональний канал; емоційний (афективний) канал; інтуїтивний (предикативний) канал; установки, стереотипи, упередження, що сприяють або перешкоджають емпатії; здатність до проникнення в емпатію (дійова емпатія); ідентифікацію в емпатії. Зважаючи на це, вводимо окремий емоційний компонент у структуру, що розробляється, не є доцільним.

Особливої уваги потребує така якість, як доброзичливість, яка наводиться в багатьох професіограмах і багато в чому визна-

чає довіру або ж недовіру клієнта до психолога. Доброзичливість є наслідком доброго ставлення до оточення та очікування відповідного ставлення людини до себе. Добро є однією з духовних категорій і поряд із категоріями краси та істини становить основу духовних цінностей.

До того ж здатність до встановлення довірливих стосунків не може бути сумісною з недовірою людини до себе, до оточення, до світу. Отже, доброзичливість і довіра до себе, оточення і світу загалом можуть бути складовими частинами єдиного світоглядного компонента.

Як зазначалося раніше, довіра та довірливі стосунки мають прояв не тільки у вербальному, але й у невербальному спілкуванні, що актуалізує потребу приділення особливої уваги проявам довіри у процесі комунікації.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию / Г.С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга ; М. : ИЦ «ACADEMIA», 1995. – 224 с.
2. Айві А. Цілеспрямоване інтерв'ювання і консультування: сприяння розвитку клієнта : [навчальний посібник] / А. Айві. – К. : Сфера, 1998. – 342 с.
3. Балл Г.О. Духовність професіонала і педагогічне сприяння її становленню: орієнтири психологічного аналізу / Г.О. Балл // Професійна освіта: педагогіка і психологія: Польсько-Український щорічник. – 2000. – С. 217–231.
4. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия / Э. Берн. – пер. с англ. – СПб. : Братство, 1992. – 224 с.
5. Бех І.Д. Особистісно-зорієнтоване виховання / І.Д. Бех. – К. : ІЗМН, 1998. – 204 с.
6. Долинська Л.В. Підготовка молоді до сімейного життя: соціально-психологічний тренінг : [навч.-метод. посібник] / Л.В. Долинська, Т.А. Демидова. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2002. – 73 с.
7. Журавльова Л.О. Емпатійні ставлення та їх класифікація / Л.О. Журавльова // Соціальна психологія. – 2008. – № 5. – С. 39–46.
8. Пов'якель Н.І. Професіогенез мислення психолога-практика в системі вищої школи : [монографія] / Н.І. Пов'якель. – 2-е вид. виправ. і допов. – К. : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2008. – 298 с.
9. Шевченко Н.Ф. Професійна свідомість практичного психолога: структура та специфіка функціонування / Н.Ф. Шевченко // Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис «Психологія і суспільство». – 2009. – № 4. – С. 167–180.



## СЕКЦІЯ 7. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.97

### ОСОБЛИВОСТІ ПРОГНОСТИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В ЛЮДЕЙ ІЗ НЕВРОТИЧНИМИ ТА ПСИХОСОМАТИЧНИМИ РОЗЛАДАМИ (ТРИВОЖНО-ФОБІЧНИМ СИНДРОМОМ І ВИРАЗКОЮ ШЛУНКУ)

Денісієвська А.Є., провідний психолог  
навчальної лабораторії загальної психології імені професора Г.І. Челпанова  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

У статті проаналізовано теоретичні підходи до визначення поняття «прогностична компетентність». Подано дослідження, у якому здійснено порівняльний аналіз відмінностей у групах респондентів. Розглянуто особливості прогностичної компетентності в людей із невротичними та психосоматичними розладами.

**Ключові слова:** прогностична компетентність, прогнозування, тривожно-фобічний синдром, виразка шлунку, психосоматичні скарги, часова перспектива, толерантність до невизначеності.

В статье проанализированы теоретические подходы к определению понятия «прогностическая компетентность». Представлено исследование, в котором осуществлен сравнительный анализ различий в группах респондентов. Рассмотрены особенности прогностической компетентности у людей с невротическими и психосоматическими расстройствами.

**Ключевые слова:** прогностическая компетентность, прогнозирование, тревожно-фобический синдром, язва желудка, психосоматические жалобы, временная перспектива, толерантность к неопределенности.

Denisiievska A. Ye. THE PROGNOSTIC COMPETENCE FEATURES OF PEOPLE WITH NEUROTIC AND PSYCHOSOMATIC DISORDERS (ANXIETY DISORDERS AND PEPTIC ULCER)

The article analyses theoretical approaches to the definition of the concept of predictive competence. It presents a study with comparative analysis of the differences between groups of respondents. Peculiarities of prognostic competence in people with neurotic and psychosomatic disorders are considered.

**Key words:** prognostic competence, prediction, anxiety disorders, peptic ulcer, psychosomatic complaints, time perspective, tolerance to uncertainty.

**Постановка проблеми.** Психологія прогнозування – галузь у психології, яка сьогодні стає актуальною. Ця галузь характеризується аналізом психологічних особливостей людини, за допомогою яких здійснюється діяльність прогнозування. Навички прогнозування виявляються та формуються в діяльності, мають природні передумови розвитку й зумовлені суспільно-історичними чинниками. Структура прогнозування включає знання, які необхідні для отримання прогнозу. Сприймання поточної інформації, запам'ятовування, зіставлення попередніх і наступних фактів – підстава для припущень про майбутнє. Під час процесу прогнозування залучаються знання, які в цей момент видаються неважливими. Розвиток прогностичних здібностей починається з формування індивідуальних властивостей людини, її розумового та мовного розвитку. Прогностична компетентність формується за рахунок включення в систему соціальних відносин і професійної діяльності.

Доведено, що у формуванні невротичних розладів істотну роль відіграє недосконалість механізмів антиципації [4, с. 109]. Ця закономірність відзначена в пацієнтів з усіма клінічними формами невротичних розладів. Попередні клінічні та патопсихологічні дослідження показали, що в особистісному преморбіді пацієнтів із невротичними розладами виявляються дефекти прогностичної діяльності, що блокують можливість людини запобігати виникненню суб'єктивно-значимих психічних травм, передбачати власні емоційні реакції й поведінку, що, в кінцевому підсумку, при зіткненні людини з психічною травмою здатне призводити до формування образ, розчарувань, здивувань. Унаслідок виявлених етіопатогенетичних закономірностей висунута й обґрунтована антиципаційна концепція неврозогенезу.

Антиципація, за словами Б.Ф. Ломова, – це здатність суб'єкта діяти і приймати рішення з певним часово-просторовим попередженням щодо очікуваних, майбутніх

подій [2, с. 5]. Відповідно до цього, поняття «антиципація» й «антиципаційна спроможність» мають багато збігів, тому в психологічній термінології ці категорії вживаються як тотожні та взаємозамінні. Антиципаційна спроможність (прогностична компетентність) – здатність людини з високою ймовірністю передбачати ситуації, події, прогнозувати хід справ і власні реакції на них, виконувати дії з часовим і просторовим попередженням [6, с. 23]. Тобто антиципаційна спроможність описує певний рівень розвитку антиципаційних здібностей у системі особистості. У цьому сенсі «спроможність» наближена за значенням до «компетентності», в більшості випадків ці терміни є ідентичними.

Здібності до антиципації, передбачення майбутніх подій забезпечують увесь процес взаємодії людини з навколишнім середовищем, її поведінку, творчий потенціал, можливості пізнання навколишнього світу і способи соціального спілкування [1, с. 81]. Згідно з антиципаційною концепцією неврозогенезу [5, с. 115], порушення процесів антиципації відіграють важливу роль у патогенезі невротичних розладів [4, с. 108]. Незважаючи на достатню розробленість цієї галузі, залишаються актуальними питання вивчення механізму впливу антиципаційних процесів, що протікають на різних рівнях психіки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Описати прогностичну діяльність, її функції в житті людини, взаємозв'язок з особистісними характеристиками дали змогу роботи таких психологів, як Є.Н. Сурков, А.В. Брушлинський, Л.О. Регуш, Б.Ф. Ломов та ін. Загалом прогностична компетентність може бути визначена як здатність до здійснення діяльності з прогнозування. У свою чергу, прогнозування – це пізнання майбутнього на основі минулого усвідомленого розумового досвіду, пошуку. Б.Ф. Ломов уважав прогнозування подій основною функцією психіки, що дає регулювати діяльність [3, с. 97]. Л.О. Регуш описує прогнозування як свідому діяльність, у якій відбивається єдність компонентів: змістових, операційних і мотиваційних [7, с. 151].

До розуміння антиципації є багато підходів. Умовно можна виділити когнітивно-поведінковий (У. Найссер, С. Плаус, Є. Кестер, Є.О. Сергієнко та ін.), психофізіологічний (П.К. Анохін, М.О. Бернштейн, Д.О. Ширяєв, Т.Ф. Базилевич та ін.), діяльнісний (Б.Ф. Ломов, Є.Н. Сурков, Л.О. Регуш та ін.), ситуаційний (Р. Нісбетт, Л. Росс та ін.), клінічний (Н.В. Суміна, В.Д. Менделевич, І.М. Фейгенберг, Т.В. Скиданенко та ін.) підходи. При цьому кожен підхід уносить

специфіку в розуміння терміна «антиципація» і його співвідношення з такими поняттями, як прогнозування, антиципаційна спроможність, передбачення, інтуїція тощо. Наприклад, О.О. Сергієнко розуміє антиципацію як універсальний механізм психічної організації людини, що включає вибірковість і випередження подій під час взаємодії із середовищем; П.К. Анохін – як «передбачення результатів дії, яке є універсальною функцією мозку, що запобігає всякого роду помилкам»; У. Найссер – як передбачаючі схеми, які є неспецифічними; В.Д. Менделевич – як здатність особистості з високою ймовірністю передбачати хід подій, прогнозувати розвиток ситуацій і власні реакції на них, діяти з тимчасово-просторовим попередженням тощо. Наведені вище дані вказують на складність і універсальність цього психологічного феномена [8, с. 4].

**Постановка завдання.** Мета дослідження – визначити й описати особливості прогностичної компетентності в людей із невротичними та психосоматичними розладами (тривожно-фобічним синдромом і виразками шлунку), здійснити порівняльний аналіз психологічних особливостей.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дослідження проводилося серед пацієнтів із невротичними розладами в ТМО «Психіатрія» в м. Києві, відділення № 27, серед пацієнтів із виразкою шлунку в КМКЛ № 8 і КМКЛ № 12 у відділенні гастроентерології та серед умовно здорових людей м. Києва. Вибірка становить 63 респонденти: 20 пацієнтів із невротичними розладами, 21 респондент із виразкою шлунку і 22 респонденти контрольної групи. Вік досліджуваних – 23–60 років.

У дослідженні були застосовані методи: Гісенський опитувальник психосоматичних скарг; тест антиципаційної спроможності (прогностичної компетентності) (В.Д. Менделевич); шкала толерантності до невизначеності (Д. МакЛейн); опитувальник часової перспективи (Ф. Зімбардо).

За допомогою статистичного пакету SPSS 22.0 ми порівняли вибірку, яка була поділена на групи: пацієнти з тривожно-фобічним синдромом, пацієнти з виразкою шлунку та контрольна група.

Використавши непараметричний критерій порівняння середніх Крускала-Уолліса, ми виявили, що немає відмінностей між трьома групами в таких показниках: ревматичні скарги, особистісна прогностична компетентність, загальна прогностична компетентність, толерантність до невизначеності, гедоністичне сьогодення, позитивне минуле.



Ревматичні скарги можуть виникнути в будь-якої людини, незалежно від діагнозу тощо. Однак трохи нижчий показник у контрольної групи, що може свідчити про те, що люди, які на цей момент не хворіють, відчувають себе краще й можуть не помічати незначних больових відчуттів.

Особистісна прогностична компетентність немає статистичної значущої відмінності, але має важливу відмінність у тому, що показник на межі 166 виявляє прогностичну спроможність. Тобто контрольна вибірка має спроможність за особистісною прогностичною компетентністю, близька до цього показника вибірка з діагнозом тривожно-фобічний синдром, а вибірка з діагнозом виразка шлунку виявляє неспроможність за показником особистісної прогностичної компетентності.

Загальна прогностична компетентність немає статистичної значущої відмінності, але має відмінність у тому, що показник на межі 241 виявляє прогностичну спроможність. Тобто всі групи респондентів виявляють спроможність за показником загальної прогностичної компетентності; толерантність до невизначеності свідчить про те, що респонденти усвідомлюють і приймають складність, неоднозначність і непередбачуваність навколишнього світу, миряться з ними й ураховують у своїх діях; вони схильні підходити до проблем творчо, а не шаблонно, не схильні до стереотипів.

Гедоністичне сьогодення, яке характеризується тим, що теперішнє бачиться відірваним від минулого й майбутнього, а єдина мета – насолода, не вирізняється в респондентів із різним діагнозом і кон-

трольної вибірки; позитивне минуле також не відрізняється, тобто ступінь прийняття власного минулого, за якого будь-який досвід є досвідом, що сприяє розвитку і призвів до сьогодишнього стану, є однако-вим й людей із діагнозами та без них.

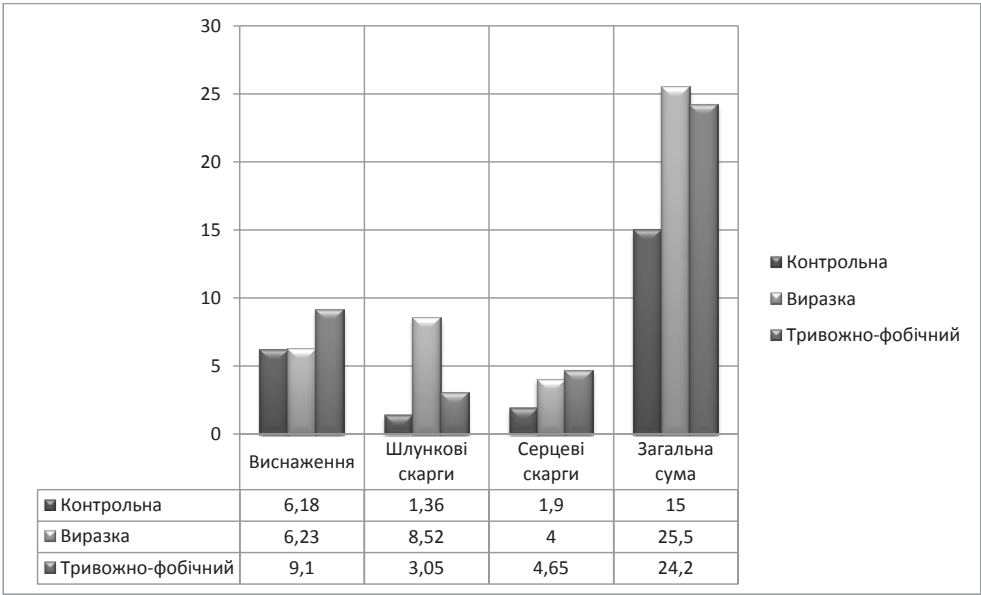
За критерієм Крускала-Уолліса є статистично значущі відмінності між трьома групами в таких показниках: виснаженість, шлункові скарги, серцеві скарги, загальна сума скарг, часова прогностична компетентність, просторова прогностична компетентність, негативне минуле, майбутнє, фаталістичне сьогодення.

Розглянемо спочатку відмінності за психосоматичними скаргами між групами респондентів (рис. 1).

Виснаження найбільш виражене в респондентів із діагнозом тривожно-фобічний синдром, так як вони перебувають у такому психоемоційному стані, що виникає внаслідок важких періодів життя: сильних стресів, інших емоційних перевантажень організму. У контрольної групи та групи з виразкою шлунку показник майже однаковий і свідчить про менше виснаження, ніж у групи з тривожно-фобічним синдромом.

Шлункові скарги мають виражений характер у респондентів із виразкою шлунку, яким ці скарги притаманні за діагнозом. Респонденти з тривожно-фобічним розладом мають небагато шлункових скарг, а контрольна група майже зовсім не має.

Серцеві скарги майже не турбують контрольну групу респондентів, вищі показники та на одному рівні в респондентів із виразкою шлунку і тривожно-фобічним синдромом. Це можна пояснити тим, що



**Рис. 1. Значущі відмінності між групами за психосоматичними скаргами**



люди з цими діагнозами багато переживають і мають високий рівень тривоги, що й впливає на серцеві скарги, які збільшуються за таких умов.

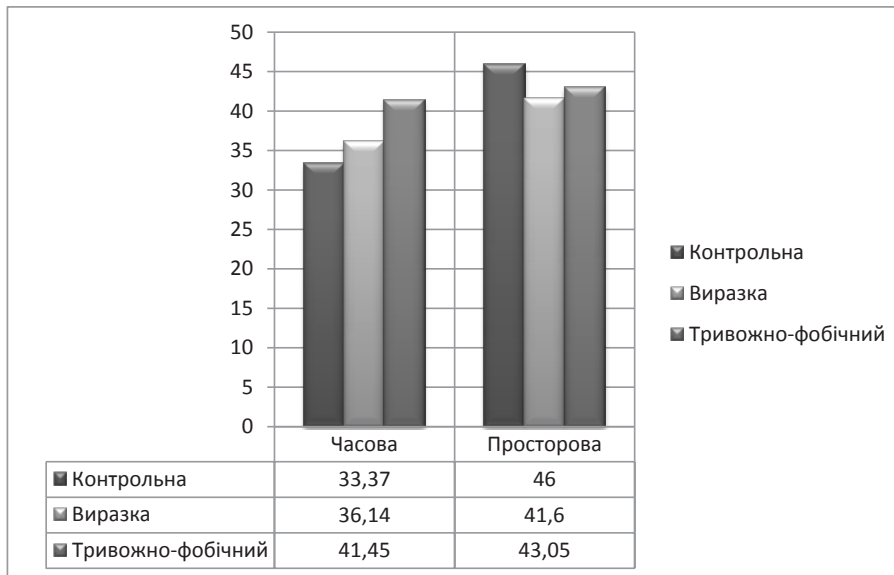
Показник загальної суми скарг у контрольній групі значно менший, ніж у людей із виразкою і тривожно-фобічним синдромом, у яких ця кількість майже однакова з невеликою перевагою вибірки з виразкою. Це ще раз доводить, що психосоматичні скарги характерні більше для психосоматичних і невротичних хворих.

Далі розглянемо відмінності за часовою і просторовою компетентністю (рис. 2).

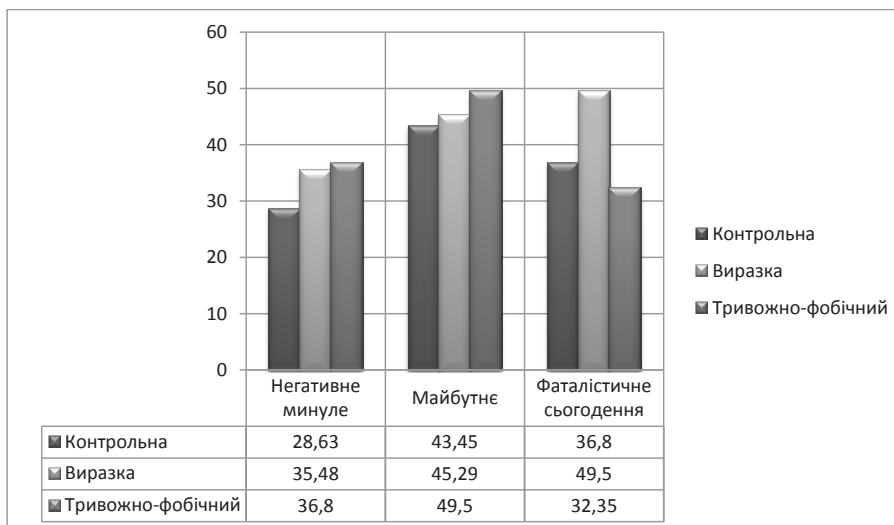
Часова прогностична компетентність загалом виявлена в межах неспроможності. Наближеними до рівня спроможності

є люди з тривожно-фобічним синдромом. Це і є головною відмінністю за цим показником. Адже в людей із виразкою ця компетентність нижча, а і контрольної групи взагалі найнижча. Це можна пояснити тим, що люди з тривожно-фобічним синдромом дуже переживають у тому числі за свої справи, відповідальні та для легшого переживання ситуацій розраховують час. Устигнути все зробити вчасно – для них це важливо, інакше – тривога стає вищою. Люди з виразкою та контрольна група менш схильні до невротичних переживань і реакцій, тому менше переймаються розпорядженням часу.

Просторова прогностична компетентність також виявляється у трьох групах



**Рис. 2. Значущі відмінності між групами за часовою і просторовою прогностичною компетентністю**



**Рис. 3. Значущі відмінності між групами за часовою перспективою**



як неспроможність. У контрольній групі компетентність найвища, далі група з тривожно-фобічним синдромом, найнижчі показники – у людей із виразкою.

Також розглянемо відмінності за часовою перспективою (рис. 3).

Негативне минуле домінує в людей із виразкою шлунку і тривожно-фобічним синдромом. Це пояснюється тим, що саме це негативне минуле вплинуло на зародження, початок і перебіг захворювання. Тому в умовно здорової вибірки показник негативного минулого значно менший.

Показник майбутнього домінує в людей із тривожно-фобічним синдромом, що означає їхні переживання щодо минулого. Якщо згадати результат із часової прогностичної компетентності, то, вірогідно, є зв'язок між тим, що тривожно-фобічні переймаються за розподілення часу та живуть майбутнім, так як думають про те, щоб усе встигнути вчасно, а над теперішнім й над собою в теперішньому не замислюються. Трохи нижчий цей показник у людей, хворих на виразку шлунку, а ще нижчий у контрольній групі.

Фаталістичне сьогодення домінує в людей із виразкою шлунку, це можна пояснити тим, що в людей із цим діагнозом думки пов'язані з тим, що вони стали жертвами долі, обставин, оточення. Вони не бачать власної ролі в тому, що з ними відбувається, і не вирішують свої проблеми. Набагато нижчий цей показник у контрольній групі. І найнижчий він у людей із тривожно-фобічним розладом, так як вони напружені на майбутнє та не думають про теперішнє.

Крім цього, ми розглянули зв'язки між змінними за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт кореляції Пірсона). Виявлено такі значущі кореляційні зв'язки:

- підвищені скарги психосоматичного характеру зменшують просторову (-0,362\*\*,  $p=0,04$ ), особистісну (-0,337\*\*,  $p=0,07$ ) і загальну прогностичну компетентність (-0,390\*\*,  $p=0,02$ ), зменшують толерантність до невизначеності (-0,387\*\*,  $p=0,002$ ), збільшують ступінь неприйняття власного минулого (0,347\*\*,  $p=0,005$ ), зменшують наявність планів на майбутнє (-0,318\*,  $p=0,011$ );

- підвищені серцеві скарги зменшують гедоністичні тенденції (-0,274\*,  $p=0,030$ );

- високі показники часової прогностичної компетентності зменшують толерантність до невизначеності (-0,266\*,  $p=0,035$ ), збільшують ступінь неприйняття власного минулого (0,288\*\*,  $p=0,022$ ), збільшують наявність планів на майбутнє (0,690\*\*,  $p=0,000$ ) і сприйняття теперішнього як заздалегідь визначеного без участі самої людини (0,428\*\*,  $p=0,000$ );

- високі показники просторової прогностичної компетентності зменшують ступінь неприйняття власного минулого (-0,298\*\*,  $p=0,017$ ), збільшують гедоністичні тенденції (0,249\*,  $p=0,049$ );

- високі показники особистісної прогностичної компетентності зменшують толерантність до невизначеності (-0,290\*,  $p=0,021$ ), збільшують ступінь прийняття власного минулого (0,259\*,  $p=0,041$ );

- високі показники загальної прогностичної компетентності збільшують наявність планів на майбутнє (0,298\*,  $p=0,018$ ), збільшують ступінь прийняття власного минулого (0,276\*,  $p=0,029$ );

- високі показники толерантності до невизначеності зменшують ступінь неприйняття власного минулого (-0,503\*\*,  $p=0,000$ ).

**Висновки з проведеного дослідження.** Прогностична компетентність може слугувати індикатором здорового ставлення до життя. У дослідженні визначено й описано особливості прогностичної компетентності в людей із невротичними та психосоматичними розладами (тривожно-фобічним синдромом і виразкою шлунку), здійснено порівняльний аналіз психологічних особливостей.

Особистісна прогностична компетентність виявляється в межах спроможності в контрольній групі. Нижча вона у груп із діагнозом виразка шлунку і тривожно-фобічний синдром.

Отримані значущі статистичні відмінності між групами, які мають діагноз виразка шлунку, тривожно-фобічний синдром, і контрольною групою за показниками часової прогностичної компетентності. Найвищий він у вибірки з тривожно-фобічним синдромом. У вибірці з виразкою шлунку цей показник нижчий. Ще нижчий він у контрольній групі. Рівень спроможності за показником часової прогностичної компетентності відсутній у всіх групах респондентів.

Отримані значущі статистичні відмінності між групами, які мають діагноз виразка шлунку, тривожно-фобічний синдром, і контрольною групою за показниками просторової прогностичної компетентності. Найвищий рівень у контрольній групі. Нижчий цей показник у груп із тривожно-фобічним синдромом і виразкою шлунку. Рівень спроможності за показником просторової прогностичної компетентності відсутній у всіх групах респондентів.

Підвищення показника часової прогностичної компетентності знижує толерантність до невизначеності, збільшує ступінь неприйняття власного минулого, збільшує

наявність планів на майбутнє і сприйняття теперішнього як заздалегідь визначеного без участі самої людини.

Підвищення показника просторової прогностичної компетентності знижує ступінь неприйняття власного минулого, збільшує гедоністичні тенденції.

Підвищення показника особистісної прогностичної компетентності зменшує толерантність до невизначеності, збільшує ступінь прийняття власного минулого.

Підвищення показника загальної прогностичної компетентності збільшує наявність планів на майбутнє, ступінь прийняття власного минулого.

На основі результатів дослідження для формування прогностичної спроможності оптимальним методом роботи є тренінг, який дасть змогу розвинути багатоваріантний тип мислення, навчить здатності прогнозувати події, яка допоможе запобігти виникненню міжособистісних конфліктів, виділяти суттєві ознаки й передумови прекофліктної ситуації та вирішувати її на стадії первинного формування.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева – М. : Аспект-Пресс, 1997. – 324 с.
2. Ломов Б.Ф. Антиципация в структуре деятельности / Б.Ф. Ломов, Е.Н. Сурков. – М. : Наука, 1980. – 280 с.
3. Ломов Б.Ф. Вероятностное прогнозирование как одна из детерминант непреднамеренного запоминания / Б.Ф. Ломов, А.К. Осницкий // Новые исследования в психиатрии и возрастной психиатрии. – М., 1972. – С. 93–104.
4. Менделевич В.Д. Антиципационные механизмы невротогенеза / В.Д. Менделевич // Психологический журнал. – 1996. – № 4. – С. 107–114.
5. Менделевич В.Д. О некоторых психологических механизмах невротогенеза / В.Д. Менделевич // Психологический журнал. – 1990. – № 6. – С. 113–117.
6. Психология. Словарь / под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.
7. Рёгуш Л.А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего / Л.А. Рёгуш – СПб. : Речь, 2003. – 352 с.
8. Рябова Т.В. Взаимосвязь антиципационной состоятельности и креативности у психически здоровых и больных шизофренией : дисс. ... канд. психол. наук / Т.В. Рябова. – Казань, 2003. – 109 с.



УДК 159.97

## РОЗШИРЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ ДЛЯ ДОСЛІДЖЕННЯ АУТОАГРЕСІЇ

Завязкіна Н.В., к. психол. н., доцент  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Кендзерська А.Р., студент магістратури  
кафедри психодіагностики та клінічної психології  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

У статті проаналізовані наукові підходи у дослідженні проблеми аутоагресії, визначена необхідність вдосконалення психодіагностичного інструментарію, описаний процес створення та перевірки авторського опитувальника.

**Ключові слова:** аутоагресія, агресія, самозвинувачення, самобичування, самопошкодження, суїцидальна поведінка, захисний механізм, опитувальник.

В статье проанализированы научные подходы к исследованию проблемы аутоагрессии, определена необходимость усовершенствования психодиагностического инструментария, описан процесс создания и проверки авторского опросника.

**Ключевые слова:** аутоагрессия, агрессия, самообвинения, самобичевание, самоповреждения, суицидальное поведение, защитный механизм, опросник.

Kendzerska A.R. PSYCHODIAGNOSTIC OF SELF-AGGRESSION: EXTENDING RESEARCH TOOLS

The article analyses scientific approaches of studying of self-aggression problem, identifies the importance of improving psych diagnostic tools, describes the process of creating and verifying the author's questionnaire.

**Key words:** self-aggression, aggression, self-blames, self-punishment, self-harm, suicidal behavior, defense mechanism, questionnaire.

**Постановка проблеми.** Проблема аутоагресії є широкою та багатогранною. В науковій літературі її схильні розглядати або як підвид агресії, або ж детально досліджувати крайній її прояв – суїцид. З одного боку, обидва підходи є правильними, з іншого – таке трактування не враховує увесь обсяг даного явища.

**Актуальність роботи** зумовлена різноманітністю поняття аутоагресії, обмеженою кількістю самостійних теоретичних напрацювань та відсутністю вузькоспеціалізованого діагностичного інструментарію.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у вдосконаленні способу діагностики аутоагресії шляхом створення авторського опитувальника та перевірки його ефективності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Варто почати із трактування аутоагресії як різновиду агресивної поведінки, спрямованої проти себе. Такий підхід відстоює один із відомих спеціалістів кримінальної психології – Ю. Антонян. Він заявляє, що аутоагресія може бути дериwатом «дефіцитарної форми прояву агресії» [3].

При цьому Ю. Антонян бере за основу концепцію Г. Аммона, за теорією якого усі стриж-

неві структури «Я» (серед яких й агресія) можуть бути конструктивними, деструктивними та дефіцитарними. Саме дефіцитарна агресія є близьким поняттям до аутоагресії. Вона може виникати через ранню заборону на реалізацію наявного потенціалу активності, пошуку та взаємодії з об'єктом, а також з причини дефіциту відповідних поведінкових навичок [15].

