

ISSN 2312-3206 (PRINT)
ISSN 2663-2764 (ONLINE)
DOI 10.32999/KSU2312-3206

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**НАУКОВИЙ ВІСНИК
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ**



**SCIENTIFIC BULLETIN
OF KHERSON STATE UNIVERSITY**

SERIES «PSYCHOLOGICAL SCIENCES»

Серія:
ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ
Випуск 3

Херсон-2020

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Головний редактор:

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

Заступник головного редактора:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор, професор кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та соціології Херсонського державного університету (Україна)

Відповідальний секретар:

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

Члени редакційної колегії:

Баранаскіне Інгріда – професор кафедри соціальної роботи Клаїпедського університету (Литва);

Бистрова Юлія Олександрівна – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психокорекційної педагогіки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (Україна);

Бочелюк Віталій Йосипович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Національного університету «Запорізька політехніка» (Україна);

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 (Україна);

Галян Ігор Михайлович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (Україна);

Жидко Максим Євгенович – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології Національного аерокосмічного університету імені М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» (Україна);

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

Засєкіна Лариса Володимирівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри педагогіки і психології Національного університету «Острозька академія» (Україна);

Карпінський Констянтин Вікторович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри експериментальної та прикладної психології Гродненського державного університету імені Янки Купали (Республіка Білорусь);

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

Ковальчук Зоряна Ярославівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Львівського державного університету внутрішніх справ (Україна);

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

Кузнєцов Олексій Ігорович – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди (Україна);

Оран Марина Олегівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Тернопільського національного університету імені Володимира Гнатюка (Україна);

Плохих Віктор Володимирович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології розвитку і соціальних комунікацій Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (Україна);

Плющ Олександр Миколайович – доктор психологічних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник лабораторії методології психосоціальних та політико-психологічних досліджень Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України (Україна);

Попович Ігор Степанович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та соціальної психології Херсонського державного університету (Україна);

Сердюк Людмила Захарівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії психології особистості імені П. Р. Чамати Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України (Україна);

Цибуляк Наталія Юрівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри прикладної психології та логопедії Бердянського державного педагогічного університету (Україна);

Шебанова Віталія Ігорівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології Херсонського державного університету (Україна);

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

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 (категорія Б) на підставі Наказу МОН України від 17 березня 2020 року № 409 (додаток № 1)

Збірник наукових праць включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)

**Затверджено відповідно до рішення вченої ради
Херсонського державного університету
(протокол від 27.08.2020 р. № 1)**

Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації – серія КВ № 23954-13794 ПР
від 26.04.2019 р. видане Міністерством юстиції України

ISSN 2312-3206 (PRINT)
ISSN 2663-2764 (ONLINE)

© Херсонський державний університет, 2020
© Оформлення «Видавничий дім «Гельветика», 2020



ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Бахвалова А. В. МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ ЖУРНАЛІСТА.....	7
Грузинова К. М. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ СВИТОГЛЯДУ ІЗ ПСИХОЛОГІЧНИМ БЛАГОПОЛУЧЧЯМ.....	14
Каліщук С. М. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА МАТРИЦЯ МАКРОГЕНЕЗУ «КАРТИНИ СВІТУ» МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ.....	22
Ксьондзик О. І. ПРОБЛЕМА СЦЕНІЧНОЇ ТРИВОГИ МУЗИКАНТІВ КРІЗЬ ПРИЗМУ ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	30
Санніков О. І. КОГНІТИВНІ ЧИННИКИ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ОСОБИСТІСТЮ.....	38
Семків І. І., Вонс О.-М. С. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ ОСІБ ІЗ РІЗНИМ ТИПОМ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ТА ЗРІЛОМУ ВІЦІ.....	46
Сорокіна О. А., Шинкарьова Л. В. ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ДРУЖИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ.....	56
Туркова Д. М. МЕТАФОРІЧНІ АСОЦІАТИВНІ КАРТИ ЯК ВІЗУАЛЬНО-НАРАТИВНИЙ СТИМУЛ ДЛЯ ПСИХОЛІНГВІСТИЧНОГО АНАЛІЗУ ДІАЛОГУ З ТІЛЕСНИМ Я.....	63
Ульянова Т. Ю. СПІВВІДНОШЕННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	72
Шамлян К. М. ВОЛЬОВИЙ ПРОЦЕС: СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ТА ТИПОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ.....	80

СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Власенко І.А., Рева О.М. МОДЕЛЬ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УКРАЇНІ.....	90
Даниленко Н. В., Єльчанинова Т. М. ОСОБЛИВОСТІ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ ТА ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ЛЮДЕЙ ПЕНСІЙНОГО ВІКУ.....	100
Литвиненко О. О. АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ДЮССЕЛЬДОРФСЬКОГО ОПИТУВАЛЬНИКА СХЕМ ДЛЯ ДІТЕЙ.....	108
Мужанова Н.В. ОСОБЛИВОСТІ АКТУАЛЬНИХ ПОТРЕБ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ТА ДОРОСЛОГО ВІКУ В НЕФОРМАЛЬНІЙ СУБКУЛЬТУРІ.....	115
Шахова О. Г., Чепіга Л. П. ОСОБЛИВОСТІ СИСТЕМИ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ: ҐЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ.....	123

СЕКЦІЯ 3. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Дроздов О. Ю. ДЕЯКІ ТЕНДЕНЦІЇ МАСОВОЇ СВІДОМОСТІ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ КОРОНАВІРУСУ.....	130
Застело А. О., Віхляєва Я. Є. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	139



Кравчук С. Л. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ВПРОВАДЖЕННЯ ОСВІТНІХ ІННОВАЦІЙ.....	147
Малхазов О. М. САМОВЛАДАННЯ У СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВОДІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	155
Хворова Г. М. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ БАТЬКІВСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЩОДО ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ: ДОСЛІДЖЕННЯ БАТЬКІВСЬКИХ ХАРАКТЕРИСТИК.....	162
СЕКЦІЯ 4. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ	
Виноградова В. Є. РОЛЬ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ У РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ (НА ПРИКЛАДІ ВИДАТНИХ НАУКОВЦІВ).....	170
СЕКЦІЯ 5. ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ	
Кушніренко К. О., Гординя Н. Д. ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ ЯКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ОРГАНІВ ДЕРЖАВНОЇ ВЛАДИ.....	177
СЕКЦІЯ 6. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Пузь І. М., Мороз А. П., ОСОБЛИВОСТІ СХИЛЬНОСТІ ДО СУЇЦИДУ У МОЛОДІ З РІЗНИМ ПРОЯВОМ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ.....	187
Ряховська Т. Л. РОЛЬ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З КОМОРБІДНОЮ ТРИВОЖНІСТЮ В КЛІНІЦІ ЕНДОГЕННИХ ПСИХІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ.....	194
Широка А. О., Миколайчук М. І. АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ОПИТУВАЛЬНИКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ПСИХОТЕРАПІЇ OQ-45.2: ВАЛІДНІСТЬ ТА НАДІЙНІСТЬ.....	201
СЕКЦІЯ 7. СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ	
Вовченко О. А. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВОД ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСІБ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	214



CONTENTS

SECTION 1

GENERAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

Bakhvalova A. V. THE TECHNIQUE OF JOURNALISTS' PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES RESEARCHING	7
Hruzynova K. M. FEATURES OF THE INTERCONNECTION BETWEEN THE MAIN COMPONENTS OF WORLDVIEW AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING	14
Kalishchuk S. M. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL MATRIX OF MACRO GENESIS OF THE "WORLDVIEW" OF FUTURE PSYCHOLOGISTS-CONSULTANTS.....	22
Ksondzyk O. I. THE PROBLEM OF MUSIC PERFORMANCE ANXIETY WITHIN FOREIGN STUDIES.....	30
Sannikov O. I. COGNITIVE FACTORS OF DECISION-MAKING PERSONALITY.....	38
Semkiv I. I., Vons O.-M. S. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ROMANTIC RELATIONSHIPS BETWEEN PEOPLE WITH DIFFERENT ATTACHMENT STYLES IN ADOLESCENCE AND ADULTHOOD.....	46
Sorokina O. A., Shynkarova L. V. PERSONAL RESOURCES OF WIVES OF PARTICIPANTS IN FIGHTING DIFFICULT LIFE SITUATIONS.....	56
Turkova D. M. METAPHORIC CARDS OF ASSOCIATION AS A VISUAL-NARRATIVE STIMULUS FOR PSYCHOLINGUISTIC ANALYSIS OF BODILY-SELF'S DIALOG.....	63
Ulianova T. Y. RELATIONSHIP HARDINESS AND EMOTIONALITY OF PERSONALITY.....	72
Shamlan K. M. VOLITIONAL PROCESS: STRUCTURAL-FUNCTIONAL AND TYPOLOGICAL ANALYSIS.....	80