Вартими уваги є також цільові підходи трактування агресії на чолі зі Швабом та Х. Кауфманом. Згідно з ними агресію можна розглядати як спосіб підтримки гомеостазу організму [16]. Аутоагресію за такого підходу можна сприймати як деформовану адаптаційну поведінку, яка є наслідком неможливості демонстрації агресії. При цьому варто було б визначити джерела дефіциту, який намагається задовольнити аутоагресивна поведінка, та з'ясувати причину вибору між агресивною та аутоагресивною реакцією.

Зазначені приклади підтверджують те, що не будь-який конструкт та теорія, що пояснюють агресію, може бути накладеним на аутоагресію. З цієї причини аутоагресію варто трактувати не як один із проявів агресії, а як самостійний конструкт, хоч й зі схожими патернами. Разом з тим теоретичні напрацювання щодо питання агресії



варто враховувати під час напрацювання теоретичної бази для побудови самостійної теорії, яка, звісно, потребуватиме перевірки на практиці.

У науковій літературі можна відшукати хоч і стислі, але порівняно самостійні дані дослідження аутоагресії безпосередньо.

А. Іпатов у співавторстві із Т. Шишигіною включає аутоагресію в більш широке поняття «деструкція». Вони вбачають у ній дві сторони: «аутодеструкцію» та «зовнішню деструкцію». Природу аутодеструкції вони пояснюють через конфліктний смисл «Я», уявлення про себе як про залежну та тривожну особистість, бажання відмовитись від саморегуляції, дію механізму витіснення з метою збереження позитивного самоставлення, готовність до соціальної взаємодії за умови низької особистісної ефективності через дефіцит комунікативних навичок та адекватного сприймання соціальних норм. Аутодеструктивні особистості схильні до самозвинувачень через недостатню дисциплінованість та самоконтроль. Зовнішню деструкцію вони пояснюють через неузгодженість когнітивних та емоційних компонентів самосвідомості, виражені захисні механізми збереження позитивного ставлення до себе, при чому низька самоповага компенсується високим самосприйманням, а незадоволення собою заохочує не до самозмін, а до змін оточення [5].

Такий погляд підкреслює значимість самостійного дослідження та розрізнення понять аутоагресії та зовнішньої агресії.

Сучасний дослідник Н. Сидорцова схильна трактувати аутоагресію як спосіб реагування організму в екстремальних ситуаціях, які потребують одного з двох рішень: зміни ситуації, оточення, або ж зміни самої людини. Вибір якісно відрізняє зовнішньо-агресивні та аутоагресивні реакції. Автор зазначає, що причина вибору завжди суб'єктивна та потребує індивідуальної роботи [13].

Н. Агазаде вказує на те, що аутоагресія має різні прояви від самозвинувачення, самоприниження до нанесення собі тілесних ушкоджень різного ступеня важкості та самогубства [1]. Вона не включає ризиковану поведінку та вживання речовин у структуру власне аутоагресивної поведінки, а виносить її за рамки поняття і включає в більш широке – саморуйнування.

У когнітивному напрямі аутоагресія розглядається через дію певного роду когнітивних спотворень, для яких властива ригідність когнітивних схем, дихотомія в мисленні і схильність до глобалізації. Так А. Бек і Б. Шо зазначають, що для індиві-

дуумів, схильних до аутоагресії, характерні висока чутливість до фактора невизначеності ситуації, неефективний контроль над емоціями та нездатність їх відстрочення [7].

Український дослідник питання аутоагресії Г. Пилягіна розглядає аутоагресію в структурі моделі дезадаптивної поведінки, що виникає як результат фрустрації, тобто аутоагресія виступає як спосіб реагування, адаптаційний та захисний механізм. Можна простежити, що такий підхід дуже тісно пов'язаний із цільовим у визначенні агресії.

На основі аналізу зовнішньої зумовленості аутоагресивної поведінки Г. Пилягіна вважає, що для виникнення аутоагресії необхідна система, що включає, як мінімум, три компоненти: фрустровану людину, психотравмуючу ситуацію та зворотний негативний зв'язок. Якщо у разі виникнення екстремальної ситуації індивід схильний до зміни ситуації, такий спосіб реагування можна назвати агресивним, якщо ж намагається змінити себе – аутоагресивним. Для агресивної поведінки більшу значимість має біологічна основа, а для аутоагресивної – ціннісні установки [10].

Загалом у теорії простежується акцентуація на зовнішніх детермінантах. А. Реан, навпаки, робить акцент на внутрішній структурі та передумовах. Він запропонував ввести поняття «аутоагресивний патерн особистості», у структурі якого виділяє 4 блоки: характерологічний, інтерактивний, соціально-перцептивний субблоки та самооцінка [12].

Говорячи про аутоагресивну мотивацію, варто згадати А. Амбрумову, яка виділила шість типів непатологічних реакцій у дорослих людей зі схильностями до суїцидальної поведінки: «емоційний дисбаланс», «песимізм», «негативний баланс», «демобілізація», «опозиція», «дезорганізація» [2].

Зрештою варто доповнити розгляд поняття аутоагресії психодинамічними підходами. Одне з перших трактувань аутоагресії переносить відносить нас до часів З. Фрейда. Тривалий час він ігнорував це питання, але з часом змінив теорію, розвинув ідею Танатосу, що сприяло введенню поняття «моральний мазохізм» [14].

Як і інші феномени, така поведінка необов'язково є патологічною. Н. Мак-Вільямс наголошує, що, згідно з Х. Дойч, мазохізм може суттєво відрізнятися за ступенем прояву [8].

Термін «мазохізм» використовується як означення любові до болю і страждання, яка має нав'язливий характер, проте це не еквівалент аутоагресії. Специфіка взає-



мопов'язаності цих понять в тому, що іноді аутоагресія може набувати мазохістських рис, тобто приносити задоволення і повторюватись.

Більш детально поняття аутоагресії розкрила сучасний психоаналітик Н. Мак-Вільямс. На її думку, в основі феномену – зміна напрямку агресії із зовнішніх об'єктів на самого себе з причин відсутності, витіснення та надто високої значимості зовнішнього об'єкта або ж неприйняття та засудження зовнішньої агресії взагалі. Фактично, аутоагресія відіграє роль захисного механізму [8].

Досліджуючи феноменологію явища, К. Меннінгер вказує на існування двох принципово різних форм аутоагресії – самоушкодження й аутодеструкцію. Самоушкодження відрізняється від аутодеструкції за кількома принциповими параметрами. Для самоушкодження на перше місце виступає отримання гострих почуттів, привернення до себе уваги, спосіб реагування на стресові ситуації тощо. Це суттєво відрізняється від аутодеструкції, метою якої є безповоротне знищення самого себе [9]. Для нашої роботи більш близьким є перший варіант аутоагресії – самоушкодження.

Іще одну класифікацію пропонує Г. Пиллягіна, яка визначає чотири основних типологічних форми аутоагресивної поведінки та певні патогенетичні особливості їх формування.

1) Суїцидальна поведінка, що має патобіологічну мету індивідуального самознищення; найчастіше формується на переході зі стадії резистентності до стадії виснаження адаптаційного синдрому.

2) Парасуїцидальна поведінка характеризується не увімкненою програмою самознищення; має патобіологічною основою знижену стресостійкість організму; частіше зустрічається при неспсихотичних психічних розладах.

3) Псевдосуїцидальна поведінка характеризується наявністю демонстративно-шантажних форм аутоагресивної поведінки та відсутністю програми на самознищення; найчастіше спостерігається під час істеричного розладу особистості або розладах адаптації.

4) Асуїцидальна форма аутоагресивної поведінки зустрічається виключно у разі психотичних розладів під впливом хворобливих переживань [11].

У нашому випадку можна розглядати другий та третій варіанти.

Підсумовуючи теоретичні дані, можна визначити, що аутоагресія є самостійним явищем, яке недостатньо розглядати як підвид агресії. Вона має різні сторони

та прояви, внутрішні та зовнішні детермінанти. Суїцидальну та ризиковану поведінку варто розглядати як складові елементи більш широкого поняття – аутодеструкції.

Усі зазначені припущення можливо з'ясувати лише емпіричним шляхом. Тому було проведене дослідження. З метою отримання та аналізу емпіричних даних було обрано опитувальники: «Опитувальник стану агресії» (А. Басса-А. Дарки), Опитувальник «Ауто- і гетероагресія» Є. Ільїна, а також було розроблено та верифіковано авторський опитувальник з метою дослідження аутоагресії. Оброблення та обчислення даних проводились за допомогою SPSS Statistics – програми для статистичної обробки даних.

Вибірку склали студенти вищих навчальних закладів міста Києва: 57 досліджуваних, віком від 19 до 30 років. Розподіл респондентів за статтю був майже рівним: 31 чоловік та 26 жінок.

Під час розробки опитувальника було вирішено об'єднати різні види та форми прояву аутоагресивної поведінки в єдину систематизовану класифікацію, щоб закріпити за кожним показником окремі питання. На основі теорії було визначено приблизні шкали: моральна аутоагресія, або аутоагресія Супер-Его; невміння висловлювати агресію; інфантильна аутоагресія, або почуття провини; емоційний фактор (гнів, заздрість і сором); фактор перфекціонізму; депресивний фактор.

У формуванні особистісного опитувальника було дотримано таких, згідно з П. Кляйном, умов ефективності психологічного тесту: інтервальна шкала, надійність та валідність. Під час розроблення завдань опитувальника було враховано такі рекомендації: уникнення невизначених формулювань; запитання стосувались поведінки; уникнення подвійних заперечень, шкала відповідей від 1 до 5 [6].

Перший етап дослідження стосувався перевірки розробленого для дослідження аутоагресії опитувальника на надійність та валідність. Надійність було перевірено за допомогою вирахування показника Альфа Кронбаха для опитувальника загалом, який було визначено як 0,857 (хороший показник узгодженості). Детальний аналіз статистики співвідношення пункту з сумарним балом демонструє, що не всі змінні показали високі кореляції із сумарним балом. Саме тому був проведений аналіз кожного з питань окремо, вилучено ненадійні питання, скорочено кількість питань з 50 до 39.

Перевірка опитувальника на конкурентну валідність відбувалась шляхом порівняння

з результатами двох інших опитувальників. Коефіцієнт кореляції між рівнем аутоагресії, вимірним розробленим опитувальником, та основною шкалою аутоагресії («почуття провини, або аутоагресія») опитувальника стану агресії А. Басса – А. Дарки є позитивним, доволі високим (0,603) та має високий рівень значимості. Що стосується кореляції зі шкалою аутоагресії опитувальника Е. Ільїна, коефіцієнт є також позитивним, має високий рівень значимості, проте нижчий (0,475). Цікаво, що кореляція шкал аутоагресії між двома контрольними опитувальниками є ще нижчою (0,405). Можна дійти висновку, що розроблений для дослідження аутоагресії опитувальник увібрав кращі характеристики двох наявних та розширив спектр дослідження даного поняття. Він є валідним та придатним для досліджень.

Другий етап роботи над опитувальником передбачає визначення кількості факторів – щодо однорідних груп питань, що стосувались би конкретних аспектів явища аутоагресії. У першу чергу, на основі теорії їх було визначено 6, проте вони зазнали суттєвих структурних змін після врахування показника Альфа Кронбаха. Для факторного аналізу було обрано метод головних компонент. Була визначена кількість факторів за критерієм Кайзера. Таких факторів виявилось неочікувано багато (11), а загальна накопичена дисперсія становила 72,3%, що є високим результатом. Кількість факторів суттєво перевищувала первинні прогнози, тому було додатково проаналізовано діаграму осипу, на якій видно, що, окрім чіткого моменту злому на кроці 11, є ще один, хоч і менш очевидний, – на цифрі 8. Оскільки відсоток накопиченої дисперсії для цього кроку дорівнює 57,459%, такий варіант було прийнято як найбільш доцільний.

Останній етап роботи з факторним аналізом передбачає аналіз навантажень змінних на фактори після обертання. Було обрано тип обертання Варімакс, та встановлено фільтр на межі 0,4. Лише 4 питання одночасно прокорелювали з кількома факторами. Кілька питань не було віднесено до жодного, і їх було вилучено, так кількість питань зменшилась до 34.

Фактори були проаналізовані та отримали виводжені назви:

– фактор 1 (шість питань) було названо «Заздрість та сором», він є складовою частиною емоційного фактору, що був запланований у першу чергу;

– фактору 2 (5 питань) було збережено назву «Невміння висловлювати агресію»; може відображати передумову, скритий потенціал особистості до аутоагресії;

– фактор 3 (5 питань) було названо «Гнів». Питання відображають почуття межового незадоволення;

– фактор 4 (7 питань) характеризує поведінку людини, яка схильна робити щось, про що потім шкодує, ймовірно, несвідомо прагнучи цього морального самопокарання. Саме тому фактор було вирішено назвати «Мазохізм»;

– фактор 5 (5 питань) було названо «Песимізм». Він дещо близький до запланованого фактору депресії, є показником апріорі негативного мислення та ставлення людини до чого-небудь;

– фактор 6 (4 питання). Два питання збіглись із інфантильною аутоагресією і, ймовірно, джерела виникнення криються саме в інфантильному віці. Проте його було вирішено перейменувати на «Муки совісті». Даний фактор відрізняється від восьмого тим, що муки совісті виникають без видимої причини, вони не пов'язані з почуттям обов'язку або конкретними емоціями;

– фактор 7 (3 питання). В основному питання стосуються різкої, несподіваної поведінки та емоцій. Його названо «Імпульсивність емоцій»;

– фактор 8 (3 питання) охопив ті питання, що так чи інакше пов'язані з думкою інших людей, із моральною відповідальністю та відчуттям обов'язку, він є схожим на той фактор, який передбачався як «Моральна аутоагресія». Фактор було названо «Супер-Его».

Наступний етап – визначення найбільш значимих факторів. Найвищі кореляції із загальним рівнем аутоагресії показали фактори «Заздрість та сором» (0,809), «Мазохізм» (0,769) та «Песимізм» (0,751).

Загалом можна зрозуміти, що, окрім найсильнішої трійці факторів, інші також корелюють між собою, проте коефіцієнтів кореляцій не достатньо для того, щоб визначити чітку структуру взаємозв'язків між факторами. Тому було вирішено додатково застосувати кластерний аналіз. Кластеризація стосувалась саме визначення груп (кластерів) змінних, у даному випадку – факторів. Для аналізу було обрано ієрархічний метод. Стратегією КА було обрано метод міжгрупового зв'язку.

За допомогою таблиці послідовності агрегації можна попередньо визначити кількість кластерів. У нашому прикладі наявне різке зростання різниці між коефіцієнтами під час переходу від кроку 4 (73,9) до кроку 5 (94,7). Відповідно, найбільш оптимальна кількість кластерів може бути отримана на кроці 4 або 5. Ця кількість дорівнює чисельності об'єктів мінус номер кроку, тобто 4 або 3 кластери. Їх вибір буде





далі узгоджуватись, відповідно до результатів дендрограми, аналіз якої показав, що більш доцільним буде визначення не чотирьох, а трьох кластерів, хоча й при цьому один кластер буде складатись лише з одного фактору, проте на це є свої причини.

Фактор «Заздрість та сором» є цілком самостійним, незважаючи на те, що він демонстрував високі кореляції з іншими факторами. Можливо, даний фактор є відображенням значимості аутоагресії як захисного механізму.

Також сформувавши окремі кластери фактори «Невміння висловлювати агресію», «Імпульсивність емоцій», «Супер-Его», та згодом і «Гнів». Можна припустити, що ці характеристики сформовані вихованням. Невміння висловлювати аутоагресію формується найчастіше у процесі розвитку, а «Супер-Его» – під впливом настанов та норм. Що стосується гніву та імпульсивності, природа їх виникнення, швидше за все, криється в ранньому дитинстві та блокуванні виявлення агресії або спрямування їх на об'єкти.

Окремі кластери склали фактори «Мазохізм», «Песимізм» та «Муки совісті». Щодо цих факторів виникає враження, що вони більшою мірою виражають загальну схильність особистості, тенденцію поведінки, яка може бути чимось на кшталт характерологічної риси.

**Висновки з проведеного дослідження.** Теоретичне значення роботи полягає у доповненні та підсумках знань про сутність проблеми аутоагресії. Було визначено, що аутоагресія потребує самостійного вивчення, а не тільки розгляду як підвиду агресії. Різносторонність поняття була продемонстрована під час створення опитувальника, що дав змогу виявити 8 факторів, що сформулювались у 3 основні фактори. Важливо враховувати, що поняття передбачає комплекс вроджених та набутих рис, а також може відігравати захисну, адаптаційну функцію.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Агазаде Н. Аутоагрессивные явления в клинике психических болезней / Н. Агазаде. – М. : Наука, 1989. – 189 с.

2. Амбрумова А. Диагностика суицидального поведения: Метод. рекомендации / А. Амбрумова, В. Тихоненко. – М., 1980. – 48 с.

3. Антонян Ю. Проблемы внутрисемейной агрессии. / Ю. Антонян, И. Горшков, Р. Зулкарнеев. – М. : НИИ МВД России, 1999. – 127 с.

4. Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) / Диагностика эмоционально-нравственного развития / Ред. и сост. Дерманова И. – СПб. : Питер, 2002. – С. 80–84.

5. Ипатов А. Аутодеструктивные проявления личности подростка / А. Ипатов, Т. Шишигина // Вестник Санкт-Петербургского университета. – Серия 12. – Выпуск 1. – С. 40–51.

6. Клайн П. Справочное руководство по конструированию тестов: Введение в психометрическое проектирование: Перевод с англ. / Под ред. Л. Бурлачука. – Киев: ПАН Лтд., 1994. – 288 с.

7. Когнитивная терапия депрессии / Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. – Пер. с англ. – М.: Наука, 1988. – 196 с.

8. Мак-Вильямс Н. Психодинамическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе [Пер. с англ.] / Н. Мак-Вильямс. – М.: Независимая фирма Класс, 1998. – 480 с.

9. Меннингер К. Война с самим собой / Перевод Ю. Бондарева. – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2001. – 480 с.

10. Пилягина Г. Аутоагрессия: биологическая целесообразность или психологический выбор / Г. Пилягина // Таврический журнал психиатрии. – 1999. – Т. 3. – № 3. – С. 24–27.

11. Пилягина Г. К вопросу о клинико-патогенетической типологии аутоагрессивного поведения / Г. Пилягина // Таврический журнал психиатрии. – 2000. – Т. 4. – № 1. – С. 22–24.

12. Реан А. Психология изучения личности : учеб. пособ. / А. Реан. – СПб. : Издательство Михайлова, 1999. – 288 с.

13. Сидорцова Н. Феноменологические представления об аутоагрессии в психологии / Н. Сидорцова. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2012 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://www.ncfu.ru/uploads/doc/sidorcova\\_nju.pdf](http://www.ncfu.ru/uploads/doc/sidorcova_nju.pdf).

14. Фрейд З. Скорбь и меланхолия / З. Фрейд // Художник и фантазирование. (Сборник работ). Перевод с нем. Додельцев Р., Кессель А. – М., 1995, С. 252–259.

15. Я-структурный тест Г. Аммона: опросник для оценки центральных личностных функций на структурном уровне: пособие для психологов и врачей / авторы-сост. Ю. Тупицын, В. Бочаров, Т. Алхазова. – СПб. : Науч.-иссл. психоневр. ин-т им. В. Бехтерева, 1998. – 70 с.

16. Kaufmann Y. Analytical psychotherapy. In R. J. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current Psychotherapies* (4th ed). Itasca, IL: F. E. Peacock. – 1984. – PP. 119–152.



УДК 159.9-616.89

## РОЗРОБЛЕННЯ ТА АПРОБАЦІЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНОЇ МЕТОДИКИ «ПАЛІННЯ ЯК ЗАМІЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ГОЛОДУ»

Крамченкова В.О., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри наукових основ управління та психології  
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

У статті представлена психодіагностична методика «Паління як заміщення психологічного голоду» як самостійний інструмент діагностики видів потреб, задоволення яких заміщується палінням. Дана психодіагностична методика відповідає вимогам щодо психометричного обґрунтування особистісних опитувальників.

**Ключові слова:** тютюнова адиктивна поведінка, паління, види психологічного голоду, заміщення потреб, психодіагностична методика.

В статье представлена психодиагностическая методика «Курение как замещение психологического голода» как самостоятельный инструмент диагностики видов потребностей, удовлетворение которых замещается курением. Данная психодиагностическая методика отвечает требованиям к психометрическому обоснованию личностных опросников.

**Ключевые слова:** табачное аддиктивное поведение, курение, виды психологического голода, замещение потребностей, психодиагностическая методика.

Kramchenkova V.O. DEVELOPMENT AND TESTING OF THE PSYCHODIAGNOSTIC TECHNIQUE  
“SMOKING AS A SUBSTITUTE FOR PSYCHOLOGICAL HUNGER”

The article presents the psychodiagnostic technique “Smoking as a substitute for psychological hunger”, as an independent tool for diagnosing types of needs, the satisfaction of which is replaced by smoking. This technique meets the requirements for psychometric substantiation of personality questionnaires.

**Key words:** tobacco addictive behavior, smoking, types of psychological hunger, substitution of needs, psychodiagnostic technique.

**Постановка проблеми.** У сучасному світі тютюнопаління можна віднести до найбільш значущих проблем соціуму. Вирішення цієї проблеми не можливе без глибокого наукового розроблення психологічних засад тютюнової адиктивної поведінки. Поведінку людини визначають як цілісну активність, спрямовану на задоволення біологічних, фізіологічних, психологічних і соціальних потреб. Потреба є джерелом активності та зазвичай визначається як нужда, стан певної нестачі, яку людина прагне заповнити. Стан нужди викликає дискомфорт, психологічне незадоволення, яке примушує людину щось робити, щоб зняти напругу. Задоволення (насичення) потреби – процес зняття напруги, повернення до стану рівноваги. Засоби задоволення основних потреб набувають індивідуальної специфіки, завдяки механізму формування асоціативних зв'язків та закріпленню конкретних способів отримання емоційної розрядки.

Адиктивну поведінку можна визначити як безконтрольне та ірраціональне спонукання до здійснення певних дій або вчинків, кінцевою метою яких є отримання суб'єктивного фізичного і психологічного задоволення, джерелом якого можуть виступати психоактивні речовини, зокрема тютюн. Тому

потреба в тютюні не є власне потребою. Вона вторинна стосовно основних потреб та слугує засобом задоволення інших потреб: у спілкуванні, самоствердженні, визнанні тощо. Отже, визначення видів потреб, які задовольняються за допомогою паління, є актуальним завданням психодіагностики тютюновою адиктивної поведінки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз підходів до вивчення потреб у психології свідчить, що потреба розглядалася в таких аспектах: як нужда (Л. Божович, В. Ковалев, С. Рубінштейн); як предмет задоволення нужди (О. Леонтьев); як необхідність (Б. Додонов); як відсутність блага (В. Магун); як відношення (Д. Леонтьев, М. Каган); як порушення стабільності (Д. Мак-Клелланд, В. Оссовський); як динамічний стан (К. Левін); як системна реакція особи (Є. Ільїн) [3; 4].

Потреби людини у психології розуміються як динамічно-активні стани особи, які становлять основу її мотиваційної сфери. У структурі адиктивної поведінки, як правило, розглядають такі види мотивації: атактична (її метою є усунення емоційного дискомфорту), гедоністична (ейфоризуюча), мотивація з гіперактивністю (стимулююча), субмисивна (пов'язана із впливом інших) та псевдокультурна (демонструюча



приналежність до цієї культури) [5; 10; 11].

Згідно з концепцією Е. Берна, у людини існує шість видів голоду: сенсорний голод, голод із визнання, голод з контакту, сексуальний голод, структурний голод та голод по подіях (інцидентах) [1]. За адиктивної поведінки кожен із перерахованих видів голоду загострюється. Людина не знаходить вдоволення психологічному голоду в реальному житті і прагне зняти дискомфорт і незадоволення реальністю завдяки об'єкту адикції [11].

За даними Ч. Цитренбаума завдяки палінню курці найчастіше задовольняють такі потреби: полегшення стресу/самозаспокоєння, упертість/незалежність, задоволення/подарунок, надійний «друг»/компаньйон, наслідування ідеалу, засіб менше їсти і не повніти, стимуляція, глибоке дихання, соціалізація/вхід до групи, що ілюструє використання паління як засобу задоволення основних психологічних потреб (видів голоду) [11].

У сучасній психології існує брак психодіагностичного інструментарію, який дає змогу вивчати особливості тютюнової адиктивної поведінки. Рівень нікотинової залежності, зазвичай, вимірюють за допомогою тесту оцінки нікотинової залежності К. Фагестрема [9], тип тютюнової адиктивної поведінки та мотиви паління – за допомогою методики Д. Хорна [9]. В деяких методиках присутня шкала присвячена діагностиці тютюнової адикції. Прикладом є методика діагностики схильності до різних видів залежності Г. Лозової [8]. Останнім часом у межах проблематики тютюнової адиктивної поведінки було запропоновано методики «Дослідження соціально-психологічних установок щодо паління» В. Крамченкової [6] та «Мотивація відмови від паління» В. Крамченкової, К. Фоменко [7].

Спонукальна сила людської активності знаходиться в потребах, які є джерелами будь-якої мотивації, але не завжди усвідомлюються особою. Зв'язок між потребою і мотивом непрямий. Один мотив може бути породжений різними потребами, а одна потреба може викликати різні мотиви і протилежні за своєю соціальною характеристикою дії, тому діагностика потреб, що заміщує паління, стає необхідною умовою аналізу тютюнової адиктивної поведінки. Отже, розроблення методики, спрямованої на діагностику паління як активності, що заміщає, є актуальною та зумовлена потребами сучасної психології.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в розробленні та

емпіричній апробації опитувальника, спрямованого на діагностику паління як засобу заміщення основних психологічних потреб особистості.

Психометричну вибірку дослідження склали 386 осіб, які палять, у віці від 15 до 70 років, 179 жіночої статі та 207 – чоловічої. Оброблення даних проводилось у пакеті StatSoft STATISTICA 6.0. Дискримінативна та конвергентна валідність розробленої методики перевірялись за допомогою методик діагностики захисних механізмів особистості (LSY) Плутчика-Келлермана-Конте [2], опитувальника «Мотивація відмови від паління» В. Крамченкової, К. Фоменко [7] (конвергентна валідність), методик «Мотиви паління» Д. Хорна [9] та «Дослідження соціально-психологічних установок щодо паління» В. Крамченкової [6] (дискримінативна валідність).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Запропонована методика «Паління як заміщення психологічного голоду» базується на концепції Е. Берна про види психологічного голоду. Методика характеризується інтраіндивідуальною стійкістю та розподілом близьким до нормального. Для кожної пари тверджень досліджуваним пропонувалося вибрати один із п'яти варіантів відповідей згідно зі шкалою Лайкерта. Досліджуваним надавалася *інструкція*: «Шановний респонденте, будь ласка, прочитайте приведені нижче твердження і висловіть міру своєї згоди з кожним із них, поставивши галочку у відповідному стовпчику таблиці» (Додаток).

*Надійність опитувальника* перевірялась визначенням внутрішньої узгодженості методики. Для цього розраховувалася статистика альфа Кронбаха для шкали, що включає всі 42 пункти. Величина альфа Кронбаха для шкали із 42 запитань складала 0,692, що є дещо нижчою за мінімально припустиму величину, яка становить 0,7. Подальші пункти погіршують надійність методики: «Паління – це спосіб показати, що я особливий», «Паління – це просто звичка», «Паління дає змогу поставити акценти у розмові», «Паління сприяє вирішенню конфліктних ситуацій», «Паління є сигналом емоційних проблем», «Паління – це протест на адресу суспільства». Видалення таких шести пунктів призвело до зростання величини альфа до 0,835.

*Конструктна валідність опитувальника.* Для виявлення внутрішньої структури методики проводився факторний аналіз, що дозволяє операціоналізувати трактування методики як сукупності латентних факторів (шкал) і спостережуваних змінних (пунктів), виявити і проаналізувати структуру зв'язків

латентних змінних досліджуваної методики із критерійними латентними і вимірюваними змінними, тобто визначити факторний склад і факторні навантаження результату методики. За результатами експлораторного факторного аналізу (з кутовим обертанням) було виділено шість факторів, які не корелюють один з одним (коефіцієнти кореляції становлять від 0,008 до 0,027).

**Перший фактор** (інформативність 19,82%) утворили пункти: 7, 1, 19, 13, 25, 31 (представлені у порядку убавання факторного навантаження). Зміст пунктів, що утворили даний фактор (наприклад, пункт 1 «Мене приваблює зовнішній вигляд цигарок» або 7 «Мені подобається запах» розкриває задоволення від сенсорної стимуляції під час тютюнопаління. Цей фактор може бути позначено як *сенсорний голод*.

**Другий фактор** (інформативність 19,01%) представлений пунктами 2, 8, 26, 32, 14, 20. Психологічний зміст фактору виявляється у пунктах 2 «Мені подобається палити в компанії», 21 «Спільне паління об'єднує людей», 26 «Я палю, коли хочу, щоб до мене прислухалися» тому фактор позначається як *голод визнання*.

**Третій фактор** (інформативність 18,03%) об'єднав пункти 9, 21, 3, 27, 33, 15 (також перераховані у порядку убавання факторного навантаження). Психологічний зміст пунктів, що утворили цей фактор (показовим є пункт 9 із найбільшим навантаженням (0,815) «Я палю, коли мені самотньо») полягає у заміщенні завдяки палінню недостатності задоволення комунікативних потреб. Тому фактор може бути названий *голод контакту*.

**Четвертий фактор** (інформативність 17,23%) утворений пунктами 10, 34, 16, 22, 4, 28 розкриває прагнення до встановлення зв'язків із протилежною статтю за допомогою паління. Так, наприклад, пункт 10 «Палити – це сексуально» та пункт 34 «Я палю, коли хочу сподобатися, фліртую», тому даний фактор може бути позначений як *сексуальний голод*.