SECTION 2

PEDAGOGICAL AND AGE PSYCHOLOGY

Reva O. M. THE MODEL OF PROTECTING OF STUDENTS' PSYCHOLOGICAL HEALTH IN UKRAINE.....	90
Danylenko N. V., Yelchaninova T. M. FEATURES OF SATISFACTION WITH LIFE AND SUSTAINABILITY OF PEOPLE OF RETIREMENT AGE.....	100
Lytvynenko O. O. ADAPTATION OF THE UKRAINIAN VERSION OF DUSSELDORF SCHEMA QUESTIONNAIRE FOR CHILDREN.....	108
Muzhanova N. V. PECULIARITIES OF CURRENT NEEDS OF ADOLESCENT AND ADULT PERSONALITY IN INFORMAL SUBCULTURE.....	115
Shakhova O. H., Chepiha L. P. PARTICULARITIES OF ADOLESCENTS' COPING: THE GENDER ASPECT.....	123

SECTION 3

SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

Drozdov O. Y., Drozdova M. A. SOME TENDENCIES OF THE MASS CONSCIOUSNESS OF UKRAINIANS IN THE CONDITIONS OF THE CORONAVIRUS PANDEMIC.....	130
---	-----



Zastelo A. O., Vikhliaieva Y. Y. PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PSYCHOCORRECTION OF COMPUTER ADDICTION OF ADOLESCENTS.....	139
Kravchuk S. L. PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL READYNES OF STUDENT YOUTH OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES FOR INTRODUCTION OF EDUCATIONAL INNOVATIONS.....	147
Malkhazov O. R. SELF-CONTROL IN SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL RESILIENCE OF AN INDIVIDUAL.....	155
Khvorova H. M. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES FOR THE FORMATION OF PARENTAL COMPETENCE IN CHILDREN WITH AUTISM: A STUDING OF PARENTAL CHARACTERISTICS.....	162
SECTION 4	
HISTORY OF PSYCHOLOGY	
Vynohradova V. Y. THE ROLE OF FAMILY VALUES IN DEVELOPMENT OF A PERSONALITY'S CREATIVE ABILITIES (ON THE EXAMPLE OF OUTSTANDING SCIENTISTS).....	170
SECTION 5	
ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY	
Kushnirenko K. O., Hordynia N. D. PROFESSIONALLY ESSENTIAL QUALITIES OF GOVERNMENT EMPLOYEES.....	177
SECTION 6	
MEDICAL PSYCHOLOGY	
Puz I. V., Moroz A. P. FEATURES OF SUICIDAL TENDENCIES IN YOUNG PEOPLE WITH VARIOUS MANIFESTATIONS OF PERFECTIONISM.....	187
Riakhovska T. L. THE ROLE OF COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY WHILE WORKING WITH COMORBID ANXIETY IN THE CLINIC OF ENDOGENOUS MENTAL ILLNESS.....	194
Shyroka A. O., Mykolaychuk M. I. UKRAINIAN ADAPTATION OF THE EFFICACY OF PSYCHOTHERAPY QUESTIONNAIRE OQ-45.2: VALIDITY AND RELIABILITY.....	201
SECTION 7	
SPECIAL PSYCHOLOGY	
Vovchenko O. A. PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF PERSONS WITH DISORDERS OF MENTAL DEVELOPMENT IN ADOLESCENCE.....	214

СЕКЦІЯ 1. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК [159.9.072+159.92]:070-051
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-1>

МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ ЖУРНАЛІСТА

Бахвалова Аліна Валентинівна,
аспірант кафедри загальної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

alina335@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0002-2828-2981>

Вступ. У сучасному глобалізованому та інформатизованому суспільстві саме журналісти впливають на формування думок та точок зору більшості людей. Із цієї причини дослідження особистісних якостей журналістів виходить на перший план та стає особливо актуальним. Постає питання, як саме індивідуально-психологічні властивості впливають на виконання професійної діяльності та які особистісні якості необхідні журналісту для роботи. Нині закордонні дослідники концентруються переважно на дослідженні стресостійкості та ментального здоров'я журналістів, а вітчизняні – на феноменах, що пов'язані із психологічними рисами журналістів, у тому числі на професійно важливих якостях. Розглядаючи будь-яку професійну діяльність крізь призму психології, дослідники в будь-якому разі торкаються проблеми професійної Я-концепції, центральним елементом якої є професійна самооцінка. Зокрема, у структурі останньої можна виділили кілька аспектів, одним з яких є особистісний. Саме він відповідає на питання, які професійно важливі якості необхідні журналісту. Для дослідження цього аспекту професійної самооцінки ми пропонуємо власну методику, яка включає 26 якостей та має форму семантичного диференціала.

Мета: описати процедуру психометричної оцінки цієї методики (її валідацію, встановлення надійності та виділення шкал).

Методи. Для досягнення поставленої мети була використана низка статистичних методів. По-перше, це обрахування коефіцієнтів внутрішньої узгодженості (альфа Кронбаха) та ретестової надійності (Спірмена-Брауна). По-друге, t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок. По-третє, метод факторного аналізу для виокремлення шкал.

Результати. Надійність та валідність методики дослідження професійно важливих якостей журналіста були статистично підтверджені на вибірці, яка складалася з двох груп (журналісти та не журналісти – студенти та представники інших професій). Також у методиці були виділені такі шкали: емоційної стабільності, когнітивних та практико орієнтованих якостей. Цю методику рекомендовано використовувати в парі з іншими інструментами для виявлення цілісної картини професійної самооцінки.

Висновки. Вищезгадана методика дослідження професійно важливих якостей журналістів є валідною та надійною, а отже, приданою для наукових досліджень професійної самооцінки або ПВЯ журналістів.

Ключові слова: професійна самооцінка, особистісний аспект самооцінки, психометрична оцінка, особистісні якості, журналістика.

THE TECHNIQUE OF JOURNALISTS' PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES RESEARCHING

Bakhvalova Alina Valentynivna,
Postgraduate Student at the Department of General Psychology
Taras Shevchenko National University of Kyiv

alina335@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0002-2828-2981>

In today's globalized and information society journalists influence on the public opinion and views of most people. For this reason, the study of journalists' personal qualities comes to the foreground and becomes especially relevant. The main question is how individual-psychological traits affect the performance of professional activities and what personal qualities are necessary for journalists' work. Today, foreign researchers focus mainly on the study of stress resistance and mental health of journalists, and domestic focus on the phenomena associated with the psychological traits of journalists, including professionally important



qualities. Considering any professional activity through the prism of psychology, researchers usually touch upon the issue of professional self-concept, the central element of which is professional self-esteem. In particular, the structure of the latter consists of several aspects one of which is personal. This personal aspect shows what professionally important qualities a journalist needs. For studying this aspect of professional self-esteem, we offer our own technique or semantic differential, which includes 26 qualities.

Purpose: to describe the procedure of psychometric evaluation of this technique (its validation, establishment of reliability and assignment of scales).

Methods. Several statistical methods were used to achieve this goal. The first is the calculation of the internal consistency's coefficient (Cronbach's alpha) and retest reliability's coefficient (Spearman-Brown). Second, Student's t-test for independent samples. Third, the method of factor analysis for assignment of scales.

Results. The technique for journalist's professionally important qualities researching was statistically confirmed with high reliability and validity in a sample consisting of two groups (journalists and non-journalists – students and representatives of other professions). The following scales were also identified in our technique: emotional stability, cognitive and practice-oriented qualities. This technique is recommended to be used in conjunction with other tools to identify a holistic picture of professional self-esteem.

Conclusions. The above-mentioned technique of researching journalists' professionally important qualities is valid and reliable, so it can be used in research of journalists' professional self-esteem or professionally important qualities.