**П'ятий фактор** (інформативність 16,09%) утворений пунктами 35, 11, 5, 17, 23, 29 відображує потребу у заповненні часу і регламентації життя, наприклад, пункт 35 «Паління задає ритм життя» та пункт 11 «Я палю, коли мені нудно». Тому даний фактор може бути позначений як *структурний голод*.

**Шостий фактор** (інформативність 13,19%) утворили пункти 6, 30, 12, 18, 24, 36. Зміст цих пунктів розкриває суб'єктивну недостатність подій у житті, прагнення викликати інтерес, зокрема ризикованими діями. Наприклад, пункт 6 «Паління – це

ризик», 30 «Паління – це спосіб виявити свою індивідуальність» або 12 «Паління – це здатність встати над заборонами». Даний фактор може бути позначений як *голод з інцидентів*.

**Побудова нормативної шкали.** У таблиці 1 представлені описові статистики запропонованої методики.

Таблиця 1  
**Описові статистики методики «Паління як заміщення психологічного голоду»**

Шкали методики	Описові статистики			
	Mean	Min	Max	St.d.
Сенсорний голод	17,26	6,00	30,00	4,75
Голод із визнання	18,73	6,00	30,00	5,43
Голод контакту	19,02	6,00	30,00	5,28
Сексуальний голод	17,68	6,00	30,00	6,05
Структурний голод	18,52	6,00	30,00	4,89
Голод з інцидентів	17,56	6,00	30,00	5,16

Під час розбивання на три інтервали граничні значення норми для показників за шкалою сенсорного голоду становлять 12–22 бали, за шкалою голоду із визнання – 13–24 бали, за шкалою голоду контакту – 14–34 бали, за шкалою сексуального голоду – 12–24 бали, за шкалою структурного голоду – 14–23 бали, за шкалою голоду з інцидентів – 12–23 бали. Бланк опитувальника та ключ до нього представлені у додатку. Інтерпретація результатів передбачає визначення характеристик незадоволених потреб особистості та їх заміщення завдяки палінню, типових ситуацій, що провокують паління та розкриття психологічного змісту тютюнової адикції як активності, що заміщає.

Високі показники за шкалами є проявом високого рівня суб'єктивної недостатності задоволення відповідної потреби та використання паління як засобу зняття дискомфорту від загострення даного виду психологічного голоду. Середні показники за шкалами характеризують середній рівень відповідного виду психологічного голоду в структурі тютюнопаління. Низькі показники за кожною шкалою відображують низький рівень психологічного голоду, при цьому паління не є заміщенням відповідної потреби, яка лежить в основі шкали.

Розглянемо більш детально зміст кожного виду психологічного голоду, які відображено у шкалах методики.

Сенсорний голод – недостатність сенсорної стимуляції, бажання більших стиму-





лів від органів чуття. Паління стимулюється видом, звуками, дотиками, запахом і смаком сигарет як додаткової винагороди.

Голод із визнання – недостатність людського тепла в контактах з іншими. Паління стимулюється бажанням отримати соціальне визнання, увагу до себе, прагненням об'єднуватися з іншими у справах і словах.

Голод контакту – недостатнє задоволення комунікативних потреб, брак психологічної близькості з іншими, прагнення до довіри, скорочення дистанції, психологічного «погладжування». Паління стимулюється бажанням встановлювати неформальні довірливі контакти.

Сексуальний голод – недостатнє задоволення сексуальних потреб, прагнення до встановлення зв'язків із протилежною статтю. Паління виступає як сексуальний сигнал і активність, що заміщає.

Структурний голод – голод із заповнення часу і регламентації життя. Основними стимулами паління виступають нудьга, паузи між справами, а також необхідність замаскувати потребу у перерві в діяльності (відпочинок, роздуми тощо).

Голод з інцидентів – суб'єктивна недостатність подій у житті, прагнення викликати інтерес, зокрема, ризикованими діями. Стимулом паління виступає його негативна соціальна оцінка.

*Ретестова надійність опитувальника.* Повторне тестування однієї і тієї самої вибірки (118 респондентів) було проведене з інтервалом у чотири тижні. Кореляція між результатами першого та другого тестування виявилася на рівні  $r = 0,768$ , що свідчить про доволі високу ретестову надійність методики.

*Конвергентна та дискримінативна валідність* методики перевірялась шляхом визначення кореляційних зв'язків показників запропонованої методики та методик діагностики захисних механізмів особистості (LSY) Плутчика-Келлермана-Конте, опитувальника «Мотивація відмови від паління» В. Крамченкової, К. Фоменко (конвергентна валідність), методик «Мотиви паління» Д. Хорна та «Дослідження соціально-психологічних установок щодо паління» В. Крамченкової (дискримінативна валідність).

Як свідчать отримані дані (рис. 1), егозахисний механізм заміщення позитивно пов'язаний з усіма видами психологічного голоду курців (0,353,  $p < 0,001$  із сенсорним голодом, 0,341,  $p < 0,001$  із голодом із визнання, 0,367,  $p < 0,001$  із голодом контакту, 0,344,  $p < 0,001$  із сексуальним голодом, 0,413,  $p < 0,001$  зі структурним голодом та 0,328,  $p < 0,001$  із голодом з інцидентів). Це дає змогу стверджувати, що паління виступає як безсвідоме перенесення, переадресація дій, імпульсів та почуттів із недоступного об'єкту на доступний.

Також встановлено, що окремі види психологічного голоду пов'язані зі специфічними егозахистами. Встановлено позитивні зв'язки показників сенсорного голоду із витісненням та регресією (0,324,  $p < 0,001$  та 0,383,  $p < 0,001$  відповідно), тобто витіснення фрустрованої потреби у сенсорній стимуляції призводить до простих стереотипних поведінкових реакцій, зокрема палінні. Виявлено зв'язок показників голоду з визнання та голоду з інцидентів із проекцією (0,414,  $p < 0,001$  та 0,396,  $p < 0,001$  відповідно), що розкриває зовнішню локалізацію власних неусвідомлених думок і почуттів

Таблиця 2

**Кореляційні зв'язки показників психологічного голоду, мотивів та установок щодо тютюнопаління**

Мотиви та установки щодо паління	Показники видів психологічного голоду					
	Сенсорний голод	Голод із визнання	Голод контакту	Сексуальний голод	Структурний голод	Голод з інцидентів
Стимуляція	-0,112	0,017	0,018	0,061	0,018	0,112
Гра з сигаретою	-0,009	0,087	0,017	0,112	0,017	-0,029
Розслаблення	0,053	0,017	0,016	0,031	0,016	-0,031
Підтримка	0,089	0,017	0,018	0,051	0,016	-0,059
Ваблення	0,016	0,087	0,017	-0,063	0,018	0,016
Рефлекс	-0,112	0,017	0,018	-0,063	0,018	-0,112
Відкидання шкоди паління	0,024	0,048	0,052	0,049	0,063	0,028
Віра в міфи про користь паління	0,022	0,027	0,009	0,039	0,025	0,031
Адекватність сприйняття паління	0,012	0,017	0,027	0,092	0,021	-0,019

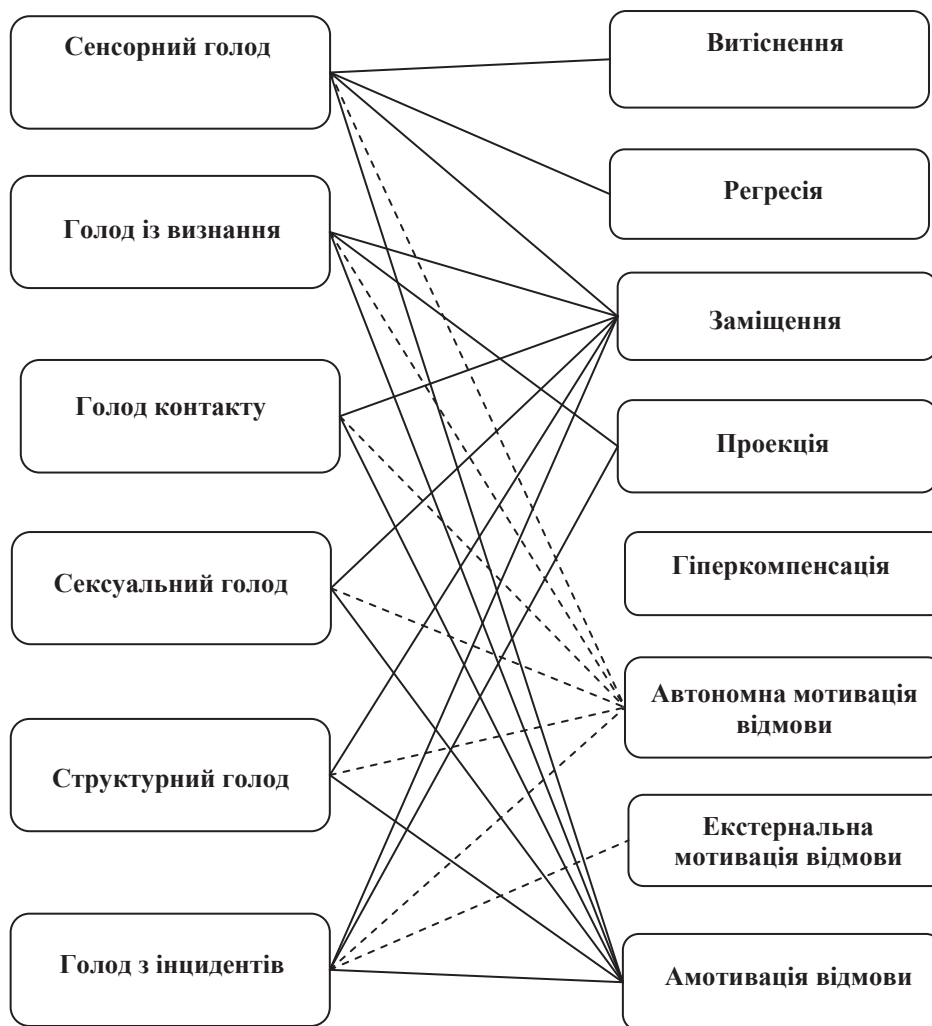


щодо комунікативних здатностей, досягнень та життєвих подій та спроби знайти у тютюнопаління допоміжний засіб задоволення потреб у психологічній близькості з іншими та прагнення викликати інтерес оточення.

За результатами дослідження встановлено, що автономна мотивація відмови від паління негативно пов'язана з усіма видами психологічного голоду (-0,361,  $p < 0,001$  із сенсорним голодом, -0,372,  $p < 0,001$  із голодом із визнання, -0,388,  $p < 0,001$  із голодом контакту, -0,346,  $p < 0,001$  із сексуальним голодом, -0,401,  $p < 0,001$  зі структурним голодом та 0,355,  $p < 0,001$  із голодом з інцидентів). Тобто паління як безсвідоме заміщення задоволення базових потреб особистості перешкоджає внутрішньомотивованій відповідальній відмові від тютюну, заважає свідомому контролю поведінки, гнучкості у взаємодії

з оточенням. Амотивація відмови від паління, у свою чергу, позитивно пов'язана з усіма видами психологічного голоду (0,472,  $p < 0,001$  із сенсорним голодом, 0,436,  $p < 0,001$  із голодом із визнання, 0,467,  $p < 0,001$  із голодом контакту, 0,397,  $p < 0,001$  із сексуальним голодом, 0,411,  $p < 0,001$  зі структурним голодом та 0,408,  $p < 0,001$  із голодом з інцидентів). Амотивовану, тобто несамодетерміновану, поведінку можна визначити як поведінку-звичку, негнучку поведінку або таку, яка контролюється емоціями, що перешкоджають вибору і гнучкому використанню інформації. Таким чином, за умови високих показників суб'єктивної недостатності задоволення потреб курець, скоріше за все, лише декларує бажання кинути паліти або швидко відмовляється від намічених дій.

Також встановлено негативний взаємозв'язок екстернальної мотивації від-



**Рис. 1 Кореляційні зв'язки показників психологічного голоду із показниками захисних механізмів особистості та мотивації відмови від паління**



мови від паління та голоду з інцидентів (-0,432,  $p < 0,001$ ). Оскільки визначальним для такого виду мотивації є тиск макро- і мікросоціального середовища, а голод з інцидентів характеризує паління як акцентування власної індивідуальності, зокрема завдяки протестній поведінці, прогностична успішність відмови від паління під час загострення цього виду голоду є низькою.

У таблиці 2 подано результати дискримінативної валідності методики «Паління як заміщення психологічного голоду». Визначення дискримінативної валідності здійснювалося шляхом встановлення значущості зв'язків показників методик «Мотиви паління» Д. Хорна та «Дослідження соціально-психологічних установок щодо паління» В. Крамченкової із показниками видів психологічного голоду запропонованої методики. З таблиці 2 видно, що представлені показники за методиками визначають різні характеристики тютюнової аддиктивної поведінки.

**Висновки з проведеного дослідження.** Розроблено методику «Паління як заміщення психологічного голоду» як самостійний інструмент для визначення видів потреб курців, що задовольняються завдяки палінню. У структурі методики виділяються такі шкали: сенсорний голод, голод із визнання, голод контакту, сексуальний голод, структурний голод та голод з інцидентів. Дана психодіагностична методика відповідає сучасним вимогам до психометричного обґрунтування особистісних опитувальників. Стандартизація методики показала її високу тест-ретестову надійність та валідність. Запропонована методика може бути використана для психодіагностики у структурі комплексної терапії нікотинової залежності.

Перспективним напрямком подальших досліджень може бути визначення взаємозв'язків видів психологічного голоду та індивідуально-психологічних особливостей курців.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Берн Э. Секс в человеческой любви / Э. Берн. – М.: Эксмо, 2004. – 384 с.
2. Вассерман Л. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля / Л. Вассерман, О. Ерышев, Е. Клубова. – СПб.: СПбНИПНИ им. В. Бехтерева, 2005. – 50 с.
3. Еникеев М. Общая и социальная психология / М. Еникеев – М.: НОРМА–ИНФРА, 1999. – 624 с.
4. Ильин Е. Мотивация и мотивы / Е. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – 508 с.
5. Короленко Ц. Семь путей к катастрофе / Ц. Короленко, Т. Донских. – Мозырь: Белый ветер, 1999. – 238 с.
6. Крамченкова В. Вікові особливості соціально-психологічних установок щодо куріння / В. Крамченкова // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія. Зб. статей: – Ялта: РВВ КГУ, 2014. – Вип. 46. – Ч. 3. – С. 167–174.
7. Крамченкова В. Психодіагностика мотивації відмови від паління / В. Крамченкова, К. Фоменко // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. Сухомлинського: збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки», 2016. – № 1 (16). – С. 105–112.
8. Лозовая Г. Признаки нефармакологических зависимостей / Г. Лозовая // Психологические основы педагогической деятельности: Материалы 30-й научной конференции СПб ГАФК. – СПб. – 2003. – 20 с.
9. Найденова Н. Оказание помощи курящим пациентам в центрах здоровья и кабинетах медицинской профилактики / Н. Найденова, Н. Зубарева – Томск: СибГМУ. – 2015. – 36 с.
10. Руководство по аддиктологии / Под ред. В. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. – 768 с.
11. Старшенбаум Г. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г. Старшенбаум. – М.: Когито-Центр, 2006. – 367 с.

**ДОДАТОК**
**Методика «Паління як заміщення психологічного голоду»**

№	Шифр	Твердження	1 (Абсолютно не згоден)	2 (Швидше, не згоден)	3 (Наполовину згоден)	4 (Швидше, згоден)	5 (Абсолютно згоден)
1	Сен	Мене приваблює зовнішній вигляд цигарок					
2	Виз	Мені подобається палити в компанії					
3	Кон	Паління скорочує дистанцію між людьми					
4	Сек	Я люблю тримати у роті цигарку					
5	Стр	Паління – це особливий ритуал					
6	Ин	Паління – це ризик					
7	Сен	Мені подобається запах тютюну					
8	Виз	Паління – привід для бесіди					
9	Кон	Я палю, коли мені самотньо					
10	Сек	Палити – це сексуально					
11	Стр	Я палю, коли мені нудно					
12	Ин	Паління – це здатність встати над заборонами					
13	Сен	Я люблю тримати цигарку в руках					
14	Виз	Спільне паління об'єднує людей					
15	Кон	Я палю з близькими мені людьми					
16	Сек	Паління – інтимний процес					
17	Стр	Паління дозволяє заповнити паузу					
18	Ин	Люблю палити в заборонених місцях					
19	Сен	Мені подобаються красиві запальнички					
20	Виз	По тому, як я палю, можна зрозуміти мій емоційний стан					
21	Кон	Спільне паління – ознака довіри					
22	Сек	Паління удвох – це близькість					
23	Стр	Перекур – потрібний передих у великій справі					
24	Ин	Паління – це провокація					
25	Сен	Мені подобається випускати сигаретний дим					
26	Виз	Я закурюю, коли хочу, щоб до мене прислухалися					
27	Кон	Я люблю пригощати сигаретами					
28	Сек	Я палю, коли сумую в розлуці					
29	Стр	Перекур дає можливість обдумати плани, вчинки, результати					
30	Ин	Паління – це спосіб виявити свою індивідуальність					
31	Сен	Перша затяжка за день особливо збуджує					
32	Виз	Паління розкріпачує, робить сміливіше					
33	Кон	Цигарки – гарний подарунок					
34	Сек	Я палю, коли хочу сподобатися, фліртую					
35	Стр	Паління задає ритм життя					
36	Ин	Неправі ті, хто говорять, що паління – це абсолютне зло					

**Ключ**

Оброблення результатів передбачає підрахунок суми балів за кожним типом психологічного голоду (у бланку відзначені умовні позначення).

1 бал – Абсолютно не згоден

2 бали – Швидше, не згоден

3 бали – Наполовину згоден

4 бали – Швидше, згоден

5 балів – Абсолютно згоден

Кількість балів за кожною шкалою (типу голоду) представлена інтервалом від 6 до 30 балів.



УДК 159.95

## ГЕНЕРАТИВНА СТОРОНА ГУМОРУ В ОСІБ ІЗ ПСИХІЧНИМИ РОЗЛАДАМИ

Крупельницька Л.Ф., д. психол. н.,  
доцент кафедри психодіагностики та клінічної психології  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Шпортун О.М., к. пед. н.,  
докторант кафедри психодіагностики та клінічної психології  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

У статті подано результати емпіричного дослідження здатності до генерування гумору особами з різними видами психічних розладів. У дослідженні узяли участь особи з діагнозами: параноїдна шизофренія, циклотимія, дистимія, невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади, психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання психоактивних речовин, розумова відсталість, синдром Аспергера. Проаналізовано відмінності у змісті генерованого гумору в осіб із різними видами психічних розладів.

**Ключові слова:** генерування гумору, психічні розлади.

В статті представлені результати емпіричного дослідження способності к генерированию юмора лицами с различными видами психических расстройств. В исследовании приняли участие лица с диагнозами: параноидная шизофрения, циклотимия, дистимия, невротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства, психические и поведенческие расстройства вследствие употребления психоактивных веществ, умственная отсталость, синдром Аспергера. Проанализированы различия в содержании генерируемого юмора у лиц с различными видами психических расстройств.

**Ключевые слова:** генерирование юмора, психические расстройства.

Krupelnyska L.F., Shportun O.N. GENERIC SIDE OF HUMOR OF PEOPLE WITH MENTAL DISORDERS

The article presents the results of empirical research capacity to generate humor by persons with various types of mental disorders. The study involved people with a diagnosis: paranoid schizophrenia, cyclothymia, dysthymia, neurotic, stress-related and somatoform disorders, mental and behavioral disorders due to substance use, mental retardation, Asperger's syndrome. The differences in sense of humor generated in patients with various types of mental disorders.

**Key words:** generating humor, mental disorder.

**Постановка проблеми.** У психологічних дослідженнях, присвячених темі гумору у контексті порушень психічного функціонування зазвичай більша увага приділяється аспектам специфіки сприйняття гумористичного змісту. У дослідженнях О. Іванової, С. Єніколопова, О. Мітіної, G. Forabosco, W. Ruch, J. Suls, A. Samson, Y. Meyer та інших зроблено акцент саме на цих питаннях [1–3; 6; 8; 10–16]. Ці аспекти дійсно є важливими, особливо з діагностичної точки зору. Однак інша сторона гумору, генеративна, яка також становить інтерес як з точки зору психодіагностики, так і з точки зору психокорекції, дуже рідко потрапляє у поле зору дослідників [7; 9].

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в поданні результатів дослідження генеративного боку гумору в осіб і різними видами психічних розладів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У дослідженні взяли участь пацієнти Вінницької обласної психіатрич-

ної лікарні імені академіка О. Ющенко та Вінницького обласного наркологічного диспансеру «Соціотерапія» – 358 осіб. З них з діагнозом «параноїдна шизофренія» (F20.0) – 24 особи; з діагнозом «циклотимія» (F-34.0) – 33 особи; з діагнозом «дистимія» (F-34.1) – 42 особи; з діагнозом «невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади» (F-40 – F-48) – 124 особи, зокрема, з діагнозом «неврастенія» – 25 осіб, «обсесивно-компульсивний розлад» – 26 осіб, «іпохондричний розлад» – 25 осіб, «дисоціативні конверсійні розлади» – 6 осіб, «змішаний тривожний та депресивний розлад» – 22 особи; з діагнозом «психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання психоактивних речовин» (F-10-F-19) – 65 осіб, зокрема, з діагнозом «психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання алкоголю» – 30 осіб, «психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання опіоїдів» – 35 осіб; з діагнозом «розумова відсталість (F-70-F-79) – 50 осіб, зокрема, з діагнозом «розумова відсталість легкого ступеня» (F-70) – 29 осіб, «розумова від-



сталість помірна» (F-71) – 21 особа; з діагнозом «синдром Аспергера» (F-84.5) – 20 осіб. Вік учасників складав 18–54 ( $M=31,1$ ,  $SD=6,2$ ).

До контрольної групи увійшли: викладачі Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського – 52 особи, юристи, які входять до Вінницької обласної юридичної асоціації, – 64 особи, телекомунікатори (телекомпанія «ВІТА») – 28 осіб та медичні працівники Вінницької обласної клінічної лікарні ім. М. Пирогова, відділення травматології – 60 осіб. Вік осіб, що увійшли до контрольної групи, складав 25–71 ( $M=32,4$ ,  $SD=6,3$ ).

З метою виявлення специфіки генеративного боку гумору ми використовували розроблену нами методику «Дотепне завершення». Досліджувані отримували завдання продовжити запропоновані незавершені вислови, щоб у результаті вийшли смішні оригінальні вислови. Дослідження проводилося у груповій формі. Передбачалося, що спостереження за реакціями та відповідями інших членів групи буде мотивуючим фактором для менш активних осіб, як це відбувалось під час дослідження членів групи умовної норми.

Експерти оцінювали, наскільки смішними є завершення висловлювань, у балах від 1 до 4: зовсім не оригінальне і не смішне – 1; трохи смішне – 2; смішне – 3; дуже смішне – 4. Оброблення результатів здійснювалося через підрахування середнього значення за оцінками кожної фрази усіма експертами. Також експерти оцінювали зміст продукованого досліджуваними гумору за категоріями, що співвідносяться з різними рівнями особистісної регуляції.

До категорії «гумор-спокусник» належали такі завершення фраз, які створюють гумористичний ефект шляхом специфічного гумору, заснованого на задоволенні потреб нижчого рівня, найчастіше – сексуальної потреби. Непристойний гумор із переважанням сексуальної тематики становить основну частину гумору цієї категорії. Використання цього виду гумору апелює до біологічного рівня регуляції реципієнта.

До категорій «гумор-провокатор», «гумор-стереотипізатор» та «гумор-нормувальник» віднесено завершення фраз, які створюють гумористичний ефект шляхом гумористичного змісту, заснованого на соціальних потребах, і такого, що запускає механізми соціального реагування, внаслідок дії яких споживач гумору поводить певним чином («гумор-провокатор»), спрямовує на слідування соціальним стереотипам через осміяння форм поведінки, що відхиляються від стереотипів («гумор-сте-

реотипізатор»), знецінює поведінку, що відхиляється від соціальних норм («гумор-нормувальник»). Ці види гумору апелюють до соціального рівня регуляції реципієнта гумору.

До категорії «гумор-гравець» належить завершення фраз, які створюють гумористичний ефект шляхом гумористичного змісту, заснованого на потребах рефлексивного рівня з переважанням інтелектуальної гри заради гри, з рисами особистісної відчуженості. Такий гумор має, як правило, внутрішню логіку і може бути сприйнятий як дотепний. Але інтелектуальна гра, яка лежить в основі цього виду гумору, відірвана від особистісного контексту реципієнтів гумору.

До категорії «гумор-смыслотворець» належать такі завершення фраз, які відображають спосіб гумористичного ставлення, що відповідає особистісному рівню регуляції та не обмежується спрощенням ситуації чи картини світу загалом, як це відбувається на нижчих рівнях регуляції. Він пов'язаний із прийняттям свого життя у всій його складності та суперечливості. У такому гуморі з'являються смисли осягнення життєвих та особистісних суперечностей, хоча й не містяться осмислені розв'язання цих суперечностей, як це має місце при негумористичних способах осягнення.

Отже, спочатку проаналізуємо результати дослідження генеративного боку гумору в осіб із психічними розладами. У табл. 1 наведено показник критерію Манна-Уїтні для порівняння значень експертних оцінок здатності до генерування гумору осіб із психічними розладами та осіб, що належать до групи умовної норми, та показник критерію Крускала-Уолліса для отримання інформації щодо імовірних розбіжностей між особами з різними видами психічних порушень.

У табл. 1 бачимо, що здатність до генерування гумору оцінена експертами по-різному як в основній та контрольній групах, так і у різних нозологічних групах.

Для уточнення цієї інформації у табл. 2 подано дані про середні значення експертних оцінок здатності до генерування гумору осіб з різними видами психічних розладів та осіб, що увійшли до групи умовної норми, а також наведено показники критерію Манна-Уїтні, що відображають відмінності/відсутності відмінностей між здатністю до генерування гумору в осіб із психічними розладами та в осіб з групи умовної норми.

Із табл. 2 бачимо, що у групі умовної норми – найвище середнє значення досліджуваного показника (3,11). Далі слідує середні значення показників здатності



до генерування гумору осіб із психічними та поведінковими розладами внаслідок вживання психоактивних речовин (2,99 та 2,96) та осіб із синдромом Аспергера (2,91). В осіб із невротичними, пов'язаними зі стресом та соматоформними розладами, середні показники трохи нижчі (2,67). За ними по низхідній ідуть середні показники груп із шизофренічними розладами (2,39) та циклотимією (2,38). Гумор осіб із розумовою відсталістю легкого ступеня за середнім показником досить помітно відрізняється від гумору осіб із розумовою відсталістю помірного ступеня (2,3 і 1,09) відповідно.

Проаналізувавши дані, наведені у табл. 2, бачимо, що значимі розбіжності у здатності до генерування гумору існують не між усіма групами, виокремленими за критерієм нозологічної форми, з одного боку, і групою умовної норми – з іншого. Групи осіб із психічними та поведінковими розладами внаслідок вживання психоактивних речовин істотно не відрізняються від групи осіб умовної норми за аналізованим показником. За групою осіб із синдромом Аспергера виявлено значимі розбіжності з групою умовної норми, хоча їх значимість нижча, ніж за іншими групами.