Key words: *professional self-esteem, professional self-appraisal, personal aspect of self-esteem, psychometric evaluation, personal qualities, journalism.*

Вступ

Дослідження професійної діяльності є одним з найбільш затребуваних, оскільки запити на них надходять із практичної сфери, а результати дають змогу вирішити реальні проблеми. У контексті дослідження професійної діяльності просто неможливо оминути феномен професійної Я-концепції та її центральний елемент – професійну самооцінку. Нині досліджено особливості професійної самооцінки представників багатьох професій (педагогів, держслужбовців, суддів тощо), проте журналісти в цей список поки що не ввійшли. Тим не менш представники саме цієї професії справляють значний вплив на сучасне суспільство, яке без перебільшення можна назвати інформаційним, оскільки в ньому відбувається постійний обмін інформацією. При цьому працездатність та успішність самих журналістів залежать не лише від їхніх професійних знань, умінь та навичок, але і від професійно важливих якостей (ПВЯ), цінностей та установок. Саме тому дослідження останніх є нині актуальним, з огляду на те, що ґрунтовних праць із цієї теми вкрай мало, а вплив «четвертої влади» на погляди людей дедалі зростає.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Якщо звернутися до останніх робіт, присвячених дослідженню психологічної сторони журналістської діяльності, то нині популярними для дослідження є такі теми: психологічні травми, посттравматичний стресовий розлад/ПТСР та стресостійкість журналістів (Монтейро та ін., 2015); які копінг-стратегії використовують журналісти, щоб боротися із стресом (Сілі, 2019) тощо. Проте в цих працях акцент зміщений на дослідження стресостійкості журналіс-

тів (а також нейротизму та непродуктивних копінг-стратегій), а не на ПВЯ загалом. Разом із тим Л. Ванг разом зі співавторами встановили, що рівень освіченості журналіста має зворотний зв'язок із психологічною стійкістю та тривожністю, причому професіонали з кращою освітою обирають гірші (деструктивніші) копінг-стратегії (Ванг та ін., 2019). Отже, як бачимо, за кордоном переважають дослідження можливих негативних наслідків журналістської діяльності, а ПВЯ знаходяться на другому плані.

У вітчизняних публікаціях акцент зміщений на особистість самого журналіста, а також на її психологічний імунітет, тобто успішну адаптацію та самореалізацію у житті (Гандзілевська та Штурхецький, 2019), соціально-інформаційну компетентність (Альсадун, 2019), моральні та людські якості (Винник-Остапишин, 2016), громадянську позицію та відповідальність (Романенко, 2019), рефлексивність (Хромченкова, 2020) тощо. Очевидно, що всі ці феномени пов'язані з тими чи іншими ПВЯ та особистими якостями, серед яких: «критичне мислення (усвідомленість, самостійність, рефлексивність (самоаналіз), цілеспрямованість, обґрунтованість, контрольованість, самоорганізованість)» (Хромченкова, 2020: 94); «уміння встановлювати контакти з людьми <...> стриманість, чесність і добросовісність, увічливість, доброзичливість, принциповість, людяність» (Ананьєв, 2005: 5); «прагнення до постійного саморозвитку, відмінне володіння усною і письмовою мовами, спостережливість, розвинене аналітичне й образне мислення, висока емоційна стійкість і життєстійкість» (Панасенко, 2019: 177).

Незважаючи на все їх різноманіття, ці риси можуть бути об'єднані у струк-

турні елементи. Наприклад, у дослідженні А. М. Ананьєва були виділені такі групи ПВЯ: комунікативні, інтелектуальні, вольові, емоційні, психомоторні (Ананьєв, 2005). Проте в останніх публікаціях тема ПВЯ журналістів розглядається не безпосередньо, а переважно в контексті інших проблем та суто теоретичних оглядів.

Тим не менш, спроби виокремлення вузькоспеціалізованих ПВЯ та створення спеціальних методик для їх оцінки нині використовуються в найрізноманітніших професіях (Псядло, Мартыненко, 2017). Саме тому ми також звернулися до теми ПВЯ журналістів, при цьому розглядаючи її в контексті проблеми професійної самооцінки. Із вузькоспеціалізованого психодіагностичного інструментарію, розрахованого на журналістів, нині є хіба що методика Л. А. Закірзянової, направленої на вивчення професіоналізму та внутрішніх обмежень, що можуть завадити виконанню професійних обов'язків журналістів (Закірзянова, 2013).

Новизна нашого дослідження полягає в тому, що ми розглядаємо не просто ПВЯ, а ПВЯ як складник особистісного аспекту професійної самооцінки. Часто у дослідженнях вчених професійна самооцінка виступає частиною професійної Я-концепції, тому редукується до єдиного, інтегрального показника. Враховуючи структуру, запропоновану А. О. Реаном, ми розглядаємо професійну самооцінку як сукупність аспектів: особистісного, операційно-діяльнісного, самооцінки результату та самооцінки потенціалу (Реан, 2014).