Особи з розумовою відсталістю легкого ступеня виявляють значимо вищий середній показник здатності до генерування гумору (2,32), порівняно з особами з помірною розумовою відсталістю (1,09, див. табл. 2). Показник критерію Манна-Уїтні  $U = -5,846$ ,  $Sig. = 0,000$ . Тобто відрив у здатності до генерування гумору між особами з легким та помірним ступенями розумової відсталості доволі значний. Оскільки в 1 бал експерти оцінювали зовсім не смішні висловлювання, середнє значення цього показника в осіб із помірним ступенем розумової відсталості характеризує саме такий загальний рівень здатності до генерування гумору: їх гумор зовсім не смішний. Дещо вища ця здатність в осіб із розумовою відсталістю легкого ступеня. Їх гумор здебільшого оцінено як «трохи смішний», а у деяких випадках – навіть як «смішний». Особи з помірною розумовою відсталістю не завжди могли зрозуміти сенс завдання, часто сміялися над власними жартами або жартами інших учасників групи, хоча такі жарти оцінювались експертами як несмішні. Не менш важливою процедурою для оцінки здатності до генерування гумору, окрім кількісного виразу здатності про-

Таблиця 1

### Порівняння здатності до генерування гумору у нормі та у різних нозологічних групах

Порівнюваний показник	Порівняння групи осіб із психічними розладами та групи умовної норми		Порівняння різних нозологічних груп	
	Критерій Манна-Уїтні	Значущість	Критерій Крускала-Уоллеса	Значущість
Експертні оцінки здатності до генерування гумору	-11,018	0,001	148,57	0,001

Таблиця 2

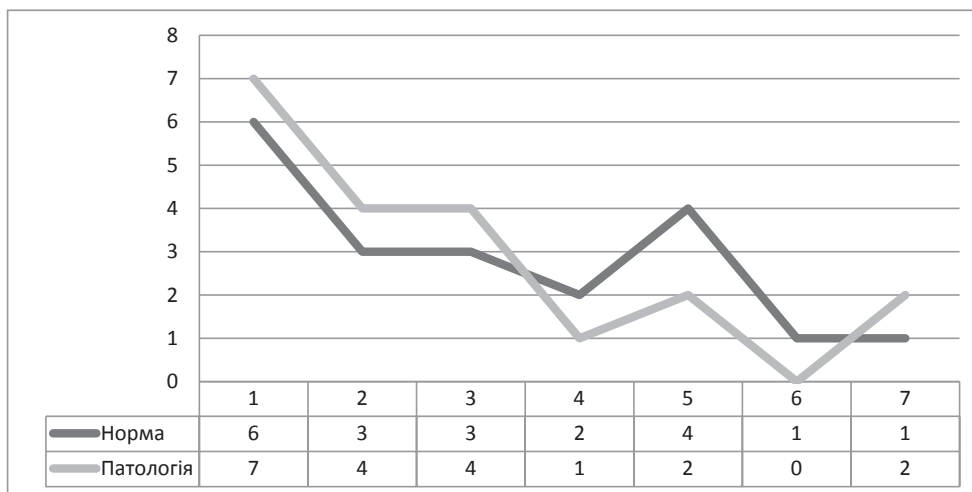
### Порівняння здатності до генерування гумору у нормі та у разі психічної патології

Порівнювані групи	N	Середнє значення	Стандартне відхилення	Критерій Манна-Уїтні
F-20.0	24	2,39	0,55	-5,775**
F-34.0	33	2,38	0,70	-5,674**
F-34.1	42	1,88	0,57	-9,384**
F-40 – F-48	124	2,66	0,52	-7,499**
F-10	30	2,96	0,43	-1,690
F-11	35	2,99	0,44	-1,575
F-70	29	2,32	0,51	-3,072**
F-71	21	1,09	0,11	-7,544**
F-84.5	20	2,91	0,31	-2,420*
Група умовної норми	204	3,11	0,39	-

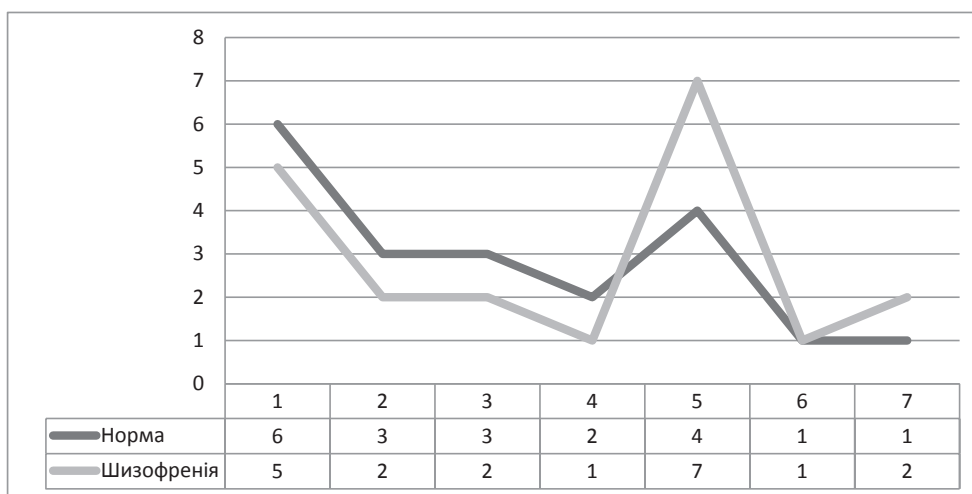
дукувати смішне, є також аналіз категорій змісту продукованого гумору. Порівняння частоти, з якою зустрічаються категорії гумору, пов'язані з різними рівнями особистісної регуляції, виявляє у групі умовної норми і у групі осіб із психічними розладами однакову тенденцію: кількісне переважання гумору, який може бути співвіднесений із найнижчим, біологічним рівнем особистісної регуляції, зменшення гумору, що співвідноситься з рівнем соціальної регуляції, незначне збільшення гумору, співвіднесеного з рефлексивним рівнем і значне зменшення гумору, співвіднесеного з особистісним рівнем. Для унаочнення опи-

саної тенденції зобразимо отримані дані графічно (рис. 1).

На рис. 1 бачимо, що за умови різної висоти графіків конфігурація їх схожа і відображає тенденцію до зменшення кількісної представленості категорії гумору залежно від рівня особистісної регуляції, з яким ця категорія співвідноситься. Виключення складає «гумор-гравець» і відповідний йому рефлексивний рівень особистісної регуляції. По ньому відзначається підйом профіля, причому в обох групах, хоча у нормі показник вищий. Пояснюється те, що частота категорії «гумор-гравець» у нормі навіть трохи вища, ніж частота кожної з ок-



**Рис. 1.** Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та у разі психічної патології: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокатор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор



**Рис. 2.** Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та у разі параноїдної шизофренії: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокатор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор

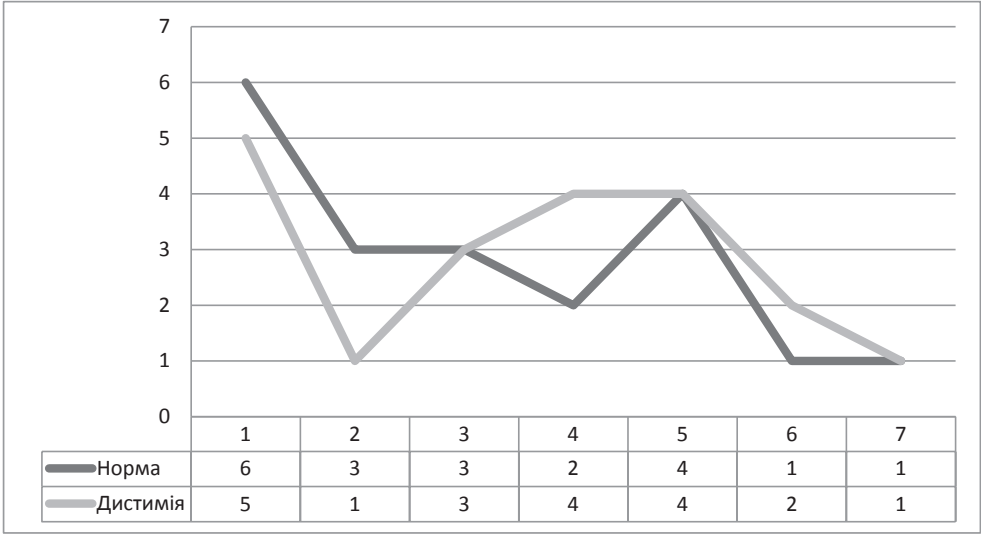


ремо взятих категорій, відповідних соціальному рівню регуляції, досить просто. Ми виокремили лише одну категорію, відповідну рефлексивному рівню і три категорії, відповідних соціальному рівню регуляції. Зрозуміло, що завдяки цим трьом категоріям, навіть менш вираженим, порівняно з категорією, відповідною рефлексивному рівню регуляції, представництво соціального рівня регуляції загалом більше. Треба зазначити, що вираження категорії «гумор-гравець» у нормі істотно більша, ніж за психічної патології, що, очевидно, відби-

ває недостатність функціонування багатьох психічних механізмів в умовах психічної патології при тому, що у нормі вони функціонують набагато повніше. Йдеться про розкутість, інтелектуальну свободу, достатній рівень змістових та динамічних характеристик інтелектуальної діяльності тощо. «Гумор-смыслотворець», який співвідноситься з особистісним рівнем регуляції, – це відносно рідкісний вид гумору, який відображає високу особистісну зрілість. Він продукується нечасто і в специфічних для нього ситуаціях. Навряд чи можна очікувати, що



**Рис. 3.** Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та у разі циклотимії: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокактор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор



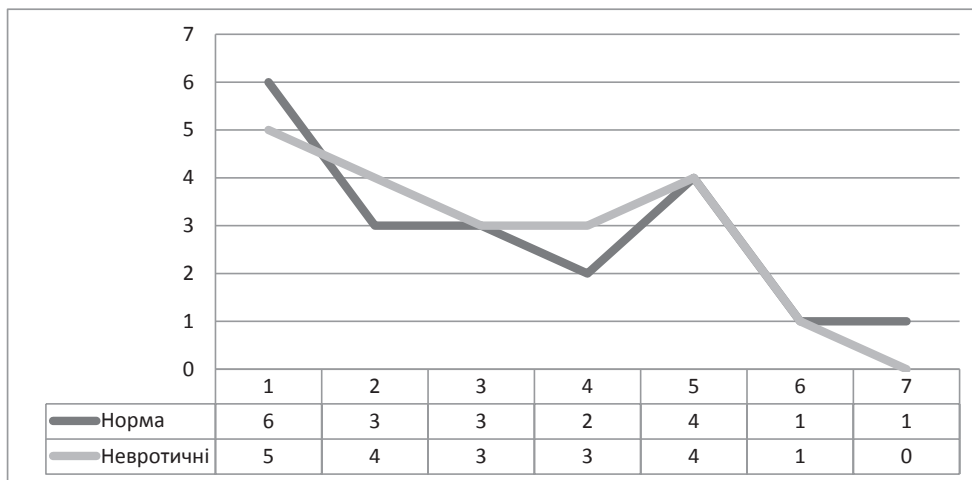
**Рис. 4.** Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та у разі дистимії: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокактор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор



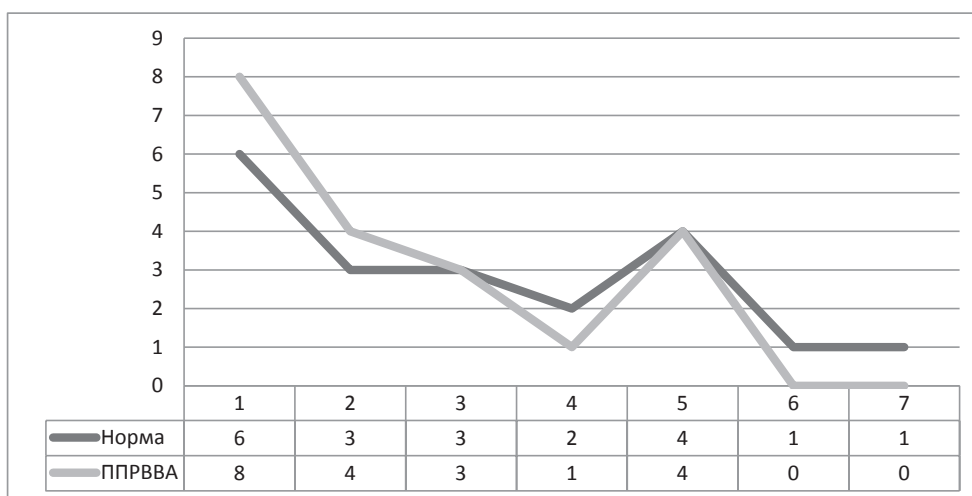
цей вид гумору буде надто поширеним. Однак у групі умовної норми, за отриманими даними, він, хоч і рідше за інші види, але з'являється. У групі ж осіб із психічними розладами, у будь-якому разі, загалом за цією групою, він практично не з'являється: медіана частоти використання цієї категорії гумору рівна нулю. Показник некатегоризованого гумору є дещо вищим за групою осіб з психічними розладами. До цієї категорії увійшли ті варіанти завершень висловлювань, які не могли бути віднесені до жодної з попередніх категорій або які віднести до певної категорії було дуже важко. Необхідно звернути увагу, що група

осіб із психічними розладами, яку ми аналізуємо, досить різномісна, і говорити більш чітко про відмінності між нормальним функціонуванням гумору та в умовах психічної патології коректніше в межах окремих нозологічних форм.

Отже, далі подамо інформацію про співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та при різних нозологіях. Як бачимо, у цієї підгрупи осіб, порівняно з групою умовної норми, менше представлений гумор, що співвідноситься з біологічним та соціальним рівнями особистісної регуляції. При цьому гумор, за який відповідає рефлексивний рівень регуляції, представ-



**Рис. 5. Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та за невротичних, пов'язаних зі стресом та соматоформних розладів: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокатор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор**



**Рис. 6. Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та при ППРВВА: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокатор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор**

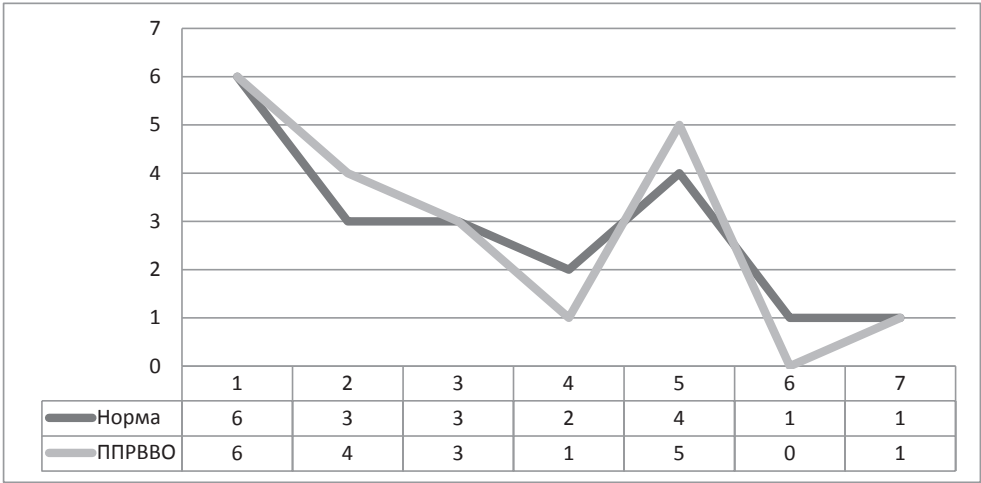


лений значно більше, ніж у групі умовної норми.

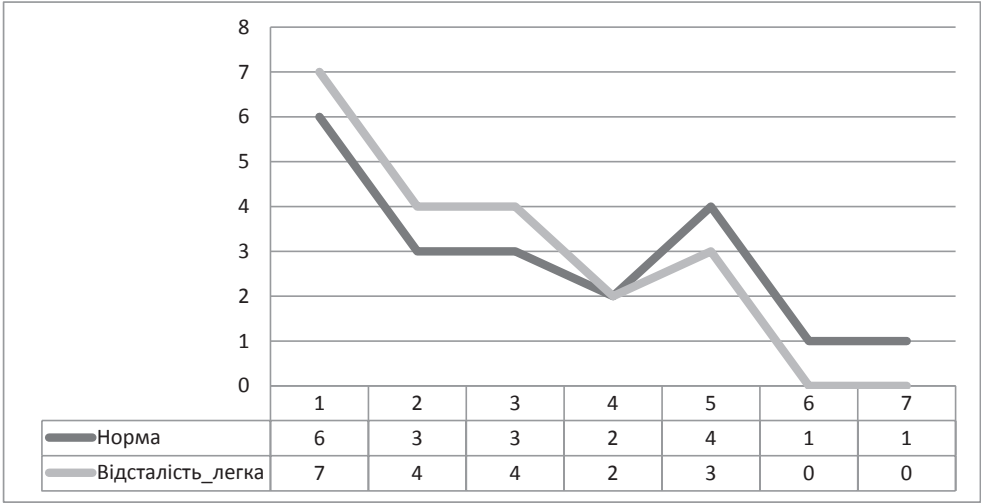
На рис. 2 зображено категоріальні профілі гумору у нормі та у разі параноїдної шизофренії. Ми вважаємо, що така конфігурація профілю категорій гумору відображає властиві для осіб із шизофренічними розладами порушення аутистичного спектру.

Прагнення зберегти максимальну віддаленість від інших людей та пасивність у взаємостосунках з ними – це лише зовнішні ознаки аутизму, який деякі вчені розглядають як основний клінічний симптом

шизофренії [4]. Надмірна заглибленість у внутрішній світ у поєднанні з розвиненим абстрактним мисленням створюють необхідну основу та інструментальну оснащеність для функціонування гумору, що відповідає рефлексивному рівню регуляції. На рис. 3 зображено категоріальні профілі гумору у нормі та при циклотимії. У групи осіб, яким встановлено діагноз «циклотимія», монофазний тип перебігу, більше, ніж у групі умовної норми, представлені «гумор-спокусник», відповідний біологічному рівню регуляції, та «гумор-гравець», відповідний рефлексивному рівню регуля-



**Рис. 7. Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та при ППРВВО: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокактор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор**

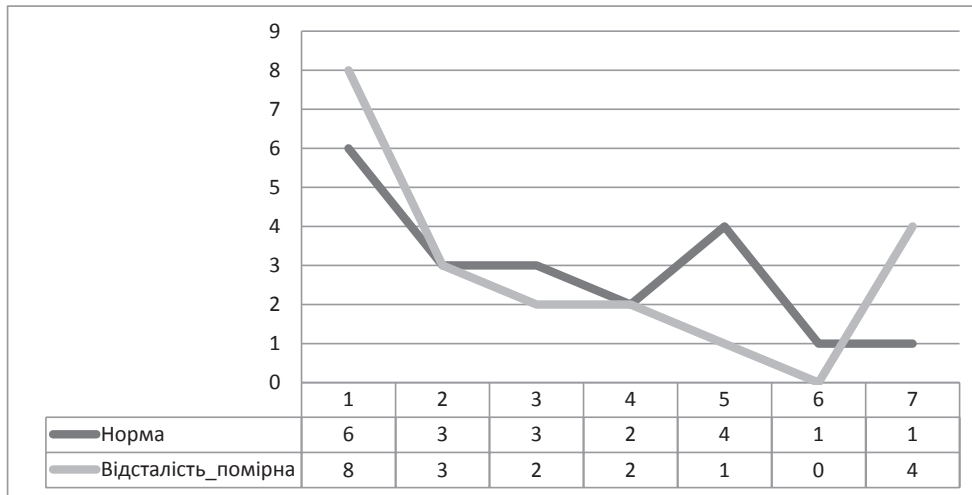


**Рис. 8. Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та у разі розумової відсталості легкого ступеня: 1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокактор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-смыслотворець»; 7 – некатегоризований гумор**

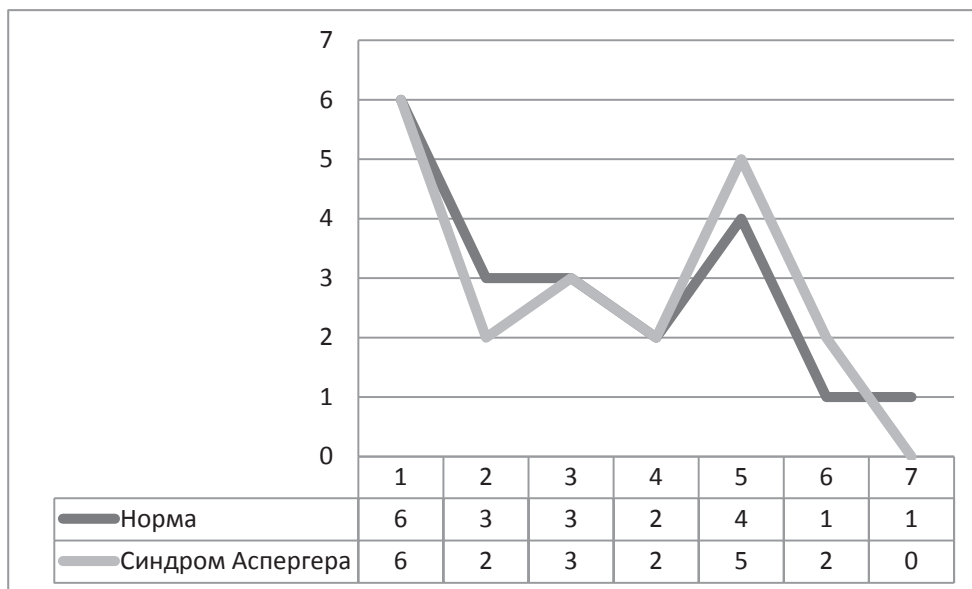
ції. Не представлена у цієї групи категорія «гумор-сміслотворець». Така конфігурація профілю, очевидно, відбиває специфічне для цієї нозологічної групи особистісне функціонування. Зниження рівня механізмів самоконтролю та самокорекції поведінки відображається у збільшенні частки «нижчого» гумору. Водночас легкість утворення асоціацій та знижений рівень фільтрів соціального рівня регуляції приводять до збільшення частки «гумору-гравця». Гумор, від-

повідний найвищому рівню особистісної регуляції, за згаданих психологічних умов, не може бути реалізований. Дещо збільшена частка некатегоризованого гумору.

На рис. 4 зображено категоріальні профілі гумору у нормі та при дистимії. У групи осіб, яким встановлено діагноз «дистимія», на відміну від групи осіб із діагнозом «циклотимія», навпаки, менше, порівняно з групою умовної норми, представлений «гумор-спокусник». Цікаво, що «соціальні» види гумору



**Рис. 9. Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та у разі розумової відсталості помірній:**  
**1 – «гумор-спокусник»; 2 – «гумор-провокатор»;**  
**3 – «гумор-стереотипізатор»; 4 – «гумор-нормувальник»;**  
**5 – «гумор-гравець»; 6 – «гумор-сміслотворець»;**  
**7 – некатегоризований гумор**



**Рис. 10. Співвідношення категоріальних профілів гумору у нормі та при синдромі Аспергера:** **1 – «гумор-спокусник»;**  
**2 – «гумор-провокатор»; 3 – «гумор-стереотипізатор»;**  
**4 – «гумор-нормувальник»; 5 – «гумор-гравець»;**  
**6 – «гумор-сміслотворець»; 7 – некатегоризований гумор**



у цієї групи не лише відрізняються за представленістю від групи умовної норми, але й виявляють великі розбіжності один з одним. Найрідше серед них у цій групі (і рідше, ніж у нормі) зустрічається «гумор-провокактор». «Гумор-стереотипізатор» зустрічається з такою самою частотою, як і у нормі, і частіше, ніж попередній вид гумору, а «гумор-нормувальник» є частішим, ніж у нормі, і найчастішим серед усіх груп. Таке співвідношення категорій гумору видбиває характерні для дистимії особливості психіки: низький рівень спонукань та потягів (слабка представленість гумору нижчого рівня регуляції) та високий рівень усвідомленості психологічних проблем.

Про останнє може непрямо свідчити висока напруженість механізмів смислотворення, яка, у свою чергу, відображається у вищій, порівняно з нормою, представленості «гумору-смислотворця», відповідного вищому, особистісному рівню регуляції. Види гумору, що співвідносяться з соціальним рівнем регуляції, також виявляють специфічну конфігурацію. Найнижчою у них є частка провокативного гумору, а найвищою – нормувального. Тобто в осіб з розладами по дистимічному типу у разі послабленої спонукальної функції психіки напруженими є механізми, що утримують у центрі уваги соціальну нормативність, відповідність очікуванням соціально значущої групи, що у випадку вираженості цієї тенденції може свідчити про посилення конформності. Дані, отримані за цією групою осіб, якраз свідчать про вираження цієї тенденції. Можемо припустити, що високий рівень усвідомлення психологічних проблем певною мірою пов'язаний із посиленням механізмів соціального нормування.

Далі розглянемо співвідношення категорій гумору у нормі та за невротичних, пов'язаних зі стресом та соматоформних розладів (рис. 5).

Як і при дистимії, при невротичних, пов'язаних зі стресом та соматоформних розладах частка гумору, що співвідноситься з біологічним рівнем регуляції, менша, порівняно з нормою. У групі людей, серед яких є й незнайомі, особи з аналізованої групи рідше, ніж особи з групи умовної норми, застосовують «гумор-спокусник», що разом із вищим, ніж у нормі, показником «гумору-нормувальника» може свідчити про підвищений самоконтроль імпульсивних виявів у соціальних ситуаціях. На відміну від групи осіб з розладами по типу дистимії, а також від групи умовної норми, в осіб із невротичними, пов'язаними зі стресом та соматоформними розладами виявлено вищий показник «гумору-провокактора». Цей емпіричний факт

можна співвіднести з відомостями про тенденцію до вияву непрямого впливу на інших, своєрідні невротичні маніпулятивні стратегії, характерні для цієї категорії осіб [4]. За іншими категоріями гумору, аналізована група осіб подібна до групи умовної норми.

Наведемо також дані, отримані за групою осіб з ППРВВА (рис. 6).

У групи осіб із ППРВВА, порівняно з двома попередніми групами та з групою умовної норми, представленість «гумору-спокусника», відповідного біологічному рівню регуляції, помітно вища. Також більше, ніж у нормі, представлений «гумор-провокактор», однак менше, ніж у нормі, – «гумор-нормувальник» і зовсім не представлений «гумор-смислотворець». Таке співвідношення категорій гумору знаходить паралелі у описі особистісних патернів, характерних для цієї групи осіб. Особи з ППРВВА фіксовані на задоволенні потреб нижчого рівня та згодом починають нехтувати соціальними обмеженнями, які зашкоджують такому задоволенню. Особи цієї групи мірою розвитку залежності від алкоголю виробляють специфічне дегуманізоване ставлення до оточення, що дає їм змогу маніпулювати іншими людьми для задоволення гіпертрофованої потреби у вживанні психоактивної речовини та знецінювати неприйняття іншими людьми їх (осіб із ППРВВА) способу життя [4]. Діяльність смислотворення при цьому практично відсутня. Системотвірним чинником у такої особи стають не цінності і смисли вищого, особистісного, рівня, а потреби, домінуючою серед яких стає потреба у алкоголі.

Далі проаналізовано співвідношення категорій гумору в осіб ще однієї групи, близької за нозологічною специфікою до аналізованої вище. Це група осіб з ППРВВО (рис. 7).

Цікаво, що в осіб із ППРВВО є як спільні, так і відмінні характеристики гумору, порівняно з групою осіб із ППРВВА, яку ми аналізували вище. Аналогічною є представленість видів гумору, пов'язаних із соціальним рівнем особистісної регуляції: найбільша представленість – провокативного гумору та найменша – нормувального. Однак низьким, а точніше, практично відсутнім, є також відбиття у змісті гумору діяльності смислотворення. Відмінними є медіанне значення «гумору-спокусника», яке в осіб із ППРВВО збігається зі значеннями у групі умовної норми, та медіанне значення «гумору-гравця», яке у групі осіб із ППРВВО навіть вище, ніж у групі умовної норми.

Зазначені спільні з групою осіб із ППРВВА характеристики аналізувати немає сенсу, оскільки інтерпретація була б однаковою і відображала б спільні для обох груп особливості, пов'язані зі специфікою синдрому за-



лежності. Зупинимось лише на відмінностях. Менша представленість гумору, що пов'язаний із біологічним рівнем особистісної регуляції (вона у цієї групи є однаковою з групою умовної норми), очевидно, відбиває меншу екстравертність осіб із ППРВВО та, можливо, більший вияв стримувальних механізмів у поведінці. Вище, порівняно з нормою та з групою осіб із ППРВВА, медіанне значення «гумору-гравця», очевидно, пов'язане з функціонуванням своєрідних компенсаторних механізмів, які дозволяють, як і у випадку осіб із ППРВВА, «вимкнути» регулятори особистісного рівня, що може виявлятися у байдужості до реакцій близьких людей, емоційному дистанціюванні від них, безвідповідальності щодо соціальних зобов'язань, звуженні смислової перспективи майбутнього тощо. Використання грайливого ставлення до серйозних ситуацій може використовувати захисну функцію і підтримувати сформований спосіб життя, що разом із відсутністю діяльності смислотворення створює підстави для збереження наявної психічної конфігурації.

Далі розглянемо особливості співвідношення категорій гумору в осіб із розумовою відсталістю легкого ступеня (рис. 8).

На графіку, що поданий на мал. 8, чітко видно, що при розумовій відсталості легкого ступеня конфігурація графіка є дуже подібною до такої у нормі, однак відмінності стосуються переважання лівої частини (види гумору, пов'язані з біологічним та соціальним рівнями регуляції) над правою (види гумору, пов'язані з рефлексивним та особистісним рівнями регуляції). Застосування гумору особами з розумовою відсталістю легкого ступеня, таким чином, дає їм змогу впоратись із задоволенням потреб біологічного та соціального рівня на задовільному рівні, однак щодо вищих рівнів особистісної регуляції ситуація гірша, ніж у осіб з групи умовної норми.

Розглянемо також аналізоване співвідношення у групі осіб з помірною розумовою відсталістю (рис. 9). На мал. 9 бачимо, що графік, на якому показано співвідношення видів гумору в осіб із помірною розумовою відсталістю, ще більше, порівняно з графіком, що відображає таке співвідношення у групі осіб із розумовою відсталістю легкого ступеня (рис. 8), ще більше скошений вліво (за виключенням піку «некатегоризований гумор»).

Істотна відмінність від графіка на мал. 8 – це падіння на рівні «соціальних» видів гумору. Якщо в осіб із легким ступенем розумової відсталості види гумору, що співвіднесені з соціальним рівнем регуляції, представлені навіть більше, ніж у нормі (шляхом нижчої

представленості гумору, відповідного вищим рівням регуляції), то в осіб із помірною розумовою відсталістю за значно вищого показника «гумору-спокусника» «гумор-стереотипизатор» представлений нижче, ніж у нормі, «гумор-провокактор» та «гумор-нормувальник» – однаково з нормою, а два останні види гумору, один з яких відповідає рефлексивному рівню регуляції, а інший – особистісному, істотно менше, ніж у нормі. Такі результати, очевидно, відбивають помітний дефект інтелектуальної та особистісної зрілості осіб із помірною розумовою відсталістю: вищі рівні регуляції практично не беруть участі у формуванні гумористичного змісту, як, втім, і будь-якого іншого змісту.

Зрештою, звернімось до аналізу співвідношення категорій гумору у осіб із синдромом Аспергера (рис. 10).

Основне, чим вирізняється профіль категорій гумору у осіб з синдромом Аспергера, це менша частка провокативного гумору (соціальний рівень особистісної регуляції) та більша частка «гумору-гравця» (рефлексивний рівень) та «гумору-смислотворця» (особистісний рівень регуляції). Тобто, на відміну від більшості груп осіб із психічними розладами, у групі осіб із синдромом Аспергера дещо нижчий рівень деяких механізмів соціального функціонування (механізму соціального провокування), водночас – вищий рівень механізмів, відповідних вищим рівням особистісної регуляції. Така конфігурація профілю, вірогідно, співвідноситься зі специфічними для даної нозологічної форми особливостями особистісної організації. Труднощі з соціальною комунікацією та міжособистісною взаємодією, властиві цим особам, відображаються на спонукальному боці взаємодій з іншими людьми, що, у свою чергу, відбивається на зниженні частки провокативного гумору. Збережений інтелект та достатній рівень особистісного розвитку цієї групи осіб є основою для переживання власних відмінностей від інших та пошуку психологічних шляхів для подолання труднощів, із цим пов'язаних. Це напружує функціонування механізмів вищих рівнів особистісної регуляції, зокрема актуалізує відповідні форми гумору.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

У різних групах осіб із психічними різняться змістові складники генеративного боку гумору. Майже всі групи відрізняються за показником здатності до генерування гумору від групи умовної норми та між собою. Частота використання категорій змісту гумору відрізняється у групах, сформованих за критерієм нозологічного діагнозу. Порівняно з групою умовної норми, в осіб із *параноїдною шизофренією* менше представлений гумор, що співвідноситься з біологічним



(«гумор-спокусник») та соціальним («гумор-провокактор», «гумор-стереотипізатор», «гумор-нормувальник») рівнями особистісної регуляції; «гумор-гравець», за який є відповідним рефлексивний рівень регуляції, представлений більше; «гумор-смыслотворець», який співвідноситься з особистісним рівнем регуляції, представлений однаково; в осіб із *циклотимією*, монофазним типом перебігу, більше представлені «гумор-спокусник» та «гумор-гравець» менше – «гумор-провокактор» та «гумор-нормувальник», однаково – «гумор-стереотипізатор»; не представлена категорія «гумор-смыслотворець»; велика частка некатегоризованого гумору; в осіб із *дистимією* більше представлені «гумор-нормувальник» та «гумор-смыслотворець», менше – «гумор-спокусник», «гумор-провокактор» та «гумор-гравець»; однаково – «гумор-стереотипізатор»; в осіб із *невротичними, пов'язаними зі стресом та соматоформними розладами* «гумор-спокусник» представлений менше, «гумор-провокактор» та «гумор-нормувальник» – більше, а «гумор-стереотипізатор», «гумор-гравець» та «гумор-смыслотворець» – однаково; у групи осіб із *ППРВВА* «гумор-спокусник», «гумор-провокактор» представлені більше, «гумор-нормувальник» – менше, «гумор-стереотипізатор» та «гумор-гравець» – однаково, а «гумор-смыслотворець» не представлений зовсім; в осіб із *ППРВВО* «гумор-провокактор» та «гумор-гравець» представлені більше, «гумор-нормувальник» – менше, «гумору-спокусник» та «гумор-стереотипізатор» – однаково, а «гумор-смыслотворець» – не представлений; у осіб із *розумовою відсталістю легкого ступеня* «гумор-спокусник», «гумор-провокактор» та «гумор-стереотипізатор» представлені більше, «гумор-гравець» та «гумор-смыслотворець» – менше, а «гумор-нормувальник» – однаково; в осіб із *розумовою відсталістю помірною* «гумор-спокусник» представлений більше, «гумор-стереотипізатор», «гумор-гравець» та «гумор-смыслотворець» – менше, «гумор-провокактор» – однаково; значно більше згенеровано некатегоризованого гумору; в осіб із *синдромом Аспергера* «гумор-гравець» та «гумор-смыслотворець» представлені більше, «гумор-провокактор» – менше, а «гумор-спокусник», «гумор-стереотипізатор», «гумор-нормувальник» – однаково.

У подальших публікаціях буде подано результати дослідження сприйняття сторони гумору в осіб із психічними розладами.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Иванова Е. М. Нарушение распознавания юмора у больных шизофренией / Е. Иванова, С. Ениколопов,

О. В. Митина // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 6. – С.75-81.

2. Иванова Е. Нарушения чувства юмора при шизофрении и аффективных расстройствах / Е. Иванова, С. Ениколопов, О. Митина // Вопросы психологии. – 2008. – № 1. – С. 45–57.

3. Ковязина М. Восприятие юмора больными с локальными поражениями мозга / М. Ковязина, М. Коган // Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 74–82.

4. Психіатрія і наркологія : підручник / В. Гавенко, В. Бітенський, В. Абрамов та ін. ; за ред. В. Гавенка, В. Бітенського. – 2-ге вид., переробл. і допов. – К. : ВСВ «Медицина», 2015. – 512 с.

5. Bihrlle A. Comprehension on humorous and nonhumorous materials by left and right brain-damaged patients / Bihrlle A. // Brain and Cognition. – 1986. – № 5. – P. 399-411.

6. Clark C. Humour processing in frontotemporal lobar degeneration: A behavioural and neuroanatomical analysis / Clark C., Nicholas J., Henley S. // Cortex. – 2015. – № 69. – P. 47–59.

7. Derks P. Production and judgement of «humor» by schizophrenics and college students / Derks P., Leichtman H., Carroll P. // Bulletin of the Psychonomic Society. – 1975. – № 6. – P. 300–302.

8. Dews S. Attributing meaning to deliberately false utterances: The case of irony / Dews S., Winner E. // The problem of meaning: Behavioral and cognitive perspectives / Mandell C., McCabe A. (eds). – N.Y. : Elsevier Science, 1997. – P. 377–414.

9. Falkenberg I. Sense of humor in patients with schizophrenia / I. Falkenberg, K. Klu gel, M. Bartels, B. Wild // Schizophrenia Research. – 2007. – 95. – P. 259–261.

10. Forabosco G. The ill side of humor: Pathological conditions and sense of humor / G. Forabosco // The Sense of Humor: explorations of a personality characteristic / Ed. W. Ruch. N.Y.: Mouton de Gruyter, 2007. – P. 271–292.

11. Gillikan L. Humor Appreciation and Mood in Stroke Patients / L. Gillikan, P. Derks // Cognitive Rehabilitation. – 1991. – № 9. – P. 30–35.

12. Parnas J. Autism in schizophrenia revisited / Parnas J., Bovet P. // Compr. Psychiatry. – 1991. – № 32. – P. 7–21.

13. Ruch W. Assessment of appreciation of humor: Studies with the 3 WD humor test / W. Ruch // Butcher J., Spielberger C. (eds.) Advances in Personality Assessment. Hillsdale. – NJ: Erlbaum, 1992. – № 9. – P. 27–75.

14. Samson A. Perception of aggressive humor in relation to gelotophobia, gelotophilia, and katagelasticism / A. Samson, Y. Meyer // Psychological Test and Assessment Modeling. – 2010. – 52. – P. 217–230.

15. Suls J. Cognitive processes in humor appreciation / J. Suls // Handbook of humor research / P. McGhee & J. Goldstein (Eds.). – 1983. – Vol. 1: Basic issues. – P. 39–57.

16. The primer of humor research / ed. by V. Raskin. – Berlin; New York : Mouton de Gruyter, 2008. – 680 p.

17. Thorson J. Development and validation of multidimensional sense of humor scale / Thorson J., Powell F. // Journal of Clinical Psychology. – 1993. – № 49. – P. 13–23.

18. Volcek M. Humor and the Mental Health of the Elderly / M. Volcek // The Handbook of Humor: Clinical Applications to Psychotherapy. – Malabar, FL : Krieger, 1994. – P. 111–122.

УДК 159.923:616.89-008.441.3

## ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕПРЕСИВНИХ ЕПІЗODІВ ОСІБ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД ОПІОІДІВ

Литвинчук Л.М., к. психол. н.,  
старший науковий співробітник  
лабораторії психології соціально дезадаптованих неповнолітніх  
Інститут психології імені Г.С. Костюка  
Національної академії педагогічних наук України

У статті представлено результати емпіричного дослідження депресивних епізодів осіб, залежних від опіоїдів. За допомогою методики госпітальної шкали тривоги і депресії Hospital Anxiety Depression Scale (HADS) виявляли та проводили оцінку важкості депресії і тривоги в умовах загальномедичної практики. У статті також розкриваються результати емпіричного дослідження поточного статусу, за допомогою Симптоматичного опитувальника SCL-90-R. Оброблення одержаних даних здійснювали методами математичної статистики, тобто дисперсійного аналізу на ПЕОМ за допомогою програм SPSS.

**Ключові слова:** депресія, госпітальна шкала, детоксикація, поточний статус, симптоматичний опитувальник, дисперсійний аналіз, залежні від опіоїдів.

В статье представлены результаты эмпирического исследования депрессивных эпизодов лиц, зависимых от опиоидов. С помощью методики госпитальной шкалы тревоги и депрессии Hospital Anxiety Depression Scale (HADS) исследовали и проводили оценку тяжести депрессии и тревоги в условиях общемедицинской практики. В статье также раскрываются результаты эмпирического исследования текущего состояния, с помощью симптоматических опросника SCL-90-R. Обработка полученных данных осуществляли методами математической статистики, то есть дисперсионного анализа на ПЭВМ с помощью программ SPSS.

**Ключевые слова:** депрессия, госпитальная шкала, детоксикация, текущий статус, симптоматический опросник, дисперсионный анализ, зависимые от опиоидов.

### Litvinchuk L.M. RESEARCH DEPRESSIVE EPISODE PERSONS DEPENDENT ON OPIOIDS

The paper presents the results of empirical research depressive episodes individuals' dependent on opioids. Using techniques hospital anxiety and depression scale Hospital Anxiety Depression Scale - HADS demonstrated and conducted an assessment of severity of depression and anxiety in terms of general medical practice. The article also disclosed the results of empirical research of current status, using symptomatic questionnaire SCL-90-R. Handling received data performed by methods of mathematical statistics, ie, variance analysis on a PC using software SPSS.

**Key words:** depression, hospital scale, detoxification, current status, symptomatic questionnaire, analysis of variance, dependent on opioids.

**Постановка проблеми.** Наркотична залежність продовжує залишатися домінуючою не тільки в Україні, але і в багатьох країнах світу. Епідемічна поширеність наркотичної залежності, її популяційна масштабність і вітальний характер створюють реальну загрозу здоров'ю нації. ООН та організації, що діють під егідою ООН, передусім ВООЗ та ЮНЕЙДС, наполягають на тому, що ВІЛ/СНІД, наркотичні речовини та алкоголь – не винятково медичні, а біопсихосоціальні проблеми. Наркотик – це будь-яка речовина, що впливає на функцію мозку, настрої чи рівень сприйняття навколишнього середовища. До таких речовин належать рецептурні препарати, алкоголь, тютюн, розчинники і заборонені наркотики (найчастіше героїн та його похідні) та психостимулятори (кокаїн, спідвол, амфетамін, екстезі). Наркотична залежність – це комплексний стан організму,

що має соціальні, психологічні, фізіологічні складові елементи. Домінуючою тенденцією розвитку наркотичних проблем в Україні є постійне зростання кількості зареєстрованих хворих на наркотичну залежність. Тому дослідження особистості наркозалежних, а в нашому випадку осіб, залежних від опіоїдів, видається вельми актуальним як в практичному, так і в теоретичному плані.

Як відомо, вибірка являє собою зменшену модель генеральної сукупності, що дає підґрунтя для узагальнення висновків даного дослідження та поширення їх на ту множину об'єктів, щодо яких формулюється дослідницька гіпотеза. Саме тому до складу основної групи ввійшли особи обох статей, залежні від опіоїдів, які знаходились на лікуванні в реабілітаційному центрі «Світ без залежності», Хмельницькому обласному центрі ресоціалізації наркозалежної молоді, Реабілітаційному наркологічному





відділенні Київської міської наркологічної лікарні «Соціотерапія» та інших центрах України.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливою медичною та соціальною проблемою сучасності є наркотична залежність (D.H. Fishbein, S.E. Peash, 1996; В.Ф. Москаленко, А.М. Вієвський, С.І. Табачніков, 2000). Найбільш поширеною в Україні є опіоїдна наркоманія, яка вражає, в першу чергу, молодь (А.Є. Лічко, В.С. Битенський, 1991; І.Н. Пятницька, 1994; R.B. Davis, 1994; В.М. Синицький, 1996, 1998; І.К. Сосін, 1997; Е.Б. Первомайський, І.В. Линський, 1998; С.В. Шмалей, 1998; І.В. Линський, 1999-2001; І.К. Сосін, І.В. Линський, Ю.Ф. Чуєв, 2000 та інші).

Значне поширення опіоїдної наркоманії пов'язане зі змінами соціально-економічної ситуації в Україні, зростанням кримінального імпорту та виробництва наркотиків. Зростання кількості хворих на наркоманію відбувається як завдяки особам, які тільки почали систематично вживати психоактивні речовини, так і через недостатню ефективність лікування хворих. За допомогою спеціально розробленої нами анкети проводили опитування осіб, залежних від опіоїдів. До питань анкети входили дані щодо часу вживання наркотиків, їх виду, ставлення до вживання, впливу наркотиків на життя досліджуваних та оцінювання вираженості мотивації вживання ПАР. Мали місце анкетування, бесіда для структуризації формальних даних й оптимізації формулювання випадку. У процесі бесіди з'ясовувались анкетні дані – рік народження, сімейний стан, освіта, професійна спеціалізація, стаж роботи за фахом, стан сім'ї, кількість її членів, характер міжособистісних відносин, ступінь емоційної близькості між найближчими родичами. У бесіді розкривались інтереси досліджуваних у сфері цілеспрямованості життя, рівень бажання змінити стан речей. Значну увагу приділяли наркологічному анамнезу досліджуваних, з'ясовували, за яких обставин відбувалась наркотизація, що її провокувало, а також думки та емоції з природу власної наркотизації. З'ясовували, як формувалась залежність, ставлення до неї родичів, де і коли досліджуваний проходив лікування, наявність довготермінової реабілітації.

Прийнявши за основу принцип системності в організації життєдіяльності людини, а саме – єдність думок, відчуттів, емоцій, поведінки людини, а також розуміючи, що ціле більше складових частин, був складений відповідний психодіагностичний комплекс.

За отриманими показниками проведено аналіз результатів порівняно з контрольною групою.

**Постановка завдання.** У даній статті ми проводимо викладення наших експериментальних досліджень, спрямованих на визначення поточного афективного статусу осіб, залежних від опіоїдів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Пройшовши курс детоксикації, залежна особа стикається, як мінімум, з 3 проблемами:

1. Постабстинентним синдромом, який проявляється наполегливим безсонням, зниженням настрою, дратівливістю, слабкістю, головним болем та ін.

2. Періодичним потягом до наркотику або алкоголю.

3. Зустріччю з тими факторами і проблемами, які спричинили залежність. Будь-яка з них здатна привести до зриву [2; 6].

Протягом 2013–2017 рр. обстежено 297 осіб. В якості контрольної групи обстежено умовно здорових осіб ( $n = 48$ ) зі схожими віковими та статевими характеристиками. До контрольної групи увійшли особи, що проживають на території України. Обстежуваний контингент був представлений студентами спеціальних закладів, ЗНЗ, службовцями.

З метою включення даних осіб в експериментальне дослідження необхідним було дотримання певних умов:

- пацієнти обстежувалися через 28 днів після останнього вживання наркотиків у тверезому стані, після проходження курсу детоксикаційної програми та купірування синдрому відміни;

- вік пацієнтів 18-38 років;

- тривалість наркотичної залежності від 1 до 10 років.

- відповідно до Міжнародної класифікації хвороб МКХ-10 особи повинні мати діагноз, що відповідає рубриці F11 (психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання опіоїдів), а саме F11.2 – синдром залежності.

Клінічну оцінку хворих згідно з критеріями МКХ-10 відповідного діагнозу проводив керівник відділу реабілітації, лікар вищої категорії зі спеціальності «Наркологія». В окремих випадках верифікований діагноз ставився прикріпленими до реабілітаційного центру лікарями психіатрами-наркологами України.

За результатами обстеження лікарем психіатром-наркологом не включалися у наше експериментальне дослідження особи віком до 18 і більше 38 років.

На 1 етапі виконано клініко-психологічне обстеження 297 осіб, що проходили ре-



абілітацію у реабілітаційних центрах України.

На 2 етапі виконувався аналіз факторів, що впливають на ефективність процесу реабілітації (порівнювали динаміку психологічних показників) за допомогою кореляційного, регресійного, дисперсійного аналізу.

3 етап роботи присвячений оцінці ефективності розробленої моделі психологічної реабілітації. Як найважливіші критерії розглядалися не тільки тривалість ремісії, а й досягнення наркозалежною особою максимально високого рівня психосоціальної адаптації.

Важливим аспектом планування психологічного дослідження є формування вибірки. З метою оцінки ефективності запропонованої психологічної моделі реабілітації на заключному етапі дослідження з первинно обстежених були відібрані тільки 287 досліджуваних, з яких сформовано 2 групи:

1. Експериментальна група – 197 осіб, які погодились на участь у запропонованих нами психологічних заходах реабілітації та повністю завершили програму реабілітації, мали діагноз, згідно МКХ-10 F11.2.

2. Контрольна група – 90 осіб, що не проходили відповідних заходів.

Об'єм вибірки та її склад забезпечує статистичну вірогідність отриманих результатів. Репрезентативність вибірки було забезпечено використанням прийому простого випадкового відбору.

Як відомо, вибірка являє собою зменшену модель генеральної сукупності, що дає підґрунтя для узагальнення висновків даного дослідження та поширення їх на ту множину об'єктів, щодо яких формулюється дослідницька гіпотеза [9; 8; 3]. Саме тому до складу основної групи увійшли наркозалежні особи обох статей, які знаходились на лікуванні в реабілітаційному центрі «Світ без залежності», Хмельницькому обласному центрі ресоціалізації наркозалежної молоді, Реабілітаційному наркологічному відділенні Київської міської наркологічної лікарні «Соціотерапія».

Особливостями досліджуваних основної групи є те, що вони під час дослідження перебували у зазначених центрах, пройшли процедуру УШОД, знаходилися поза зоною больового синдрому, зберігали ясну свідомість і адекватно орієнтувалися в оточенні, а також добровільно й усвідомлено дали свою згоду на участь у дослідженні. До групи порівняння увійшли особи, що не проходили запропонованих нами психологічних заходів реабілітації і цілком свідомо дали свою згоду на участь у дослідженні.

Психодіагностичне обстеження та оцінку динаміки психологічних патернів проводи-

ли на початковому періоді реабілітації (0–2 місяці) та через 3–5 місяців після початку стаціонарного етапу реабілітації.

Усі клієнти, залежні від опіоїдів, проходили однаковий курс детоксикації у стаціонарі за стандартами надання наркологічної допомоги.

Потім шляхом досліджень у контрольній групі і повторних досліджень в основній групі з використанням госпітальної шкали тривоги і депресії (Hospital Anxiety Depression Scale – HADS) [1] визначали поточний афективний статус обстежених. Оброблення одержаних даних здійснювали методами математичної статистики (дисперсійний аналіз) на ПЕОМ за допомогою програм SPSS та «Excel» з пакету «Microsoft Office 2003» [3].

З метою виявлення рівня тривоги і депресії у залежних від опіоїдів було обрано шкалу HADS. **Госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS)** розроблена A.S. Zigmond і R.P. Snaithe у 1983 р. для виявлення та оцінки важкості депресії і тривоги в умовах загальнономедичної практики. Переваги даної методики полягають у простоті застосування і обробки (заповнення Шкали зазвичай триває 2–5 хвилин), що дає змогу рекомендувати її до використання у загальносоматичній практиці для первинного виявлення тривоги і депресії у пацієнтів [4; 5; 7]. Опитувальник застосовується для осіб віком від 17 років. Опитувальник містить 14 пунктів, кожному з яких відповідають 4 варіанти відповідей, що відображають ступінь наростання відповідної симптоматики. Під час формування шкали автори виключали симптоми тривоги і депресії, які можуть бути інтерпретовані як прояв соматичного захворювання (наприклад, запаморочення, головний біль та ін.). Пункти субшкали депресії відібрані зі списку скарг, які найчастіше зустрічаються у пацієнтів і відображають переважно ангедонічний компонент депресивного розладу. Шкала має високу дискримінантну валідність щодо двох розладів – тривоги і депресії. Бланк шкали видавався для самостійного письмового заповнення пацієнтові із попередньою письмовою інструкцією. Результати діагностики представлено у табл. 1

Таблиця 1  
Результати діагностики залежних від опіоїдів за методикою HADS

Субшкали	Середні значення	Стандартне відхилення
Тривога	16,071	0,912
Депресія	12,206	0,583



Отже, досліджуваним властива важка форма тривоги (понад 15 балів) і помірно виражена депресія (результат у діапазоні 11–15 балів). З метою детального аналізу вираженості тривоги і депресії залежних від опіоїдів за шкалою HADS нами було проведено частотний аналіз, результати якого представлено у табл. 2.

Таблиця 2

**Частотний розподіл результатів діагностики залежних від опіоїдів за методикою HADS**

Рівень вираженості	Тривога	Депресія
Норма	5,1%	9,2%
Субклінічно виражена тривога/депресія	11,4%	4,1%
Помірно виражена тривога/депресія	23,3%	67,5%
Важка форма тривоги/депресії	60,2%	19,2%

За результатами діагностики встановлено, що більшості досліджуваних властива важка форма тривоги (60,2%) і помірно виражена депресія (67,2%), у 5,1% діагностовано невираженість тривоги, а у 9,2% – депресії за шкалою HADS. Тобто у досліджуваних, залежних від опіоїдів, спостерігається більша вираженість тривоги, аніж депресії, статистичний аналіз за критерієм Мана-Уїтні показав, що дані відмінності статистично значущі ( $U=373,0$ ,  $Z=-4,633$ , при  $p=0,003$ ). Нами виділено групу залежних від опіоїдів із вираженими як тривоگوю, так і депресією, їх виявилось 71,7% від усієї кількості досліджуваних. Ми зазначаємо, що в осіб із клінічно вираженою тривоگوю і депресією спостерігалася найвища середня добова доза наркотику, крім того, високі показники тривоги та депресії характерні на початкових стадіях утримання від вживання наркотичних речовин.

Для оцінки патернів психологічних ознак у залежних від опіоїдів нами було використано методику **Симптоматичний опитувальник (SCL-90-R)**. SCL-90-R – методика, призначена для визначення поточного статусу, яка не підходить для діагностики особистості. Інструкція до методики і її внутрішня суть передбачає вивчення саме ступеню дискомфорту, завданого тими чи іншими симптомами, незалежно від того, наскільки вони виражені в реальності. SCL-90-R включає в себе 90 тверджень, згрупованих у шкали. Кожне із 90 питань оцінюється за п'ятибальною шкалою (від 0 до 4), де 0 відповідає позиція «зовсім немає», а 4 – «дуже сильно».

SCL-90 (відповідно, і SCL-90-R) містить такі шкали: Соматизація; Обсесивно-компульсивні розлади (нав'язливості); Інтерперсональна чутливість; Депресія; Тривожність; Агресивність; Нав'язливі страхи (фобії); Параноїдність; Психотизм; Загальний індекс важкості симптомів.

Результати діагностики залежних від опіоїдів, порівняно із нормативними значеннями, подано у табл. 3.

Таблиця 3

**Результати діагностики залежних від опіоїдів за методикою Симптоматичний опитувальник (SCL-90-R)**

№	Субшкали	Середні значення	
		Нормативні показники	Результати досліджуваних
1	Соматизація	0,69	0,99
2	Обсесивно-компульсивні розлади	0,76	1,35**
3	Інтерперсональна чутливість	0,83	1,11
4	Депресія	0,68	1,50**
5	Тривожність	0,62	1,69**
6	Агресивність	0,71	1,31**
7	Фобії	0,35	0,68
8	Параноїдність	0,67	1,12*
9	Психотизм	0,42	0,93*
10	Загальний індекс важкості симптомів	0,64	1,18**

(\*\*) відмінності між результатами досліджуваних і нормативними показниками статистично значущі при  $p=0,001$ ; (\*) відмінності статистично значущі при  $p<0,05$ .

**Висновки з проведеного дослідження.** У даній статті ми представили результати емпіричного дослідження. За допомогою методики госпітальної шкали тривоги і депресії Hospital Anxiety Depression Scale (HADS) виявляли та проводили оцінку важкості депресії і тривоги осіб, залежних від опіоїдів, в умовах загальномедичної практики. За допомогою Симптоматичного опитувальника SCL-90-R досліджували поточний статус даних осіб. Проінтерпретували отримані дані, провівши дисперсійний аналіз ми з'ясували, що у залежних від опіоїдів практично усі показники вищі за нормативні, найбільше у них виражені такі симптоми, як тривожність (1,69), депресія (1,50), обсесивно-компульсивні розлади (1,35) й агресивність (1,31). За результатами статистичного аналізу з вико-

ристанням t-критерію для одновибіркових статистик, виявлено значущі відмінності у результатах досліджуваних і нормативних даних за такими шкалами: Обсесивно-компульсивні розлади ( $t=10,811$ ,  $p=0,001$ ), Депресія ( $t=9,290$ ,  $p=0,002$ ), Тривожність ( $t=9,381$ ,  $p=0,001$ ), Агресивність ( $t=10,003$ ,  $p=0,001$ ), Параноїдність ( $t=3,420$ ,  $p=0,05$ ), Психотизм ( $t=3,395$ ,  $p=0,05$ ) і Загальний індекс важкості симптомів ( $t=8,731$ ,  $p=0,003$ ).

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Азимова Ю. Депрессия и ее соматические проявления / Ю. Азимова., Г. Табаева // Лечащий врач. – 2009. – № 9. – С. 39–42.
2. Лінський І. Структура афективних розладів у хворих із залежністю від опіатів та хворих із залежністю від психостимуляторів за результатами багатовимірного психодіагностичного дослідження / І. Лінський, О. Мінко, О. Самойлов // Архів психіатрії. – 2004. – Т. 10. – № 4 (39). – С. 89–91.
3. Наследов А. SPSS: Компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках, 2-е изд. [Текст] / А. Наследов. – СПб.: Питер, 2005. – 416 с.
4. Пишель В. Стандартный инструментарий для скринирования, диагностики депрессии, оценки эффективности лечения / В. Пишель, Ю. Блажевич // Архів психіатрії. – 2001. – № 4 (27). – С. 93–96.
5. Синицький В., Трофімчук Г., Марченко Н. Роль центрально-периферичних взаємовідносин регуляторних процесів у патогенезі опійного абстинентного синдрому // Український вісник психоневрології. – 2002. – Т. 10. – № 1 (30). – С. 196–197.
6. Юсопов О. Планирование лечения, работа с индексом тяжести аддикции и мотивационное интервьюирование зависимых от ПАВ на этапах МСР / О. Юсопов // Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар. – 2008. – Т. VII. – № 3. – С. 44–53.
7. Ariza-Cardenal C. Factors associated with problematic alcohol consumption in schoolchildren / C. Ariza-Cardenal, M. Nebot-Adell // J. Adolesc. Health. – 2000. – Vol. 27 (6). – P. 425–433.
8. Hamilton M. A rating scale for depression / M. Hamilton // Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry. – 1960. – № 23. – P. 56–62.
9. Renthall W. Chromatin regulation in drug addiction and depression / W. Renthall, E. Nestler // Dialogues of Clinical Neuroscience. – 2009. – Vol. 11 (3). – P. 257–268.



УДК 159.973

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ СТИГМАТИЗАЦІЇ ХВОРИХ НА ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ

Малина О.Г., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри психології  
Запорізький національний університет

У статті подано аналіз стигматизації хворих на психічні розлади як теоретичної та практичної соціально-психологічної проблеми, розглянуто соціальні, психологічні та клінічні наслідки стигматизації й аутостигматизації психічно хворих. Стигматизація, як негативна упереджена реакція суспільства на наявність психіатричного діагнозу, розглядається у контексті аналізу її психотравмуючого впливу на усі аспекти життя хворих та їх сімей, що має зовнішні, соціальні та економічні прояви з боку суспільства та внутрішні, самостигматизуючі травматичні чинники. Тому особлива увага приділена соціально-психологічним передумовам формування стигми у психічно хворих як найбільш уразливої категорії суспільства, що традиційно розглядаються як неповноцінні, непередбачувані і небезпечні та зазнають упередженості, відчуження, дистанціювання і, зрештою, дискримінації з боку суспільства. Розглянуто механізми самостигматизації як негативної трансформації та руйнування особистісної ідентичності психічно хворих у контексті закономірностей формування стигми як складного за структурою та проявами утворення, що регулюється різними соціально-психологічними механізмами, вивчення яких дасть змогу визначити методологічні та практичні підходи до ефективного та цілеспрямованого впровадження дестигматизаційних заходів.

**Ключові слова:** стигматизація, аутостигматизація, соціальні стереотипи, почуття страху, категоризація, наклеювання ярликів, стереотипізація, зниження соціального статусу, соціальне дистанціювання, дискримінація, перспектива майбутнього, ідентичність, хворі на психічні розлади.

В статье представлен анализ стигматизации больных психическими расстройствами как теоретической и практической социально-психологической проблемы, рассмотрены социальные, психологические и клинические последствия стигматизации и аутостигматизации психически больных. Стигматизация, как негативная предвзятая реакция общества на наличие психиатрического диагноза, рассматривается в контексте анализа ее психотравмирующего влияния на все стороны жизни больных и их семей, имеет внешние, социальные и экономические проявления со стороны общества и внутренние, самостигматизирующие травматические факторы. Поэтому особое внимание уделено социально-психологическим предпосылкам формирования стигмы у психически больных как наиболее уязвимой категории общества, которые традиционно рассматриваются как неполноценные, непредсказуемые и опасные и испытывают предвзятости, отчуждение, дистанцирование и, наконец, дискриминации со стороны общества. Рассмотрены механизмы самостигматизации как негативной трансформации и разрушения личностной идентичности психически больных в контексте закономерностей формирования стигмы как сложного по структуре и проявлениями образования, которая регулируется различными социально-психологическими механизмами, изучение которых позволит определить методологические и практические подходы к эффективному и целенаправленному внедрению дестигматизационных мероприятий.

**Ключевые слова:** стигматизация, аутостигматизация, социальные стереотипы, чувство страха, категоризация, наклеивание ярлыков, стереотипизация, снижение социального статуса, социальное дистанцирование, дискриминация, перспектива будущего, идентичность, больные психическими расстройствами.