З огляду на цю структуру, ми пропонуємо спеціальну методику, яка допоможе дослідити особистісний аспект професійної самооцінки журналіста через процес самооцінювання журналістом власних ПВЯ. Для цього ми створили семантичний диференціал, що включає 26 якостей, кожна з яких треба оцінити від 1 (мінімальний прояв) до 5 (максимальний), залежно від її вираженості в респондента. Процес відбору ПВЯ та його наукове обґрунтування вже здійснені в іншій статті, тому не будемо зупинятися на цьому детально (Бахвалова, 2019). Зазначимо лише, що ПВЯ для методики були обрані із професіограм журналіста, після чого була проведена їх експертна оцінка, яка підтвердила доцільність вибору та посприяла виокремленню двох груп: абсолютних та відносних ПВЯ. Мета цієї статті полягає в описі відповідних процедур психометричної оцінки методики дослідження професійно важливих якостей журналіста. Тому нам необхідно виконати такі завдання: опис валідації методики,

встановлення її внутрішньої та ретестової надійності, а також нормативних показників.

2. Методологія та методи

Валідація цієї методики та встановлення її надійності відбувалися після її тестування, до якого на добровільній основі було залучено 103 особи: 20 чоловіків та 82 жінки (а також 1 особа з небінарною гендерною ідентичністю) віком від 17 до 52 років. Серед них можна виділити 2 групи: 1) журналісти з досвідом у журналістиці від 5 до 28 років, загалом 50 осіб; 2) студенти-журналісти без досвіду роботи (а також ті, в кого досвід роботи на перевищує 5 років) і представники інших професій (переважно, психологи), загалом 53 особи.

Розпочнемо з того, що психометричній оцінці методики дослідження професійно важливих якостей журналіста передувала експертна оцінка зазначеної методики (Бахвалова, 2019). Коефіцієнт узгодженості думок експертів сягнув показника 0,93, що говорить про досить високу однаковість думок експертів. Для встановлення внутрішньої узгодженості методики був обрахований коефіцієнт альфа Кронбаха, який сягнув 0,93, що говорить про високу надійність. Встановлення ретестової надійності потребувало повторного тестування через місяць. Результат обраховувався за допомогою коефіцієнта Спірмена-Брауна, який сягнув 0,95. Таким чином, статистично було встановлено, що надійність цієї методики є високою.

Тепер перейдемо до валідності. Аналізуючи результати, перш за все, варто зазначити, що в досліджуваних не виникло запитань та сумнівів стосовно змісту методики; крім того, зворотний зв'язок допоміг встановити, що респонденти-журналісти стали замислюватися не тільки над своїми власними професійно важливими якостями, але й рефлексувати стосовно образу Я-ідеального професіонала. Таким чином, можна говорити про очевидну валідність цієї методики. З огляду на вузьку спеціалізацію цього психодіагностичного інструментарію та практично повну відсутність аналогічних йому тестів, призначених для вибраної категорії досліджуваних, ми вирішили не використовувати конкурентну валідність. Натомість ми звернулися до конструктивної валідності (Бурлачук, 2006), тобто порівняння результатів двох різних груп досліджуваних: професійних журналістів (із досвідом роботи від 5 років) та нежурналістів (студентів та представників інших професій, переважно психологів). В.П. Серкін зазначив: «Перевірка на валідність може бути проведена шляхом апробації бланку на групах досліджуваних, що чітко відрізняються» (Серкін, 2007: 14).