### Malyna O.G. SOCIO-PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF STIGMATIZATION OF PATIENTS WITH MENTAL DISORDERS

In this article the analyses of stigmatization of patients with mental disorders is shown as theoretical and practical socio-psychological problem. Social, psychological and clinical consequences of stigmatization and auto stigmatization of mentally ill people are also examined. Stigmatization, as negative biased public reaction to the presence of psychiatric diagnosis, is considered in the context of the analysis of its traumatic impact on all the aspects of patients' life and on their families. This impact has both external, social and economic public display and internal traumatic factors. That is why special attention is paid to the socio-psychological conditions of stigma's formation of mentally ill people as the most vulnerable category of society and who are traditionally regarded as handicapped, unpredictable and dangerous. They are the subject of prejudice, alienation, estrangement and, ultimately, public discrimination. The author examined the mechanisms of self stigmatization as a negative transformation and destruction of the personal identity of mentally ill people in the context of regularity of stigma's formation as a complex unit in its structure and displays and which is governed by various socio-psychological mechanisms. The scrutiny of such mechanisms will help to determine methodological and practical approaches to the effective and purposeful implementation of destigmatization measures.

**Key words:** stigmatization, auto stigmatization, social stereotypes, fear, categorization, labeling, stereotyping, decline in social status, social distancing, discrimination, future prospect, identity, patients with mental disorders.



**Постановка проблеми.** Хворі на психічні розлади є найбільш незахищеною категорією хворих, що підлягають соціальній упередженості і дискримінації. Безпосереднім наслідком негативного соціального ставлення є стигматизація хворих із психіатричним діагнозом. Нині стигматизація розглядається як процес виділення індивіда із суспільства за фактом наявності у нього психічного розладу, що в подальшому призводить до сприйняття його через призму стереотипних уявлень про психічні захворювання і психічно хворих, що існують у суспільстві, і фактично стає навішуванням «ярликів» або «маркуванням» із подальшим поведінковим і емоційним реагуванням. Враховуючи загальносвітові тенденції зростання кількості хворих на психічні розлади, стигматизація психічно хворих виступає однією з найгостріших соціальних проблем, що потребує комплексного дослідження соціально-психологічних механізмів, закономірностей та наслідків цього явища.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в аналізі стигматизації хворих на психічні розлади як теоретичної та практичної соціально-психологічної проблеми, розгляді соціальних, психологічних та клінічних наслідків стигматизації й аутостигматизації психічно хворих.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Виходячи з визначення психічної розладу за МКБ-10 як клінічно визначеної групи симптомів і поведінкових ознак, що спричиняють страждання і перешкоджають особистісному функціонуванню хворого, характерною ознакою більшості захворювань є сукупність негативних переживань і страждань пацієнта – тобто негативної, суб'єктивно обтяжливої реакції хворої людини на руйнування чи втрату цінностей, що мають для неї моральне значення та є сенсом усього її життя, центром її світогляду. Розглядаючи екзистенціальну сутність психічної хвороби як страждання, В.А. Абрамов зазначає, що воно як особлива екзистенціальна проблема «відкривається лише у конкретному змісті життєвого процесу як сукупність емоційно-ситуаційних ціннісно-значущих переживань, як форма активного напруження духовно-моральних сил пацієнта та полягає в переживаннях втрати фізичного, душевного й соціального благополуччя, особистісних смислів і життєвої перспективи внаслідок хвороби й супутніх їй обставин» [1, с. 7].

Тому стигматизація стає додатковим чинником, що сприяє формуванню дисфункціональних станів хворих на психічні розла-

ди, руйнує звичну картину світу хворого, призводить до повної дезінтеграції ідентичності, перешкоджає особистісному та соціальному відновленню пацієнта: «Наявність стигматизації та її шкідливих наслідків виключає оцінку лікування як ефективного навіть за повного купірування психопатологічних симптомів» [1, с. 8]

Н.О. Марута, В.А. Абрамов, Т.Л. Ряполова зазначають, що сам факт наявності діагнозу психічного розладу несе в собі таке негативне соціально-етичне навантаження, якого не має жоден інший клінічний термін будь-якої медичної спеціальності. На думку дослідників, особи, визнані душевнохворими, «як би гуманно не ставилося до них суспільство, неминуче потрапляють в особливу категорію людей, які позбавлені повною мірою довіри й тому уражені в моральному плані та зазнають на собі різних соціальних обмежень. Повне усунення всіх обмежень, які накладає суспільство на хворих, неможливе, оскільки сама душевна хвороба накладає певні обмеження на життєдіяльність людини: «утискає» її свободу, перекручує взаємовідносини з оточуючою дійсністю, утруднює соціальну адаптацію, викликає порушення поведінки, підвищуючи у деяких випадках ризик скоєння небезпечних дій, що завдають шкоду самому хворому та іншим людям» [4, с. 12]

Таким чином, до основних причин стигматизації хворих на психічні захворювання можна віднести:

- негативний образ хворого психічними захворюваннями та певні стереотипи, що в побутовій свідомості вкорінилися (агресивний, непередбачуваний, неврівноважений, здатний на скоєння злочину, небезпечний);

- об'єднання негативної культурної традиції і міфів (наприклад, сприйняття психічного захворювання, як «божа кара»), що призводить до обвинувальної практики у суспільстві;

- недостатня обізнаність в суспільстві про природу і специфіку психічних захворювань;

- негативний образ психічно хворих та їх сімей у ЗМІ (наприклад, персонажі телесеріалів або телепередач);

- психічні захворювання, незважаючи на їх вивчення, як і раніше, сприймаються як потурання своїм бажанням і примхам, як ознака слабкості;

- підсвідомий страх, що підкріплюється культурними традиціями, суспільними стереотипами та ЗМІ.

Відповідно до «унітарної теорії стигматизації», що розглядає конституціональні, психологічні, економічні та еволюційні



витоки стигматизації, стигма слугує отриманню особистої вигоди [9, с. 207–215]. Психологічні передумови її формування полягають у прагненні зменшити напруженість та тривогу, викликані незвичною поведінкою, що кидає виклик нашим нормам, цінностям та очікуванням. Соціобіологічне трактування стигматизації як еволюційної тактики виживання та репродукції розглядає появу стигми через намагання дискримінації репродуктивно та генетично неспроможних членів суспільства [8, с. 107–110].

На соціальному рівні аналізу психологічні механізми стигматизації пов'язують із груповими процесами уникнення загрозливих та не спроможних до сумісної діяльності членів групи, на передбачуваність поведінки яких не можна покластися, що безпосередньо впливає на виживання групи. Причина такої демаркації «ми – вони» полягає у безсвідомій природі людини, коли соціальний суб'єкт дистанціює і віддаляє «відмінних» через необхідність підтримання почуття свого «Я» [7, с. 111].

В основі процесу дистанціювання, і зрештою, дискримінації осіб із девіантною поведінкою щодо групових норм лежить мотивація запобігання загрози основним соціальним потребам із боку психічно хворих, а саме: потреби у збереженні задовільних умов життя; потреби у збереженні нормального рівня функціонування; потреби у збереженні емоційної стабільності [3, с. 3–8].

Одним з основних психологічних механізмів стигматизації майже усі дослідники визначають страх, джерелом якого є розуміння хвороби як соціально загрозливого та неприйняттого явища, що призводить до ворожості і прояву агресії. У цьому сенсі страх виступає захисним механізмом свого «Я» і стосовно психічно хворих об'єктивує внутрішню тривожність, зумовлену недостатніми можливостями контролю поведінки «відмінних». Таким чином, на особистісному рівні дистанціювання від хворих на психічні розлади як основа стигматизації «базується на прагненні до відчуття власної безпеки, компетентності й внутрішньої стабільності та проєкції свого уявлення про некомпетентність і потенційну загрозу на образ психічно хворого і ідентифікацію його як «чужого» [5, с. 9]. Таким чином, стигма стає засобом подолання страху втрати внаслідок психічної хвороби найбільш цінного – власного Я. На поведінковому рівні страх та ворожість щодо хворих із психічними розладами проявляються у вербальному несприйнятті, негативному поводженні, уникненні і різних проявах соціальної дискримінації.

Стереотипне сприйняття психічно хворих як носіїв «безумства», «загрози», «ганьби» і «приниження» виробляється ще у дитячому віці і згодом несвідомо фіксується у соціальній взаємодії на ґрунті підсвідомого страху як захисного механізму Я. Саме необхідність керування страхом, виконання захисної функції для запобігання тривожності у ситуації недостатнього досвіду, можливостей та знань щодо розуміння поведінки психічно аномальних членів групи зумовлює використання стигм. Стереотип аномалії формує стигму психічно хворого як загрози для спокою та усталеності суспільства. Страх усього соціально загрозливого чи неприйняттого належить до базових соціальних страхів, тому хвороба як відхилення від норми є джерелом страху в будь-якому суспільстві і спонукає до використання захисних механізмів, зокрема проєкції.

Дж. Крокер, характеризуючи стигму як загрозу ідентичності та соціально-психологічний вияв тривожності, окрім управління страхом, до функцій стигматизації відносить зростання рівня самооцінки шляхом зневаження і приниження інших; підтримку позитивної соціальної ідентичності, наслідком чого стає виправдання дискримінації носіїв стигми і, таким чином, легітимізація нерівності статусів у групі [2, с. 148–158].

До соціально-психологічних чинників стигматизації психічно хворих належать:

- стереотипізація масової свідомості, маніпуляції громадською думкою щодо хворих із психічними розладами, які традиційно сприймаються як некомпетентні, непередбачувані, небезпечні для оточення, безпорадні і ненадійні, що викликають огиду, неприязнь і мають бути виключені із суспільного життя;
- формування негативного іміджу системи психіатричної допомоги та її можливостей у лікуванні психічних розладів загалом;
- занадто низький рівень психіатричної та психологічної грамотності суспільства, сприяє формуванню негативних стереотипів і існуванню міфів про психічні розлади;
- впевненість у низькій соціальній значущості і корисності хворих на психічні розлади, уявлення про їх безпорадність, залежність і недієздатність;
- низький рівень соціальної затребуваності хворих на психічні розлади і соціальна ізоляція психічно хворих та їх сімей;
- низький рівень толерантності, емпатії, прагнення дистанціюватися від психічно хворих і виключити їх з соціальної взаємодії;
- дискримінація хворих на психічні розлади, відсутність квотування робочих місць

на ринку праці, дефіцит можливостей навчання та перекваліфікації, ускладнення процесу реабілітації і самореалізації хворих у зв'язку зі зміненою соціально-економічною ситуацією у країні.

Стигматизація виступає результатом соціального приписування, проекцією на індивіда уявлень суспільства про неприйнятних риси або моделі поведінки. Саме стигматизація як процес виділення індивіда з групи (шляхом його відхилення від середньостатистичних норм) дає змогу групі мати стереотипний набір негативних соціальних реакцій і, зрештою, реалізувати мету такого приписування, а саме використовувати певні соціальні санкції. Тобто для появи стигми необхідна наявність двох умов, а саме – параметра, що дискредитує людину, її відмінності від домінуючої соціальної норми і негативної оцінки з боку групи. Ці умови призводять до оцінки людини повністю за цим параметром, ігнорування його цілісності, індивідуальності і, зрештою, дегуманізації його ідентичності. Необхідність стереотипів, таким чином, зумовлена спробою пояснень і виправдань негативного ставлення до психічно хворим, раціоналізації їх дискримінації.

Стереотипи психічних розладів санкціоновані суспільством і виступають як надзвичайно стійкі, ірраціональні, необґрунтовані, негативно-зневажливі уявлення про хворих із психічними розладами уявлення і можуть розглядатися як проекція негативних якостей на образ хворого, ототожненням його з девіантною, маргінальною особистістю і подальшим упередженим ставленням і зниженням толерантності. Для цих стандартів притаманні спрощеність оцінок і узагальнень, значне емоційне забарвлення, надмірна категоризація і генералізація негативних суджень, сталість, стійкість і активна протидія їх трансформації.

Основними психологічними механізмами формування психіатричної стигми, таким чином, виступають категоризація, «наклеювання ярликів», стереотипізація, поява негативного емоційного ставлення, дискомфорт у взаємодії, зниження і втрата соціального статусу, соціальне дистанціювання і дискримінація.

Сучасні можливості лікарських засобів сприяють підтриманню порівняно звичного способу життя для більшості хворих на психічні розлади особливо легкого неспіхотичного рівня психічної патології. Однак саме ці пацієнти є найбільш уразливою категорією стигматизації. Саме наявність критичних можливостей запускає механізм аутостигматизації, що є більш травматичним і руйнівним, ніж прояви хвороби.

Сформовані у соціумі уявлення про психічно хворих і модель поведінки, що передбачає дистанціювання та тотальний контроль у різноманітних сферах життя, страх та напруга по відношенню до хворих суттєво утруднюють можливості контакту, обмежують соціальні зв'язки пацієнтів. Захисна суб'єктивна позиція пацієнта швидко трансформується у засвоєне і інтеріоризоване хворим відчуття власної неповноцінності і некомпетентності. Розглядаючи аутостигматизацію як відбиття процесу негативної трансформації ідентичності особистості, В.А. Абрамов зазначає, що аутостигматизація як сукупність реакцій хворого на прояви психічної хвороби і статус психічно хворого у суспільстві формується за умов готовності до категоріальної ідентифікації на «здорових» і «хворих», подальшої ідентифікації себе пацієнтом зі стигматизованою групою та прийняття негативних уявлень про дану групу з переконанням в їх правдивості і реалістичності [1, с. 8]. Аутостигматизація є процесом саморуйнування соціальної та особистісної ідентичності хворого у зв'язку із прийняттям ним і суб'єктивним переживанням «психіатричної» стигми. На рівні суб'єктивних переживань аутостигматизація є проявом суб'єктивного відчуття психічного неблагополуччя, порушує преморбідне уявлення хворого про власну особистість, знижує самооцінку, «формується тенденція до попередження ситуації, в яких може проявитися його неспроможність у вигляді реакції уникнення і відмови, а також до утворення перебільшено негативного образу душевнохворого як вигідного стандарту для порівняння. Ці процеси порушують як соціальну адаптацію хворого, так і його комплайнс із психіатричними службами і співтовариством пацієнтів» [6, с. 3–4].

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, негативний ефект стигматизації і подальшої аутостигматизації хворих на психічні розлади проявляється у таких наслідках:

- зниженні впевненості у собі і своїх силах, відчаї;
- стресах і їх негативному впливі на протязі психічного розладу, що може призводити до загострення психічного стану пацієнтів;
- зниження рівня життя й економічного становища;
- зростання внутрішньосімейної напруги, виникнення конфліктів, формування вивченої безпорадності хворих;
- недовіри до інших людей, соціальної ізоляції; дистанціювання і скорочення спілкування, проблем самотності;



– почуття провини і сорому перед самі собою і близькими;

– дискримінації на ґрунті безробіття і низького соціального статусу;

Стигматизація перешкоджає особистісному відновленню, реабілітації, соціальної і професійної адаптації пацієнтів, сприяє погіршенню якості їх життя й інтеграції в суспільство. Тому, як зазначають Н.О. Марута, В.А. Абрамов, Т.Л. Ряполова, О.В. Абрамов, Г.Г. Путятін, І.В. Жигуліна, дестигмаційні заходи мають бути спрямовані не на усунення стигми як дисфункції, а на розширення можливостей досягнення хворими життєвих цілей, використання базисних властивостей і якостей особистості, відновлення власних зусиль хворого на протидію хворобі, формування особистої відповідальності за своє здоров'я та соціальне відновлення [4, с. 16–17]

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамов В. Методичний комплекс для оцінки стигматизуючих ефектів психіатричної допомоги: методичні рекомендації (89.11/6.12) / В. Абрамов, Т. Ряполова, О. Абрамов, Г. Путятін, І. Жигуліна // Методичні рекомендації (89.11/6.12). – Донецьк. – 2011. – 24 с.
2. Еникополов С.Н. Направления исследования предрасположенности в западной психологии межгрупповых отношений / С.Н. Еникополов, Н.В. Мешкова // Вопросы психологии. – 2007. – № 1. – С.153.
3. Кабанов М. Редукция стигматизации и дискриминации психически больных / М. Кабанов, Г. Бурковский // Обозрение психиат. и мед. психол. – 2000. – С. 3–8.
4. Марута Н. Антистигматизаційні підходи до надання психіатричної допомоги / Н. Марута, В. Абрамов, Т. Ряполова, О. Абрамов, Г. Путятін, І. Жигуліна // Методичні рекомендації (94.11/280.11). – Донецьк, 2011. – 31 с.
5. Марута Н. Систематизація умов і механізмів формування стигми у хворих на психічні розлади / Н. Марута, В. Абрамов, Т. Ряполова, О. Абрамов, Г. Путятін, І. Жигуліна // Методичні рекомендації (95.11/19.12). – Донецьк, 2011. – 28 с.
6. Программа дестигматизации в психиатрии: методические рекомендации / Ястребов В., Михайлова И., Гонжал О., Михитин В., Науч. центр психического здоровья РАМН. – М. : Изд-во ЗАО Юстицинформ, 2009. – 19 с.
7. Финзен А. Психоз и стигма / А. Финзен; Перевод с немецкого И. Сапожниковой. – М.: Алетея, 2001. – 216 с.
8. Gilbert P. Shame, stigma and the family: “skeletons in the cupboard” and the role of shame. In A.H. Crisp (ed.) / Every family in the land: understanding prejudice and discrimination against people with mental illness. – 2001. – P. 107–110.
9. Haight R. A unitary theory of stigmatization//BritishJournalofPsychiatry.–2001.–V.178.– P. 207–215.



УДК 159.972

## ПРОБЛЕМА ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИНСТАЛЛЯЦИИ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО САМОПРЕДСТАВЛЕНИЯ В СТРУКТУРЕ СТАНДАРТНОЙ ПРОЦЕДУРЫ ДПДГ-ПСИХОТЕРАПИИ

Николаенко С.А., к. психол. н.,  
доцент кафедры психологии

Сумский государственный педагогический университет  
имени А.С.Макаренко

В статье выявлены сущность и основные функции этапа инсталляции положительного самопредставления в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии. Уточнена взаимосвязь понятий самопредставления, самооценки и убеждения в ДПДГ-психотерапии. Выявлены теоретические положения концепции Р. Дилтса о трансформации убеждений человека, которые можно использовать для определения направлений по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии. Определены направления по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии.

**Ключевые слова:** стандартная процедура ДПДГ, инсталляция, самопредставление, типология убеждений, направления по усилению положительного самопредставления.

У статті виявлено сутність та основні функції етапу інсталяції позитивного самоуявлення в структурі стандартної процедури ДПРО-психотерапії. Уточнено взаємозв'язок понять самоуявлення, самооцінки і переконання в ДПРО-психотерапії. Виявлені теоретичні положення концепції Р. Ділтса про трансформацію переконань людини, які можна використовувати для визначення напрямків щодо посилення позитивного самоуявлення на етапі інсталяції в структурі стандартної процедури ДПРО-психотерапії. Визначено напрями посилення позитивного самоуявлення на етапі інсталяції в структурі стандартної процедури ДПРО-психотерапії.

**Ключові слова:** стандартна процедура ДПРО, інсталяція, самоуявлення, типологія переконань, напрямки щодо посилення позитивного самоуявлення.

Nikolaenko S.A. THE PROBLEM OF IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF INSTALLING POSITIVE SELF-DETERMINATION IN THE STRUCTURE OF THE STANDARD PROCEDURE OF EMDR-PSYCHOTHERAPY

The article reveals the main functions of the stage of the installation of a positive self-presentation in the structure of the standard procedure of EMDR-psychotherapy. The interrelation of the concepts of self-presentation, self-esteem and persuasion in EMDR-psychotherapy is clarified. Ways of usage of R. Dilt's concepts of the transformation of human persuasions to determine the directions for strengthening the positive self-presentation at the stage of installation in the structure of the standard procedure of EMDR-psychotherapy are revealed. Directions for strengthening positive self-presentation at the stage of installation in the structure of the standard procedure of EMDR-psychotherapy are defined.

**Key words:** standard EMDR procedure, installation, self-presentation, typology of beliefs, directions for strengthening positive self-presentation.

**Постановка проблемы.** В структуре процесса ДПДГ-психотерапии (психотерапии эмоциональных травм с помощью десенсибилизации и переработки движениями глаз) различают следующие восемь стадий: 1) изучение истории клиента и планирование психотерапии; 2) подготовка к психотерапии; 3) определение предмета воздействия; 4) десенсибилизация и переработка; 5) инсталляция; 6) сканирование тела; 7) завершение; 8) переоценка. При этом стадия инсталляции сфокусирована на установлении положительного самопредставления клиента и на увеличении его внутренней силы, чтобы оно могло заменить собой отрицательное самопред-

ставление в процессе ДПДГ-психотерапии [5].

Процесс инсталляции положительного самопредставления в ДПДГ-психотерапии реализуется в контексте различных структур: 1) стандартной процедуры ДПДГ; 2) стандартного протокола ДПДГ; 3) протоколов и процедур для особых ситуаций; 4) протоколов и процедур для работы с различными типами клиентов.

Однако при этом продолжают оставаться недостаточно разработанными вопросы о сущности понятия самопредставления, взаимосвязи понятий самопредставления, самооценки и убеждения в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии,



направлениях и подходах к усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии.

**Постановка задач.** На основании изложенного можно сформулировать задачи исследования: 1) выявить сущность и основные функции этапа инсталляции положительного самопредставления в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии; 2) уточнить взаимосвязь понятий самопредставления, самооценки и убеждения в ДПДГ-психотерапии; 3) выявить в концепции о трансформации убеждений человека Р. Дилтса [3] те теоретические положения, которые можно использовать для определения направлений по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии; 4) определить направления по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартного протокола ДПДГ-психотерапии с учетом положений концепции Р. Дилтса о взаимосвязи ценностей и убеждений человека.

**Изложение основного материала исследования.** Далее мы переходим к решению поставленных выше задач исследования.

*1. Рассмотрим сущность и основные функции этапа инсталляции положительного самопредставления в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии.* С точки зрения парадигмы ускоренной переработки информации, разработанной Ф. Шапиро, патологическая структура откладывается в памяти индивида во время травматического события и коренится в статической, недостаточно переработанной и усвоенной информации. Поэтому конфигурация патологической структуры сохраняется в нервной системе в дистрессовой, обусловленной состоянием возбуждения форме.

Во время процедуры ДПДГ движения глаз или другие альтернативные биполярные стимулы запускают информационно-перерабатывающую систему и восстанавливают ее равновесие. С каждой новой серией движений глаз (или альтернативной биполярной стимуляцией) травматическая информация движется к адаптивному положительному разрешению. Травматические воспоминания естественным образом направляются к адаптивной информации, необходимой для их положительного разрешения.

Стандартная процедура связана с организацией и проведением каждого отдельного сеанса ДПДГ-психотерапии. При этом

в структуре стандартной процедуры ДПДГ различаются следующие этапы: 1) определение образа, отражающего в целом наиболее травматическую часть события; 2) формирование отрицательного самопредставления, выражающего основную самооценку или убеждение; 3) создание желаемого положительного суждения о себе, включающего внутреннюю область контроля; 4) оценка клиентом степени соответствия положительного самопредставления; 5) называние вызывающих беспокойство эмоций, возникающих при соединении образа и отрицательного самопредставления; 6) оценка клиентом степени беспокойства, возникающего при стимулировании травматического воспоминания; 7) определение того, где именно в теле испытываются физические ощущения при обращении к травматической информации; 8) десенсибилизация как начало процесса очистки всех ассоциативных каналов памяти; 9) инсталляция положительного самопредставления; 10) сканирование тела, когда клиент анализирует тело для поиска любых остаточных физических ощущений; 11) завершение психотерапевтического сеанса после достижения клиентом чувства собственной эффективности и успеха [5].

Специфика инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ самым тесным образом зависит от двух предыдущих стадий – определения предмета воздействия, а также десенсибилизации и переработки эмоциональных травм. Сама же стадия инсталляции «сфокусирована на установлении положительного самопредставления, определенного клиентом, и на увеличении его силы, для того чтобы оно могло заменить собой отрицательное самопредставление» [5, с. 74–75].

Поэтому в структуре стандартной процедуры ДПДГ стадия инсталляции выполняет следующие функции: 1) на данной стадии происходит уточнение применимости и валидности исходного положительного самопредставления; 2) реализуется усиление избранного положительного самопредставления в процессе инсталляции; 3) достигается полная интеграция положительного самопредставления с избранной в качестве цели травматической информацией [5, с. 157]. Следует подчеркнуть особо, что именно усиление положительного самопредставления клиента является принципиально важным моментом для достижения положительного эффекта всей ДПДГ-психотерапии [5, с. 157].

*2. Переходим к уточнению взаимосвязи понятий самопредставления, самооценки и убеждения в ДПДГ-психотерапии.*

С. Гиллиген обращает внимание на фундаментальную роль перехода от «отрицательного самопредставления» к «положительному самопредставлению» в циклах идентичности личности (в процессах перехода от неуверенности к стабильности, от дестабилизации и личностного «хаоса» к последующему личностному росту). Автор пишет, что в случае стресса или психологической травмы нарушается и дестабилизируется ощущение самоидентичности личности. При этом «клинические симптомы изначально связаны со сдвигами идентичности человека, то есть они указывают, что произошло нечто и прежняя личность устарела, а новая борется за свое появление на свет» [2, с. 395]. Именно «дестабилизация ощущения идентичности» и фиксируется в ДПДГ-психотерапии в содержании отрицательного самопредставления.

Однако, как подчеркивает С. Гиллиген, «все события, дестабилизирующие личность, включая травму, являются потенциальными основами для роста и реорганизации самоидентичности» [2, с. 398]. И хотя никто из переживших внутриличностные потрясения уже никогда не будет прежним, специалисты ДПДГ понимают, что «при соблюдении соответствующих условий жертвам можно помочь интегрировать этот опыт в более сильном ощущении себя» [2, с. 398]. Именно «более сильное ощущение себя» и устанавливается в ДПДГ-психотерапии в качестве положительного самопредставления.

Несмотря на то, что понятия положительного и отрицательного самопредставлений являются базовой «рамкой», фундаментальной основой целостной процедуры ДПДГ-психотерапии, сущностные характеристики понятия «самопредставление» все же нуждается в определенном уточнении. Такая задача с необходимостью вытекает, в частности, из того, что в классической работе Ф. Шапиро мы встречаемся с несколькими трактовками феномена «самопредставление» [5].

Во-первых, *самопредставление* трактуется как «Я-концепция». Автор отмечает: «Важным компонентом определения анамнеза выступает идентификация и выявление воспоминаний, которые привели к формированию отрицательной «Я-концепции» клиента и его негативного поведения» [5, с. 22].

Во-вторых, самопредставление трактуется как самооценка. Исследовательница пишет: «Отрицательные самопредставления можно определить как негативную самооценку, которую жертвы травматического события дают себе в настоящее время» [5, с. 62].

В-третьих, самопредставление трактуется через взаимосвязь понятий убеждения и самооценки. Ф. Шапиро отмечает: «Термин самопредставление часто применяется для определения всех сознательных репрезентаций опыта; в ДПДГ-психотерапии мы используем его для обозначения убеждений или оценок клиента. Самопредставление является существующей у клиента в настоящее время *интерпретацией* самого себя, отличающейся от простого описания» [5, с. 61]. В другом месте автор обращает внимание на «формирование отрицательного самопредставления, выражающего основную самооценку или убеждение» [5, с. 217].

Указанные выше положения дают нам возможность проанализировать понятие самопредставления в соотношении с понятием самооценки. С точки зрения И. Чесноковой, каждый акт самосознания – это взаимодействие самопознания и самоотношения. При этом, с одной стороны, отношение личности к себе возникает и формируется в процессе самопознания на разных его уровнях, с другой – самоотношение в той форме, в которой оно сложилось на данном этапе развития личности, существенно влияет на весь процесс самопознания, определяя его специфику, направленность и индивидуальный, личностный оттенок. Результаты же интегративной работы в сфере самопознания, с одной стороны, и в сфере эмоционально-ценностного самоотношения, с другой, объединяются в особое образование самосознания личности – ее самооценку [4].

Реализация эмоционально-ценностного самоотношения в процессе самопознания происходит с опорой на определенные ценностные критерии, на основе которых осуществляется *ценностная интерпретация* определенных сторон и качеств личности. Самооценка, как результат ценностной интерпретации, выражается в ценностных представлениях о себе (ценностных самопредставлениях), которые в своей совокупности и составляют ценностное содержание «образа Я» личности.

Следует подчеркнуть, что в трактовке самооценки мы опираемся на те подходы и определения, где подчеркивается *ценностное значение*, которым человек наделяет как отдельные стороны своей личности, поведения и деятельности, так и самого себя в целом.

Особенность самооценки, как установочной структуры, заключается в том, что ее объектом является сам носитель установки. Благодаря именно этой направленности на Я, все эмоции и оценки,





связанные с образом Я, являются очень сильными и устойчивыми [1, с. 39]. В связи с тем, что как положительное, так и отрицательное самопредставления являются установочными структурами, их – по параметру устойчивости – можно рассматривать в качестве убеждений, объектом которых является Я.

Самооценка, как ценностное представление о себе (ценностное самопредставление), выражается на вербально-логическом уровне в форме ценностного суждения. Так, Р. Бернс отмечает: «Самооценка – это личностное суждение о собственной ценности (выделено мной – С.Н.), которое выражается в установках, свойственных индивиду» [1, с. 36]. При этом «логическим субъектом» ценностного суждения является Я, а «логическим предикатом» – то ценностное значение, которое является результатом ценностной интерпретации того или иного конкретного свойства или стороны Я.

Таким образом, самооценка, как ценностное самопредставление, на вербально-логическом уровне реализуется в такой разновидности ценностного суждения, в котором отражены результаты процесса ценностной интерпретации отдельных сторон и качеств Я по критерию (с позиций) определенной ценности. Поэтому в самооценке отражается как модальность ценностной интерпретации, так и степень ценностного принятия или отвержения этих сторон и качеств. Это может быть, с одной стороны, *позитивная модальность ценностной интерпретации своих сторон и качеств*, которая выражается в высоком, среднем или низком уровнях *позитивной самооценки* (положительного самопредставления), а с другой стороны – *негативная модальность ценностной интерпретации своих сторон и качеств*, которая выражается в низком, среднем или высоком уровнях *негативной самооценки* (отрицательного самопредставления).

3. *Переходим к выявлению в концепции Р. Дилтса [3] тех теоретических положений, которые можно использовать для определения направлений по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в стандартной процедуре ДПДГ-психотерапии.*

Определяя сущность убеждений, Р. Дилтс пишет: «По сути, убеждениями являются суждения и оценки, касающиеся нас самих, других людей и окружающего мира» [3, с. 112]. Далее Р. Дилтс отмечает: «Убеждения соединяют ценности с окружающей средой, поведением, мыслями, репрезентациями, а также с другими убеждения-

ми и ценностями. *Убеждения определяют взаимоотношения ценностей и их причин* (выделено мной – С.Н.)» [3, с. 113]. При этом ценности определяются как «принципы, качества или объекты, которые обладают внутренней ценностью или привлекательностью» [3, с. 86]. В силу того, что ценности связаны с полезностью, значением и желанием, они выступают в качестве первичного источника мотивации в жизни человека.

Поскольку убеждения определяют взаимоотношения ценностей и их причин, рассмотрим типологию причин. Согласно Аристотелю, в любом процессе познания различаются следующие типы причин: 1) «предшествующие», «вынуждающие» или «побуждающие»; 2) «удерживающие» или «движущие»; 3) «конечные»; 4) «формальные» [3, с. 145–150].

В результате соединения определенной ценности с указанными выше типами причин образуются следующие типы убеждений: 1) «*формальное убеждение*» (убеждение, которое образуется на основе взаимосвязи определенной ценности и формальной причины); 2) «*побуждающее убеждение*» (убеждение, которое образуется на основе взаимосвязи определенной ценности и побуждающей причины); 3) «*конечное убеждение*» (убеждение, которое образуется на основе взаимосвязи определенной ценности и конечной причины); 4) «*удерживающее убеждение*» (убеждение, которое образуется на основе взаимосвязи определенной ценности и удерживающей причины).

Приведенные выше положения, с одной стороны, о сущности самооценки как ценностного представления о себе (ценностного самопредставления), которое выражается на вербально-логическом уровне в форме ценностных суждений об отдельных сторонах и качествах Я, а с другой, о логико-психологическом механизме образования различных типов убеждений на основе соединения суждений об определенной ценности с указанными выше типами причин, дают нам возможность сформулировать следующий тезис: *поскольку самопредставление выражается в форме ценностного суждения о различных сторонах и качествах Я, его можно связывать с указанными выше типами причин и образовывать соответствующие им типы убеждений.*

С точки зрения задач нашей работы, это положение важно потому, что задает важные направления эвристического поиска дополнительных субъективных ресурсов для усиления положительного



самопредставления. Речь идет об образовании, усилении и связывании с положительным самопредставлением убеждений различных типов, а также их последующем установлении в процессе движения глаз.

Важно также подчеркнуть, что любой тип убеждения, связанный с самопредставлением, может быть не только образован, но и значительно усилен перед инсталляцией. Это связано с тем, что наши убеждения представляют собой «обобщения, связывающие переживания, ценности, внутренние состояния и ожидания, а также образующие ткань нашей реальности» [3, с. 199]. Поэтому актуализация или формирование ожиданий, сенсорного опыта и состояний, связанных с убеждениями любого типа, ведет к их укреплению и усилению.

4. Проанализируем направления по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартного протокола ДПДГ-психотерапии с учетом положений концепции Р. Дилтса о взаимосвязи ценностей и убеждений.

4.1. Рассмотрим первое направление по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии, связанное с выработкой адекватного «формального убеждения» относительно положительного самопредставления.

Формальным убеждением, как было отмечено выше, является такое суждение, которое образуется на основе взаимосвязи определенного явления как ценности (принципа, качества или объекта, которые обладают внутренней ценностью или привлекательностью) и его формальной причины [3, с. 151]. В свою очередь, в попытке найти формальные причины проблемы мы рассматриваем ее как «функцию тех определений и допущений, которые применимы к данной ситуации» [3, с. 147]. Таким образом, «формальные причины связаны с базовыми определениями (выделено мной – С.А.) некоторых явлений или переживаний» [3, с. 148].

Поэтому при выработке «формального убеждения», связанного с положительным самопредставлением, нам надо определить те пути и способы, которые обеспечивают правильное выявление адекватного позитивного ценностного представления о себе (положительного самопредставления) и его адекватное выражение в логической форме позитивного ценностного суждения.

Во-первых, рассмотрим особенности первого этапа выработки «формального убеждения» в форме позитивного ценностного суждения относительно положительного самопредставления.

В структуре стандартной процедуры ДПДГ этап создания положительного самопредставления (положительной самооценки) идет сразу же после формирования отрицательного самопредставления (отрицательной самооценки). А это означает, что в подавляющем большинстве случаев положительное самопредставление формулируется по принципу контрапункта (противопоставления) по отношению к отрицательному самопредставлению (пример: «Я неудачник» – «Я могу преуспеть»; «Я слаб» – «Я силен»; «Я опозорен» – «Я уважаемый человек» и т.п.).

Поэтому для правильного выявления *положительного* самопредставления уже в самом начале стандартной процедуры ДПДГ принципиально важно сначала правильно определить *отрицательное* самоопределение.

Ф. Шапиро отмечает, что, с одной стороны, отрицательные самопредставления связаны с дисфункциональным материалом *из прошлого*, нуждающимся в переработке, а с другой стороны, отрицательные самопредставления определяются автором как негативная самооценка, которую жертвы травматического события дают себе *в настоящее время*. [5, с. 61–62]. Автор подчеркивает: «Отрицательные самопредставления являются интерпретациями в отношении себя, сделанными в настоящее время. Поскольку они представляют неуместные (т.е. объективно говоря, неправильные) негативные убеждения, то, в первую очередь, могут избираться в качестве целей для ДПДГ-психотерапии» [5, с. 62].

Из указанных выше положений следует, что наиболее существенным признаком отрицательного самопредставления является то, что оно переносится клиентом из «психотравматического прошлого» в «благополучное настоящее» и создает ему множество субъективных и объективных проблем в настоящем. Поэтому для правильного определения отрицательного самопредставления клиент должен ответить сам себе на следующий принципиальный вопрос: «Каковы мои представления о себе, связанные с травматическими событиями *из прошлого времени* и снижающие в то же время мою самооценку в благополучных ситуациях *в настоящее время?*». Именно такие утверждения, по мнению Ф. Шапиро, и являются верными признаками патологии [5, с. 61–62].

Во-вторых, рассмотрим особенности второго этапа выработки «формального убеждения» в форме позитивного ценностного суждения относительно положительного самопредставления.



На этом этапе выработка позитивного ценностного суждения опирается на переживания клиента, которые возникают *на момент завершения десенсибилизации* в структуре стандартной процедуры ДПДГ. В процессе десенсибилизации происходят драматические процессы, которые приводят к снижению «субъективных единиц беспокойства» (СЕБ) до нуля баллов, появлению положительных эмоций, расслаблению тела, изменению паттерна дыхания.

Другими словами, в процессе десенсибилизации устойчивые связи, которые поддерживали комплекс травматических воспоминаний как устойчивую функциональную систему, нарушаются или прерываются, и каждый компонент такой системы получает определенную «свободу». Это ведет или к распаду, или к значительному ослаблению такой функциональной системы.

Указанные выше процессы существенно влияют на спонтанную трансформацию исходного положительного самопредставления и, соответственно, требуют уточнения первоначальной формулировки позитивного ценностного суждения. На момент завершения десенсибилизации положительное самопредставление проверяется как на применимость, так и на валидность. Проверка на применимость означает, что содержание положительного самопредставления может измениться в сторону усиления его привлекательности или уровня обобщенности. Проверка на валидность означает, что если в процессе десенсибилизации не улучшился «уровень соответствия представлений» (УСП), это может свидетельствовать, что исходное положительное самопредставление было сформулировано неточно.

Поэтому от терапевта требуется повторный анализ относительно того, какая же подлинная ценность была заблокирована и нуждается в разблокировании на момент окончания десенсибилизации. Результат такого анализа выражается в новом позитивном ценностном суждении о себе, которое, в конечном счете, и инсталлируется клиенту.

Таким образом, в классической работе Ф. Шапиро [5] достаточно полно разработаны и ясно изложены основы выработки «формального убеждения», связанного с выявлением положительного самопредставления и его выражением в логической форме позитивного ценностного суждения. При этом положительное самопредставление в процессе преобразования его в логическую форму позитивного ценностного суждения на первом этапе должно отталки-

ваться от исходных негативных психотравматических переживаний клиента, а на втором – уже опираться на те ресурсные переживания, которые возникают у него к моменту завершения десенсибилизации в структуре стандартной процедуры ДПДГ.

Далее мы переходим к изложению нашего подхода относительно путей усиления уже инсталлированного положительного самопредставления. Постановка такой задачи продиктована следующими соображениями.

Во-первых, в ДПДГ-психотерапии в процессе инсталляции создается специфическая связь положительного самопредставления только лишь с избранным в качестве цели травматическим явлением или событием. Так, Ф. Шапиро отмечает, что целью инсталляции является «прежде всего полная интеграция положительной самооценки с избранной в качестве цели травматической информацией» [5, с. 157].

Во-вторых, «инсталляция применяется для усиления положительного представления и создания его специфической связи с избранным в качестве цели травматическим явлением или событием» [5, с. 157]. При этом усиление положительного самопредставления в ходе инсталляции понимается всего лишь как достижение уровня самопредставления по «Шкале соответствия представлений» до семи баллов («полностью соответствует»). Образно говоря, в ослабленную в результате десенсибилизации негативную функциональную систему, связанную с комплексом травматических воспоминаний, инсталлируется новый «управитель», но без «ресурсной свиты».

Наша же идея заключается в том, чтобы *дополнительно усилить уже инсталлированное положительное самопредставление за счет целенаправленного образования, усиления и последующего связывания с ним различных типов ресурсных убеждений: «побуждающего», «удерживающего» и «конечного»*. Продолжая метафору, мы можем сказать, что к новому «управителю», который инсталлируется в десенсибилизированный комплекс травматических воспоминаний, мы присоединяем адекватную и мощную «ресурсную свиту».

4.2. Рассмотрим второе направление по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии. Механизм его усиления заключается в следующем: 1) образование и наполнение ресурсами «побуждающего убеждения», связанного с положительным самопредставлением; 2) последующее

связывание указанного «побуждающего убеждения» с уже инсталлированным положительным самопредставлением; 3) получение эффекта дальнейшего усиления положительного самопредставления.

«Побуждающее убеждение», как было отмечено выше, образуется на основе взаимосвязи позитивного ценностного представления о себе (положительно-го самопредставления) и побуждающей причины. Взаимосвязь положительного самопредставления с данным типом его причины обеспечивает постановка таких вопросов: «Что является причиной этого инсталлированного положительного самопредставления?»; «Какой опыт прошлого формирует данное инсталлированное положительное самопредставление?»

Поэтому в нашей практике для образования «побуждающего убеждения» мы не просто пытаемся обнаружить в прошлом опыте клиента хоть какие-нибудь побуждающие причины данного инсталлированного позитивного самопредставления, а стараемся целенаправленно актуализировать, реструктуризировать и усилить прошлый ресурсный опыт клиента до такой степени, чтобы он стал реально выполнять функцию «побуждающей ресурсной причины» и мы могли его связать, в конце концов, с данным позитивным самопредставлением.

Для этого, согласно Р. Дилтсу, мы используем такие логические приемы, как «комплексный эквивалент» или/и «причинно-следственные отношения» [3, с. 139]. Например, мы можем сформулировать ожидания по отношению к реструктуризации и усилению ресурсного опыта из прошлого, используя для этого логическую модель «комплексного эквивалента»: «Если вы способны любить себя на семь баллов по «Шкале соответствия представлений» (повторяем содержание и уровень уже инсталлированного положительного самопредставления), *значит* (связка комплексного эквивалента), в прошлом у вас обязательно были жизненные ситуации, отношения и поступки, в которых вы проявляли любовь к себе, а *значит* (вторая связка комплексного эквивалента), есть и эмоциональный опыт, и эмоциональная энергия переживания любви к себе (здесь, после связок, мы обозначаем ту «ткань субъективной реальности», которая должна наполнить и усилить «побуждающую ресурсную причину»). И сейчас мы отправимся в прошлое в поисках такого опыта, когда вы были способны любить себя по-настоящему».

После этого следуют движения глаз, которые выявляют и усиливают соответ-

ствующий ресурсный опыт из прошлого. Затем такой опыт закрепляется с помощью кинестетических и вербальных якорей. Когда ресурсный опыт выявлен, усилен и закорен, в следующих сериях движений глаз он легко связывается с уже инсталлированным положительным самопредставлением. Данная процедура заключается в том, что одновременно с движениями глаз активируются ресурсные якоря и актуализированный ресурсный опыт из прошлого связывается с данным положительным самопредставлением. В результате мы получаем дальнейшее усиление положительного самопредставления.

4.3. Рассмотрим третье направление по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии. Механизм его усиления заключается в следующем: 1) образование и наполнение ресурсами «удерживающего убеждения», связанного с положительным самопредставлением; 2) последующее связывание указанного «удерживающего убеждения» с уже инсталлированным положительным самопредставлением; 3) получение эффекта дальнейшего усиления положительного самопредставления.

«Удерживающее убеждение», как было отмечено выше, образуется на основе взаимосвязи позитивного ценностного представления о себе (положительного самопредставления) и удерживающей причины.

Взаимосвязь положительного самопредставления с данным типом его причины обеспечивает постановка таких вопросов: «Какие специфические формы поведения или переживания связаны в настоящее время с инсталлированным положительным самопредставлением?»; «В каких формах поведения или переживаниях в настоящее время уже проявляется инсталлированное положительное самопредставление?»

В нашей практике для образования «удерживающего убеждения» мы целенаправленно актуализируем, реструктуризируем и усиливаем текущий ресурсный опыт клиента, чтобы в дальнейшем связать его в качестве «удерживающей ресурсной причины» с данным позитивным самопредставлением.

Для этого мы также используем такие логические приемы, как «комплексный эквивалент» или/и «причинно-следственные отношения». Например, мы можем сформулировать ожидания по отношению к актуализации и реструктуризации ресурсного опыта из настоящего, используя для этого логическую модель «причинно-следствен-





ных отношений»: «Если вы способны быть надежным на семь баллов по «Шкале соответствия представлений» (повторяем содержание и уровень уже инсталлированного положительного самопредставления), то (связка причинно-следственных отношений) в настоящем времени вашей жизни у вас обязательно есть жизненные ситуации, отношения и поступки, в которых вы проявляете способность быть надежным, а *значит* (связка комплексного эквивалента), именно сейчас у вас есть и жизненный опыт, и эмоциональная энергия для проявления способности быть надежным. И прямо сейчас мы отправимся в настоящее время вашей жизни в поисках такого опыта, когда вы проявляете способность быть надежным по-настоящему».

После этого следует уже описанная выше процедура выявления, усиления и якоризации соответствующего ресурсного опыта из настоящего, и его последующее связывание с инсталлированным положительным самопредставлением. В результате мы получаем еще большее усиление положительного самопредставления.

4.4. Рассмотрим четвертое направление по усилению положительного самопредставления на этапе инсталляции в структуре стандартной процедуры ДПДГ-психотерапии. Механизм его усиления заключается в следующем: 1) образование и наполнение ресурсами «конечного убеждения», связанного с положительным самопредставлением; 2) последующее связывание указанного «конечного убеждения» с уже инсталлированным положительным самопредставлением; 3) получение эффекта еще большего усиления положительного самопредставления.

Конечное убеждение образуется на основе взаимосвязи позитивного ценностного представления о себе (положительного самопредставления) и конечной причины. Конечные причины – это «относящиеся к будущему задачи или цели, которые направляют и определяют текущее состояние системы, придают действиям значение, важность или смысл» [3, с. 146]. В данном случае речь, очевидно, идет о телеономическом типе причин. Телеономическая причина отвечает на вопрос: «Для какой цели или ради чего?» Именно конечная причина, по Аристотелю, определяет результат всякого развития и, в первую очередь, развития человека.

Взаимосвязь положительного самопредставления с данным типом его причины обеспечивает постановка таких вопросов: «К каким последствиям или результатам приведет инсталлированное положитель-

ное самопредставление?», «На достижение чего направлено данное инсталлированное положительное самопредставление?».

Фактически при образовании конечного убеждения речь идет о «ресурсировании будущего», о своеобразном «забросе» в будущее ресурсов (внутренних состояний, ожиданий, сенсорного опыта, ролевого поведения), необходимых для реализации в будущем уже инсталлированного в настоящем положительного самопредставления.

В нашей практике для образования «конечного убеждения» мы, согласно рекомендациям Ф. Шапиро, целенаправленно формируем ресурсный опыт клиента в процессе проигрывания в воображении или/и репетиции положительных примеров (образцов поведения) для использования в будущем, чтобы в дальнейшем связать его в качестве «конечной ресурсной причины» с данным позитивным самопредставлением. При этом мы разрабатываем и репетируем с клиентом два типа положительных примеров (образцов поведения) для использования в будущем: образцы поведения со значимыми людьми; образцы поведения в значимых ситуациях [5, с. 273–279].

Для образования «конечного убеждения» мы также используем такие универсальные логические приемы, как «комплексный эквивалент» или/и «причинно-следственные отношения». Например, мы формулируем ожидания по отношению к актуализации в будущем того ресурсного опыта, который клиент развил благодаря репетиции в настоящем положительных примеров (образцов поведения), используя для этого логическую модель «причинно-следственных отношений»: «Если вы можете преуспеть на семь баллов по «Шкале соответствия представлений» (повторяем содержание и уровень уже инсталлированного положительного самопредставления), то (связка причинно-следственных отношений), в будущем у вас обязательно проявятся те жизненные ситуации, отношения и поступки, в которых вы проявите способность быть преуспевающим, а *значит* (связка комплексного эквивалента), проявится жизненный опыт и эмоциональная энергия для проявления способности быть преуспевающим, которые мы предварительно уже отрепетировали с вами. И сейчас мы отправимся в будущее время и перенесем в него такой опыт, когда вы уже проявляете способность быть преуспевающим по-настоящему».

После этого следует уже описанная выше процедура усиления и якоризации



положительных примеров (образцов поведения) и их последующее связывание с инсталлированным положительным самопредставлением. В результате мы получаем еще большее усиление положительного самопредставления.

**Выводы из проведенного исследования.** Проведенное исследование позволяет сформулировать следующие выводы.

1. Усиление положительного самопредставления клиента является принципиально важным моментом для достижения положительного эффекта всей ДПДГ-психотерапии.

2. Во время каждого сеанса психотерапевту необходимо правильно идентифицировать положительное самопредставление, которое будет способствовать не только изменению восприятия прошлых событий, но и «усиливать» клиента в нынешних и возможных будущих ситуациях.

3. Можно ожидать глубокой и адекватной переработки избранного предметом воздействия травматического материала только в том случае, если он интегрирован в общую положительную схему, предполагающую позитивное ценностное восприя-

тие себя, которое охватывает прошлое, настоящее и будущее клиента.

4. Именно расширенная инсталляция позитивного самопредставления, предполагающая его связывание с ресурсными убеждениями (формальным, побуждающим, удерживающим и конечным), будет способствовать решению этой сложной задачи.

---

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание : [монография] / Р. Бернс ; пер. с англ. – М. : Прогресс, 1986. – 422 с.
2. Гиллиген С. Наследие Милтона Эриксона : [монография] / С. Гиллиген ; пер. с англ. – М. : Психотерапия, 2012. – 416 с.
3. Дилтс Р. Фокусы языка. Изменение убеждений с помощью НЛП : [монография] / Р. Дилтс ; пер. с англ. – СПб : Питер, 2009. – 320 с.
4. Чеснокова И. Проблема самосознания в психологии : [монография] / И. Чеснокова. – М. : Наука 1977. – 144 с.
5. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз : основные принципы, протоколы и процедуры : [монография] / Ф. Шапиро ; пер. с англ. А. Ригина. – М. : Независимая фирма «Класс», 1998. – 496 с.



УДК 159.91:371.264

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОСОМАТИЧНИХ СКАРГ В ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ СТИЛЯМИ ПОВЕДІНКИ

Харченко Д.М., д. психол. н., професор,  
завідувач кафедри психології

*Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького*

Чистовська Ю.Ю., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри психології

*Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького*

У статті представлено результати теоретичного аналізу впливу типів поведінкових патернів на психосоматичні розлади, результати експериментального дослідження рівня психосоматичних захворювань у людей із різними типами поведінкової активності (типів А та Б). Виявлено залежність між певними поведінковими типами та деякими психосоматичними розладами. Встановлено зворотну залежність між інтенсивністю психосоматичних скарг і вираженістю типу поведінкової активності А.

**Ключові слова:** психосоматичні розлади, типи поведінкової активності (А, Б), поведінкові патерни, Гісенівський опитувальник-анкета.

В статье представлены результаты теоретического анализа влияния типов поведенческих паттернов на психосоматические расстройства, результаты экспериментального исследования уровня психосоматических заболеваний у людей с разными типами поведенческой активности (типов А и Б). Выявлена зависимость между определенными поведенческими типами и некоторыми психосоматическими расстройствами. Установлено обратную зависимость между интенсивностью психосоматических жалоб и выраженностью типа поведенческой активности А.

**Ключевые слова:** психосоматические расстройства, типы поведенческой активности (А, Б), поведенческие паттерны, Гиссеновский опросник-анкета.

Kharchenko D.M., Chystovska Yu. Yu. FEATURES OF PSYCHOSOMATIC COMPLAINTS OF PERSONS WITH DIFFERENT BEHAVIOURS

In the article presents the results of theoretical analysis of the impact on the types of behavioral patterns of psychosomatic disorders. The results of experimental studies of psychosomatic illnesses in people with different types of behavioral activity (types A and B). A relation between certain types of behavioral and some psychosomatic disorders. Established an inverse relationship between the intensity of psychosomatic complaints and severity of behavioral activity type A.

**Key words:** psychosomatic disorders, behavioral activity types (A, B), behavioral patterns, Hissenivskyu questionnaire.

**Постановка проблеми.** Соціальні зміни, що відбуваються у країні, відображаються на всіх рівнях відносин людини, оскільки приводять до системного переформування її світогляду. Зміни цінностей і орієнтирів у індивідуальній реальності кожної людини продиктовані новими соціальними трансформаціями, відчуваються на зміні взаємовідносин за всім спектром особистісних систем: від міжстатевих і шлюбних взаємин до духовної сфери і навіть сенсу життя.

Практичні завдання науковців і фахівців у галузі охорони здоров'я потребують наукового обґрунтування і розроблення нових підходів щодо аналізу етіології і патогенезу поширених психосоматичних розладів. Емпіричні дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних науковців свідчать про те, що здоров'я населення невпинно погіршується. Причому домінантними у структурі захворюваності є так звані хвороби адап-

тації, або психосоматичні захворювання, в етіології яких важливу роль відіграють психологічні і соціально-психологічні фактори. Сучасні концепції цієї групи захворювань ґрунтуються на системних уявленнях про взаємовідносини «організм – середовище» і наполягають на розгляді всіх факторів, що детермінують розвиток хворобливого процесу.

Урбанізація суспільства, що приводить не лише до прогресу і розвитку колективної самосвідомості, але й до перевантаження чинниками, які травмують психіку більше, ніж інші фактори, сприяє підвищенню частоти психосоматичних розладів. За сучасного способу життя хронічна психоемоційна напруга стала одним із найважливіших факторів ризику патології людини. Це зумовлює необхідність психосоматичної орієнтації в медицині, яка у побудові концепцій патогенезу, лікування і профілакти-

ки захворювань повинна враховувати вплив психосоціальних і особистісних факторів.

З поглибленням знань у фізіології, психофізіології та психічної діяльності вчені намагаються більш предметно дослідити фізіологічні і психічні феномени. Проблему взаємозв'язку соматичних функцій і психічних процесів намагались досліджувати як фізіологи, так і психологи.

Предметна область дослідження взаємозв'язків фізіологічних і психічних проблем і знань про них маргінальна, оскільки перебуває на межі цих дисциплін та методів, які в них застосовуються.

Проблема природи психіки, свідомості і їх зв'язку з діяльністю мозку така ж стара, як і свідомість людини. З давніх часів і до сьогодні були і залишаються різні погляди, концепції та теорії на їх сутність та співвідношення.

В античні часи характерним було те, що людська сутність розглядалась як сукупність двох протилежних самостійних складників – матеріального і духовного. Але їх співвідношення трактувалось по-різному.

Такі погляди повторювалися і повторюються в роботах багатьох учених, щоправда абсолютний дух вони називають по-різному.

Прихильники концепції психофізичного монізму пропонують вирішувати психофізіологічну проблему не у словесних баталіях, а на експериментальній основі, вважаючи себе послідовними матеріалістами і єдиними об'єктивними дослідниками. Для прихильників цієї концепції характерним є прямолінійність, часом механічність. Іноді цими дослідниками нехтується діалектика відношення об'єктів і процесів, ігноруються стрибкоподібні переходи кількості в якість. Ціле ділиться на складові елементи, що вивчаються окремо як самостійні, а ціле розуміється як результат їх суми; вищі форми руху й організації зводяться до арифметичної суми нижчих. Прихильники цієї концепції вважають, що функціонування психіки людини повністю підлягає біологічним закономірностям, властивим усьому живому.

Боротьба матеріалістичних та ідеалістичних поглядів стосовно співвідношення душі і тіла триває тисячоліття і буде тривати доти, поки ми не зможемо достеменно вивчити, з одного боку, закономірності функціонування окремих систем організму, а з іншого – закономірності сукупної взаємодії фізіологічних, психологічних та соціальних процесів.

З позиції психофізичного паралелізму мозок визнається матеріальним субстратом психіки, а вона – як похідна від його функ-

ціонування. Згідно із цією концепцією фізіологічні і психологічні явища функціонують на двох паралельних недотичних рівнях.

Принциповим недоліком такого підходу є пряме співставлення психічного і фізіологічного, що з погляду психології є непродуктивним і незмінно призводить до вивчення психологічних і фізіологічних процесів як тотожних, що протікають паралельно, (при цьому психіка стає епіфеноменом) або взаємодіючих (при цьому припускається дія нематеріальної психіки на матерію мозку).

Такі варіанти вирішення психофізіологічної проблеми існують вже століттями, змінюються лише терміни в рамках тих самих альтернатив.

Намагаючись уникнути цієї методологічної проблеми, В.М. Бехтерев стверджував, що суб'єктивне й об'єктивне є характеристиками єдиного процесу – нейропсихічного.

На думку сучасних учених, на сьогодні основною перешкодою на шляху синтезу психологічних і фізіологічних знань є емерджентність психічного, тобто поява на рівні психічного таких специфічних якостей, яких немає на рівні фізіологічного.

Системне вирішення психофізіологічної проблеми перетворює емерджентність, яка розділяла психологію і нейронауку, у «концептуальний місток», що об'єднує ці дисципліни і формує новий напрям досліджень – системну психофізіологію. Як «концептуальний місток», який поєднає психологію і нейронауку в системній психофізіології, використовується теорія функціональних систем, зокрема розвинута в її рамках уявлення про якісну специфічність емерджентності системних процесів, що організують для досягнення результатів поведінки часткові, локальні фізіологічні процеси.

З таких позицій, замінивши рефлексорні механізми поведінки на системний, можна прийняти положення про існування специфічних механізмів, що пов'язують психологію і нейронауку та відносяться до поведінкового рівня організації життєдіяльності.

Прихильники концепції психофізіологічної взаємодії не відокремлюють психологічне від фізіологічного, але і не зводять одне до іншого. Вони стверджують, що фізіологічні процеси і закономірності проявляються у психіці не механічно, не прямолінійно, не однозначно, а у відображеному вигляді. Прихильники цієї концепції, опираючись на результати електроенцефалографічних досліджень, під час вивчення процесів мислення і свідомості помітили, що мозок активізує свою роботу не локально, а когерентно із просторовою синхронізаці-



єю ритмів. Помічена узгоджена робота сенсорних і нейронних мереж. Завдяки цьому був сформульований принцип специфічних нервових процесів, тобто таких, що несуть у собі інформацію в закодованому вигляді, яка відповідає якісному і кількісному та є результатом зовнішніх і внутрішніх подразнень. Це фізіологічне моделювання відображення реальності залучає і психічні функції. Кодування інформації проходить з урахуванням: специфічності рецепторів, спеціальної чутливості рецепторних клітин, частотного коду, нейронних ансамблів, часових патернів та особливостей векторного кодування сигналів.

Прихильники цієї концепції вважають, що феномен специфічних нервових процесів наближує нас до розуміння взаємозв'язків явищ психіки з певними фізіологічними детермінантами.

Детальне розуміння взаємозв'язку між емоційним життям і соматичними процесами суттєво розширює розуміння людської сутності.

Незважаючи на наявну проблему у вивченні взаємодії психіки і тіла, на сьогодні ні в кого не викликає сумніву, що порушення гармонії між психічними і соматичними процесами призводить до розладів тієї чи іншої сфери людського організму: або соматопсихічної, або психосоматичної.

Погіршення умов навколишнього середовища і стрімке підвищення шкідливих психологічних чинників призвело до збільшення розповсюдження нервово-психічних розладів і тих соматичних захворювань, у механізмі виникнення яких велику роль відіграють емоційні фактори, тобто психосоматичних захворювань.

Людина і її взаємодія з навколишнім середовищем – одна з основних теоретичних проблем, у якій тісно переплетені аспекти

еволюції суспільства й індивіда та охорони психічного і фізичного здоров'я людини. Це питання стає особливо актуальним у зв'язку зі збільшенням питомої ваги психосоматичних розладів, походження яких пов'язують зі зростанням психічних, передусім емоційних, перевантажень, характерних для сучасної цивілізації.

За даними експертів Всесвітньої організації охорони здоров'я, майже 50% стаціонарних лікарняних ліжок займають пацієнти із психосоматичною патологією. За результатами досліджень вітчизняних науковців, майже у 70% соматично хворих спостерігаються психічні порушення різного регістру і ступеня тяжкості [4].

Психосоматичні захворювання також поширюються серед дітей та підлітків. Серед дітей, які звертаються за допомогою в поліклініку, 40–68% страждають саме психосоматичними розладами [3].

Етіологія і патогенез психосоматичних розладів досі з'ясовані не остаточно. Результати багаторічних досліджень як зарубіжних, так і вітчизняних вчених дають підстави вважати, що у виникненні психосоматичних захворювань значну роль відіграють соціальні, біологічні та психологічні фактори.

На думку науковців, які присвятили багато років цій проблемі, патогенез психосоматичних розладів надзвичайно складний і визначається передусім:

- неспецифічною спадковою і вродженою обтяженістю соматичними порушеннями і дефектами;
- спадковою схильністю до психосоматичних розладів;
- нейродинамічними порушеннями;
- психічним і фізичним станом людини під час дії психотравмального фактора;
- фоном несприятливих сімейних факторів;

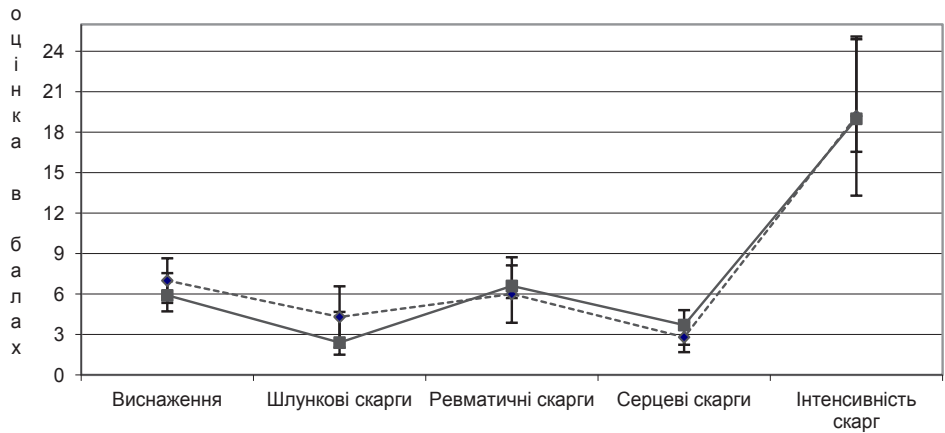


Рис. 1. Оцінки шкал фізичних недомогань у людей з різними ТПА



– особистісними особливостями [3].

Зарубіжними вченими проводились багаторічні дослідження, за результатами яких вони дійшли висновку, що певний комплекс рис особистості сприяє підвищеному ризику психосоматичних захворювань. Цей комплекс рис особистості було названо поведінковим патерном типу А [6]. Учені визначили, що в патерн поведінки особистості типу А входять такі головні риси, як: честолюбність, прагнення до конкуренції, ворожість, постійне відчуття дефіциту часу, надмірна втома, пресинг повсякденних турбот, нетерпимість. Автори вважали, що ці компоненти поведінкового патерна тісно взаємопов'язані і в сукупності впливають на виникнення серцево-судинних захворювань (зокрема ішемічної хвороби серця). Але пізніше інші науковці з'ясували, що є немало людей, які мають деякі риси типу А, але не мають інших рис із цього патерна [5]. Цей факт суттєво ускладнює категоризацію таких людей, що створює проблеми застосування указаної схеми. Крім того, використавши метаналіз даних багатьох робіт у цьому напрямі, англійські вчені вказують на відсутність корелятивів між наявністю серцевих захворювань і приналежністю до типу А.

Оскільки серед учених існують протиріччя стосовно зв'язку поведінкового патерна типу А із серцево-судинними захворюваннями, було вирішено перевірити наявність цих зв'язків на студентах різних факультетів.

*Методика та організація дослідження.* Психосоматична зумовленість фізичних недомогань досліджувалась за допомогою Гісенівського опитувальника-анкети, який призначений для виявлення суб'єктивної картини фізичних страждань хворих [2]. Опитувальник складається з переліку 57 скарг, які можна віднести до таких сфер, як загальне самопочуття, вегетативні розлади, порушення функцій внутрішніх органів. Ступінь їх інтенсивності оцінюється за 5-бальною шкалою. Окрім скарг, виявляються їх зумовленість психічними або фізичними факторами з погляду пацієнта. Автори методики за допомогою факторного аналізу виокремили чотири основних і одну додаткову шкали:

Шкала 1. «Виснаження» (В) – характеризує неспецифічний фактор виснаження, що вказує на загальну втрату життєвої енергії, потребу в допомозі.

Шкала 2. «Шлункові скарги» (Ш) – відображає синдром нервових (психосоматичних) шлункових недомогань.

Шкала 3. «Ревматичний характер» (Р) – відображає суб'єктивні страждання пацієн-

та, що мають алергічний або спастичний характер.

Шкала 4. «Серцеві скарги» (С) – вказує на те, що пацієнт локалізує свої недомогання здебільшого в серцево-судинній сфері.

Шкала 5. «Інтенсивність скарг» або «Тиск» (Т) – характеризує загальну інтенсивність скарг.

Усі шкали опитувальника мають розподіл близький до нормального.

Для вивчення поведінкового патерна застосовувалась методика «Тип поведінкової активності» (далі – ТПА).

Опитувальник складається із 61 питання із 2–5 стандартними варіантами відповідей на них. Підрахунки балів здійснюються за допомогою ключа. Якщо в результаті підрахунків досліджуваній набирає 167 балів і менше, у нього яскраво виражений тип поведінкової активності А. Коли досліджувані набирають 627 балів і більше, вони діагностуються з високою вірогідністю як поведінковий тип особистісної активності Б. Існує і три проміжних (перехідних) типи активності – А1, АБ та Б1, які набрали відповідну кількість балів.

Дослідження проводились на студентах університету різних факультетів і курсів загальною кількістю 77 осіб. Результати заносились у спеціально розроблену для таких цілей психосоматичну картку.

Обрахунки результатів комплексного психосоматичного дослідження проводилися за допомогою комп'ютерних програм Microsoft Excel для Windows-98 та Statistica v.5.0.

*Результати дослідження та їх обговорення.* За результатами оброблення даних згідно з методикою ТПА досліджувані були розподілені на чотири групи. До першої групи були віднесені особи, які набрали 335 і менше балів, до четвертої групи були віднесені студенти, які за результатами обрахунків набрали понад 500 балів. Інші дві групи для нас представляли менший інтерес, оскільки було вирішено простежити відмінності в зумовленості фізичних недомогань на двох вибірках із крайніми проявами типів поведінкової активності.

Аналіз даних дає підстави стверджувати, що у студентів із поведінковим типом активності А за деякими основними шкалами фізичних недомогань сумарні оцінки були дещо вищі.

Як видно з Рис. 1, середня величина за шкалою 1 «Виснаження» досліджуваних із поведінковим патерном за типом А має найвищу оцінку 7 і 5,9 бала відповідно. З рис. 1 видно, що за шкалою «Шлункові скарги» також існують відмінності: у людей із поведінковим патерном А середня гру-



пова оцінка становить 4,3, а у типу Б – 2,3. Під час перевірки вірогідності розходжень середніх величин Т-критерієм Стьюдента оцінок шкал фізичних недомагань в осіб із різними типами поведінкової активності не було виявлено достовірних відмінностей ( $P > 0,05$ ).

За всіма іншими шкалами, зокрема за шкалою «Серцеві скарги», відмінностей взагалі не помічено.

Було проведено дослідження типу поведінкової активності в осіб, які не мали взагалі «Серцевих скарг», тобто за шкалою «Серцеві скарги» не набрали жодного бала, і тих іспитованих, які за цією шкалою набрали найбільшу кількість балів. Аналіз даних дає підстави стверджувати, що достовірних відмінностей за типами поведінкової активності у людей із різною інтенсивністю «Серцевих скарг» не існує.

**Висновки із проведеного дослідження.** На підставі отриманих результатів можна стверджувати, що люди з різними типами поведінкової активності не мають

достовірних відмінностей у психосоматичній зумовленості фізичних недомагань.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Брызгунов И.П. Между здоровьем и болезнью / И.П. Брызгунов. – М., 1995. – 224 с.
2. Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. – СПб. : Питер, 2001. – 528 с.
3. Исаев Д.Н. Психосоматические расстройства у детей: руководство для врачей / Д.Н. Исаев. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
4. Психиатрия / О.К. Напреенко, И.Й. Влох, О.З. Голубков ; за ред. проф. О.К. Напреенка. – К. : Здоров'я, 2001. – 584 с.
5. Matthews K.A. Coronary heart disease and Type A behaviors: Update on and alternative to the Booth-Kewley and Friedman: quantitative review / K.A. Matthews // Psychological Bulletin. – 1988. – P. 80–103.
6. Rosenvan R.N. Coronary heart disease in the Western Colaborative Group Study: Final follov-up experiense of 8 ½ years / R.N. Rosenvan, R.J. Brand, C.D. Jenkins, M. Friedman, R. Straus // Journal of the American Medical Association. – 1975. – P. 77–120.

## СЕКЦІЯ 8. СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.907(075.8)

**ПСИХОЛОГІЧНЕ ПІДҐРУНТЯ ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНО СВІДОМОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ У СОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

Романець З.О., к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри теоретичної та практичної психології  
Національний університет «Львівська політехніка»

У статті розглянуто психологічне підґрунтя формування екологічного ставлення людини до середовища, зокрема до соціального, формування соціально-екологічної свідомості. Розкрито можливі шляхи та засоби набуття людьми соціальних умінь та навичок самоуправління своїми станами, поведінкою, стосунками у життєвих ситуаціях загалом у контексті встановлення гнучких психологічних меж між людиною та соціальним оточенням як умова реалізації екологічної поведінки у соціальному середовищі.

**Ключові слова:** соціальні вміння, соціально-екологічна свідомість, самоуправління, психологічні межі особистості, соціальна екологія.

В статье рассмотрена проблема экологического отношения человека к среде, в частности, к социальной, проблема формирования социально-экологического сознания. Рассмотрены возможные пути и средства приобретения людьми социальных умений и навыков самоуправления своими состояниями, поведением, отношениями в жизненных ситуациях в целом в контексте установления гибких психологических границ между человеком и социальным окружением как условие реализации экологического поведения в социальной среде.

**Ключевые слова:** социальные умения, социально-экологическое сознание, самоуправление, психологические границы личности, социальная экология.

**Romanets Z.O. BACKGROUND OF FORMING PSYCHOLOGICAL ENVIRONMENTALLY CONSCIOUS INDIVIDUAL BEHAVIOR IN THE SOCIAL ENVIRONMENT**

The dwells upon the problem of human's relation to social environment. The dwells upon the education and training of human social skills; it's crucial to develop the skills of self management of emotional states, behavior, relations and social situations over all. Ecological self-relation (self-treating), ecological relationships and social context are created. The core of ecological attitude is formation of flexible, adequate psychological borders between human being and environment.

**Key words:** social skills, social and environmental awareness, self-management, psychological boundaries of personality, social ecology.

**Постановка проблеми.** Проблема захисту природного довкілля усвідомлюється і розробляється фахівцями різних галузей протягом тривалого часу, однак щодо проблематики захисту соціального середовища, тобто людського суспільства, то, окрім граничних завдань збереження людства як такого, надто актуальним є завдання гармонізації людського суспільства, яке для кожного окремо взятого індивіда являє собою соціальне довкілля, у якому продукується, накопичується і реалізується досить значний потенціал агресії його членів стосовно один одного. Люди нерідко виявляють поведінку, що не є гуманною й бережною щодо інших, а також не є сприятливою розкриттю їх творчих потенціалів, внаслідок чого знижується ефективність спільної діяльності людей, наростає емоційна напруженість, що призводить до порушень фізичного і психічного здоров'я, втрачається

задоволеність від життя взагалі, а відтак погіршується соціальна екологія, що запускає нове порочне коло негативних соціально-психологічних взаємодій і взаємовпливів. Щодо самого поняття «екологія», то воно походить від грецького «oikos» – довкілля, а прикметник «екологічний» стосовно поведінки, стосунку, вчинку створює підтекст розуміння останніх як гармонійних, гуманних, конструктивних, без руйнівних негативних наслідків для довкілля загалом і соціального зокрема.

Видається важливим розглянути психологічне підґрунтя формування екологічно свідомої поведінки особистості, що є проявом розвинутої соціально-екологічної свідомості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Протягом останніх 20–30-ти років розробляється проблематика розвитку екологічної свідомості (В.О. Скребець,



В.Г. Абрамова, Ю.А. Александровський, Г.М. Андреева, В.С. Агеев, А.М. Львовичкіна, О.І. Салтовський та ін.), у межах якої досліджують механізми і закономірності екологічно доцільної поведінки, а також думки, переживання, відображені у їх свідомості і підсвідомості щодо довкілля [4, с. 6–7]. Власне ж довкілля або середовище розглядається у єдності природного, антропогенного та соціального аспектів. Залишається невиявленою і нерозкритою проблема соціальної екології, розвитку екологічної свідомості людей щодо соціального середовища, стосунків між людьми, оскільки із соціальних взаємодій різного рівня – від сімейно-побутових до міждержавних – народжуються усі інші процеси і явища: соціально-економічні, соціально-політичні, матеріальні тощо.

**Постановка завдання.** Метою статті є виявлення психологічного підґрунтя формування екологічно свідомої поведінки особистості в соціальному середовищі.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Психіка описується за допомогою різних моделей видатних авторів, починаючи від В. Вундта, З. Фрейда, К.Г. Юнга, С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтьєва і закінчуючи сучасними, наприклад, такими як трансперсональна психологія С. Грофа, психоенергетична концепція М.Й. Варія [1, с. 225], що корелює із сучасними квантово-фізичними трактуваннями природи психіки. Зрештою, психічні явища і феномени тлумачаться на основі власного досвіду, власних логічних побудов, інтуїтивних осяянь, суб'єктивних оцінок тощо.

Психічне життя людини визначається внутрішнім світом, який є суб'єктивним відображенням зовнішнього. Внутрішні суб'єктивні світи людей стосовно одного можна уявити як «паралельні» світи, оскільки кожна людина є «центром» Всесвіту, що розгортається довкола неї, і разом із тим у кожній людині є переконання і досвід того, що життя відбувається в одному спільному для всіх людей світі.

Парадоксальність буття полягає в необхідності поєднання об'єктивних і суб'єктивних реальностей, поєднання зовнішнього психічного і внутрішнього психічного [1, с. 3], що приводить до необхідності усвідомлення усіх складностей соціально-психологічних взаємодій, процесів, утворень, які відбуваються у людському суспільстві у групових та індивідуальних взаємодіях. Усі реальні соціально-психологічні явища, взаємодії, що відбуваються у часі і просторі на фізичному рівні, можуть бути відображені на рівні образних моделей і схем, що вичерпують сутнісні ознаки соціально-пси-

хологічних взаємодій і можуть бути окреслені у поняттях інформаційно-енергетичних обмінів за змістом, а за формою – як напад-захист для відстоювання власних територій, меж, у яких психологічні границі займають значне місце.

Звичайно, існує практика добровільного відкривання меж, їх «розмивання», то в такому разі можна говорити про злиття світів, їх взаємне проникнення, наприклад, у любові, дружбі, спільній злагодженій діяльності-партнерстві тощо.

Соціально-екологічна свідомість людини з необхідністю відображає особливості стосунків між людьми у суспільстві, що регулюються правовими і моральними нормами. Самі норми можна було би представити як свого роду правила безпеки, що запобігають тим випадкам, коли енергія потреб і бажань однієї людини може знищити інтереси, потреби і навіть життя іншої людини чи групи людей. Крім того, необхідно зазначити, що самі норми напружувались у досвіді, який підтверджував їх доцільність, оскільки, наприклад, взаємодопомога забезпечувала загальне виживання, а агресія призводила до взаємного знищення. У досвіді сформувалися цінності співпраці, взаємодопомоги, взаємного сприяння. Інакше кажучи, у людства давно виникло розуміння, що разом вижити легше, що у взаємодопомозі і співпраці можна досягнути більшого, що рятуючи іншого, можна розраховувати на власний порятунок.

Важливо зазначити, що в людства закріпився і протилежний досвід – досвід агресії, який забезпечував успіх, пов'язаний із протиборством, знищенням ворогів і конкурентів або принаймні з їх блокуванням та використанням їхніх енергетичних і матеріальних ресурсів. На жаль, енергія людської психіки у сучасному суспільстві переважно використовується з агресивно-захисною, руйнівною метою щодо різномірних середовищ: природного, антропогенного, соціального, тому вчені різних галузей людської практики піднімають питання захисту довкілля.

Наведені вище міркування виглядають доцільними з позиції з'ясування певних загальнолюдських соціально-психологічних підґрунть або витоків виникнення і розвитку нормативних і девіантних форм поведінки. У наукових працях з екологічної психології йдеться про екологічні чи неекологічні, конструктивні або руйнівні форми поведінки стосовно інших людей, що формально можуть розглядатися як інформаційно-енергетичні обміни для захисту своїх меж і забезпечення виживання.



Життя у суспільстві влаштоване так, що кожна людина повинна відстоювати й обєригати свої межі навіть у стосунках із близькими людьми, оскільки будь-які соціально-психологічні взаємодії передбачають взаємний вплив, зокрема у таких близьких і безпосередніх стосунках, як, наприклад, стосунки матері й дитини [2, с. 218]. Виникають колізії впливу, тиску, підкори, примусу, а відтак певні емоційно-енергетичні накопичення: агресія, образа, почуття провини тощо, що також вимагає розрядки, реагування, прояву агресивно-захисних реакцій. У такому розумінні девіантні форми поведінки не є чимось несподіваним, чужорідним, оскільки останні латентно присутні у досвіді кожної людини, у її генетичній пам'яті, колективному несвідомому і в тій частині свідомості, що відображає соціально-середовище і характер соціально-психологічних контактів і взаємозв'язків.

Девіантні форми поведінки у принципі можуть бути готові до актуалізації за певних загрозливих, небезпечних для певної особистості умов. Важливо усвідомлювати можливість такого роду реалій, власні механізми захисту, що закріпилися в характері як способи адаптації і дезадаптації, якщо застосовуються стереотипно, негнучко, жорстко, деструктивно щодо стосунків, умов і ситуацій.

Характер особистості є її змістовою і стильовою характеристикою, що відображає специфіку соціально-психологічних взаємодій та способів адаптації в суспільстві. За сучасними психоаналітичними підходами [3, с. 30], тип характеру ґрунтується на провідному типіві механізмі психологічного захисту, що, по суті, і визначає способи побудови і відстоювання психологічних меж особистості, які, зокрема, можуть будуватись і відстоюватись більш або менш екологічно.

Дослідження відомих психологів містять інформацію про індивідуально-особистісні стратегії адаптивної поведінки у суспільстві і формування стосунків із середовищем. Так, наприклад, Х. Томе розробляє «техніки буття», серед яких розрізняє дві категорії технік: ті, що реалізують загальну психологічну систему пристосування, і ті, що є ситуативними специфічними реакціями. Вони взаємодіють і утворюють певний «репертуар» конкретних технік, когнітивних репрезентацій, домінантних форм поведінки. Х. Томе виділяє чотири типи стратегії поведінки особистості у соціумі: 1) особистість орієнтується на досягнення, на зміну навколишнього світу; 2) особистість приймає своє становище таким, яким воно є, орієнтується на внутрішні зміни; 3) особи-

стість кориться долі, діяльнісний бік виражений слабо; 4) особистість почуває гіркоту і розчарування, опирається всьому, не зацікавлена у майбутньому [4, с. 71].

За К.О. Абульхановою-Славською, варіанти можливих типів особистості залежно від їх стратегії поведінки в умовах соціальних перетворень можуть бути такими: 1) тип людини, що уявляє себе такою, від якої в суспільстві нічого не залежить, уявляє себе об'єктом, а суспільство розглядає як суб'єкт управління і навіть сваволі стосовно громадян, позиція таких людей пасивна; 2) тип людей, що і себе, і суспільство розглядають як об'єкти, через що їх життєва позиція є пасивною, дезадаптивною, оскільки вони втрачають здатність до осмислення ситуації і життя загалом; 3) сама особистість є суб'єктом, а суспільство – об'єктом взаємодії; суспільство стає для них об'єктом використання, позиція адаптивна, активна; 4) тип людей, у свідомості яких і суспільство, і «я-уявлення» є суб'єктами суперечливої взаємодії, оскільки «логіка» суспільства і логіка особистості, як правило, не збігається, однак їх життєва позиція дозволяє успішно адаптуватися і виконувати конструктивну роль у суспільстві [4, с. 72].

Сучасний рівень знань, наукових гіпотез, інтуїтивних здогадок щодо природи психіки приводить до думки про існування інформаційного міжособистісного психічного простору, якому можна приписати подальшу керівну функцію в регуляції різних процесів, починаючи від індивідуально-психологічних, соціально-психологічних, політичних тощо і закінчуючи навіть планетарними, такими як землетруси, повені, цунамі та ін. У будь-якому разі люди починають усвідомлювати свій вплив на довкілля, тобто вплив своїх думок, емоцій, переживань на інших людей, соціально-психологічний настрій певної соціальної групи, атмосферу загалом.

Кожна людина є по суті об'єктом і суб'єктом впливу на довкілля, що вимагає розуміння, відповідальності й усвідомленої активності в напрямі власного духовного розвитку, причому останній повинен окреслюватись у конкретних детермінантах, таких як мета, зміст, методи, способи, технології тощо, і бути нерозривно пов'язаним із розвитком соціально-екологічної свідомості з усвідомленням відповідальності за стан соціальної екології.

Розвиток соціально-екологічної свідомості людей може забезпечуватись певними соціально-педагогічними та соціально-психологічними заходами різного масштабу, напрацюванням цілісної системи соціально-психологічного, соціально-екологічного



навчання. Так, наприклад, на сьогодні проблемами формування і застосування соціально-психологічних знань, вмінь та навичок займається молода наука «Соціальна педагогіка», зміст якої доцільно розглянути більш конкретно.

Розвиток української держави як правової і соціальної нерозривно пов'язаний із розвитком мережі соціальних служб різного спрямування і призначення. Виникають нові для нашої держави професії: соціальний працівник, соціальний педагог зі своїм функціональним наповненням. Виникає новий предмет – соціальна педагогіка – із предметною галуззю, спрямованою на формування та засвоєння різних соціальних умінь у певних соціальних групах, таких, що потребують корекції у процесі соціалізації і ресоціалізації або, простіше кажучи, повинні адаптуватися до життя у суспільстві. Це, наприклад, групи неповносправних із різним рівнем фізичних і психічних порушень, групи дезадаптованих внаслідок залежності від алкоголю, наркотиків, групи осіб із девіантною поведінкою і тих, хто повернувся з місць позбавлення волі, і т. ін. Для них виникає необхідність у навчанні тих умінь і навичок, що забезпечують адекватні форми поведінки у суспільстві і більш-менш ефективне функціонування в ньому.

Важливо зазначити, що завдання соціальної педагогіки можуть розглядатися дещо ширше і виходити за межі соціально-педагогічного обслуговування лише певних соціальних груп. Для пояснення висловленої думки необхідно навести такі аргументи.

Розвиток, як відомо, має свої еволюційні і революційні періоди, пов'язані з кількісними і якісними змінами у структурних елементах різних систем того цілого, що розвивається і змінюється. Сьогодні містить багато ознак переходу людського суспільства в нову епоху, хоч і не пов'язану безпосередньо зі значними катаклізмами. До таких ознак можна зарахувати:

- створення єдиного інформаційного простору через телебачення, інші засоби масової інформації, повсюдну комп'ютеризацію, Інтернет, у недалекому майбутньому доступний практично для всіх людей земної кулі. Це психологічно зближує людей на Землі, створює почуття причетності до подій у різних її точках, розкриває нові можливості для зв'язків та міжлюдських стосунків і розв'язання актуальних завдань розвитку людського суспільства загалом;

- чітко окреслилося протистояння між різними системами державного, економічного, політичного і релігійного устрою;

- надто поширились загрозові фактори для життя людей та їх майбутнього: алкоголізм, наркоманія, СНІД;

- людство вийшло у космос, проникло у таємниці зародження нового життя (клонування), приборкало енергію атома;

- загалом виникла загроза екологічної катастрофи через вичерпність енергетичних ресурсів і перспективу самознищення;

- перед людством постає завдання вибору подальшого шляху розвитку, що нерозривно пов'язане з розвитком екологічної свідомості;

- на теренах нашої держави зник соціалістичний устрій суспільства, відбувається перехід до нових суспільних відносин і нової ідеології розбудови держави;

Українська держава і українське суспільство переживає епоху власної трансформації в контексті перетворення світового суспільства. Ці процеси взаємно пов'язані, внаслідок чого психологічні проблеми епохи трансформації мають як вузько національний характер, так і глобальний, загальнолюдський. Дві сторони указанного процесу об'єднуються психологічною проблемою розвитку екологічної свідомості людей, зміст якої полягає в цілеспрямованому формуванні нових стосунків людини із середовищем. При цьому важливо враховувати гетерогенність середовища людського існування, а саме його природну, штучну і соціальну компоненти. Врахування особливостей стосунків із кожним із них лягає в основу побудови педагогічного процесу, спрямованого на розвиток адекватної екологічної свідомості. Власне, такого роду завдання може розглядатися як найважливіше для системи освіти на її різних рівнях. Воно створює основний напрям, головну мету, що сприяє структурванню всієї системи навчально-виховного процесу соціально-педагогічного змісту.

Повертаючись до проблем і завдань системного розвитку соціально-екологічної свідомості людей та завдань соціальної педагогіки як важливого методологічного і методичного засобу для реалізації вказаної мети, можна сказати, що ці завдання охоплюють сферу стосунків людини і середовища у найширшому контексті і в рамках предмета передбачають наповнення його конкретним змістом через розроблення навчальних програм із деталізацією форм і методів навчання задля набуття відповідних соціально-психологічних знань, умінь та навичок.

По суті, йдеться про нове розуміння людиною своєї ролі, призначення і сутності на основі здобутків сучасної психологічної науки, різних напрямів практичної психоло-

гії із притаманними їй методами, техніками і психотехнологіями. Вважаємо слушною думку, що настає доба навчання широкого загалу людей розумінню себе як інформаційного джерела, що транслює себе у довкілля, сприяючи прояву творчих конструктивних засад у навколишніх людях і у себе самого чи пробуджуючи деструктивні руйнівні агресивні сили в інших і в собі. Такі висновки можна робити на основі останніх даних психологічної науки, зокрема психофізики, що дають науково обґрунтовані пояснення природи психіки як польової структури з надзвичайно високим інформаційним наповненням і можливостями взаємовпливу не тільки на вербальному, усвідомленому рівні, але й на рівні підсвідомому, коли певні психічні стани однієї людини «запускають» власні програми відповідних станів у іншої.

**Висновки із проведеного дослідження.** Психологічне підґрунтя формування екологічно свідомої поведінки особистості в соціальному середовищі може розглядатись як сукупність соціально-психологічних знань, умінь та навичок, яким необхідно навчати людей для розвитку соціально-екологічної свідомості як головної засади екологічної поведінки особистості у сучасному суспільстві.

Конкретизація змісту соціально-психологічних знань, умінь та навичок, що відповідають належному рівню розвитку соціально-екологічної свідомості, складається у такий перелік здатностей до:

– саморегуляції психічного стану – від релаксаційних до станів активності і творчості;

– розширення свідомості через вміння вбачати, розпізнавати психологічні аспекти проблем ефективності діяльності і взаємодії з людьми;

– усвідомлення і побудови власних психологічних меж, не порушуючи останніх інших людей, для чого потрібна здатність будувати гнучкі психологічні межі;

– набуття емоційної культури, можливостей конструктивно «опрацьовувати» емоції і почуття;

– усвідомлення власної залежності від усіх компонентів середовища одночасно з

усвідомленням здатності творити, розбудовувати конструктивні зв'язки із середовищем, водночас маючи змогу уникати і протистояти деструктивним факторам;

– вибудовування власного життєвого шляху як самореалізації потенціалів своєї особистості, тобто володіти психологією життєтворчості.

Окреслені завдання конкретизують психологічні засади, сфери і напрями, формування екологічно свідомої поведінки особистості в соціальному середовищі, змістові аспекти розвитку екологічної та соціально-екологічної свідомості, що нерозривно пов'язано із загальнолюдською свідомістю, спрямованою на збереження довкілля у найширшому розумінні і виживання людства загалом, підвищення якості людського життя у духовно-психологічному аспекті. Розвиток соціально-екологічної свідомості на сучасному етапі повинен відбуватися в контексті розкриття резервів людської психіки, її творчих, інтелектуальних, духовних можливостей тощо.

Перспективами подальшого дослідження є розроблення загальнопсихологічних, соціально-психологічних, соціально-педагогічних програм для різних рівнів інститутів соціалізації: сім'ї, дитячих дошкільних установ, шкіл, вищих навчальних закладів, засобів масової інформації тощо, які би забезпечили формування екологічної та соціально-екологічної свідомості людей з усіма її складниками, що відображають характер зв'язків людини з довкіллям – природним, антропогенним, соціальним.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Варій М.Й. Загальна психологія / М.В. Варій. – Л. : Край, 2005. – 748 с.
2. Варій М.Й. Психологія / М.В. Варій. – К. : Центр учбової літератури, 2007. – 288 с.
3. Мак-Вільямс Н. Психоаналитическая диагностика / Н. Мак-Вільямс. – пер. с англ. – М. : Класс, 1998. – 438 с.
4. Скребець В.А. Экологическая психология / В.А. Скребець. – К. : МАУП, 1998. – 142 с.
5. Скребець В.А. Екологічна психологія у віддалених наслідках екогенної катастрофи / В.А. Скребець. – К. : Слово, 2004. – 440 с.

Наукове видання

**НАУКОВИЙ ВІСНИК  
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Збірник наукових праць

**Серія ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ**

**Випуск 2  
Том 2**

Коректура • *Н.С. Ігнатова*

Комп'ютерна верстка • *Н.С. Кузнєцова*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.  
Папір офсет. Цифровий друк. Ум.-друк. арк. 23,25. Замов. № 955. Наклад 200 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»  
73034, м. Херсон, вул. Паровозна, 46-а, офіс 105.  
Телефон +38 (0552) 39-95-80  
E-mail: mailbox@helvetica.com.ua  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 4392 від 20.08.2012 р.