Таблиця 1

t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок

ПВЯ (курсивом позначені абсолютні або ключові для журналістів ПВЯ)	p-рівень	Ср. знч. для журналістів (N=50)	Ср. знч. для нежурналістів (N=53)
<i>Оперативність</i>	0,000	4,48	3,59
<i>Вміння працювати з джерелами</i>	0,000	4,52	3,84
<i>Філологічні здібності</i>	0,024	4,26	3,78
Стресостійкість	0,000	4,39	3,55
Критичне мислення	0,033	4,35	3,93
<i>Об'єктивність</i>	0,017	4,32	3,87
<i>Комунікативна компетентність</i>	0,048	4,52	4,13
<i>Спостережливість</i>	0,014	4,39	3,96
Хороша пам'ять	0,026	4,06	3,6
Емоційна стійкість	0,545	3,65	3,5
Самоконтроль	0,408	3,74	3,93
Наполегливість	0,011	4,42	3,96
Розвинута увага	0,349	3,94	3,74
Аналітичне мислення	0,336	4,1	3,9
<i>Ерудованість</i>	0,042	4,32	3,88
Вихованість	0,402	4,48	4,33
<i>Професійні знання</i>	0,000	4,32	2,77
<i>Моральні якості</i>	0,049	4,52	4,1
Рефлексивність	0,371	4,65	4,49
Творчий підхід	0,637	4,23	4,13
Адаптивність	0,19	4,13	3,9
Вміння привернути увагу аудиторії	0,001	4,03	3,38
Неконфліктність	0,448	3,68	3,84
Лідерські якості	0,011	4,3	3,74
Винахідливість	0,025	4,32	3,9
Активність	0,237	3,83	3,54

Таким чином, ми порівняли результати двох вищезазначених груп за усіма 26 якістьми, які присутні в нашій методиці (табл. 1).

Як бачимо, за більшістю факторів між журналістами та нежурналістами є статистична відмінність. Варто зазначити, що за всіма ключовими ПВЯ (після експертної оцінки вони були позначені як абсолютні ПВЯ, тобто ті, що першочергово необхідні журналісту), які в таблиці виділені курсивом, результати професійних журналістів та нежурналістів статистично відрізняються. Це говорить про достатню валідність цієї методики.

Тим не менш, за низкою шкал статистична відмінність була відсутня, тому що йдеться про ті ПВЯ, які необхідні також і професійним психологам: неконфліктність, творчий підхід, аналітичне мислення тощо. Також середні показники журналістів за усіма шкалами вищі, ніж у нежурналістів, окрім самоконтролю, неконфліктності та активності. Очевидно, що знижені показники перших двох якостей можуть бути спричинені стресовими умовами роботи, які швидше вичерпують їх психологічні ресурси журналістів (це також під-

тверджується відсутністю статистичної різниці в емоційній стійкості та самоконтролі). Щодо активності (фізичної рухливості) все пояснюється середнім віком досліджуваних у двох групах: серед журналістів – це 32,5 роки, а серед нежурналістів – 23 роки.

Отже, тепер ми можемо перейти до факторизації змінних методики дослідження ПВЯ журналістів. Для цього використаємо метод альфа факторизації разом з обертанням варімакс (табл. 2). Метод альфа факторизації, на відміну від популярного методу головних компонент, був розроблений спеціально для потреб психологічного дослідження (Общий психологический практикум, 2017).

Для того, щоб стверджувати, що показник дає вагомий вклад у фактор, його значення має становити не менше 0,35 (Серкін, 2007), що ми можемо спостерігати в таблиці, наведеній вище.

Отже, ми виокремили 3 фактори, про які вели мову ще на етапі теоретичної розробки методики (Бахвалова, 2019). Зокрема, це фактор емоційної стабільності

(самоконтроль, стресостійкість, емоційна стабільність тощо), фактор когнітивних якостей (аналітичне мислення, наявність професійних знань, об'єктивність тощо), а також фактор практико орієнтованих якостей (спостережливість, творчий підхід, рефлексивність тощо); фактори подані в тому самому порядку, в якому вони розташовані в таблиці. Маємо визнати, що, на перший погляд, назви деяких якостей можуть не відповідати загальному семантичному значенню фактору, проте після подальшого розгляду ці протиріччя відпадають. Наприклад, «винахідливість» (що увійшла до складу емоційної стабільності) в нашій методиці передбачала вміння швидко та ефективно вирішувати проблеми, тобто, іншими словами, здатність опанувати себе, заспокоїтися та раціонально діяти в незвичайних умовах.

Стандартизація методик призначених для використання в наукових, а не діагностичних цілях не є обов'язковою (Бурлачук, 2006), до того ж ця процедура необхідна лише, якщо кількість тверджень у різних шкалах – різна, а отримані оцінки треба привести до єдиного стандарту. Звернемо увагу на те, що за результатами факторного аналізу кількість пунктів у всіх факторах практично однакова (9, 9 та 8). Оскільки наша мета – створити методику саме для наукового дослідження професійної самооцінки, її стандартизація для нас не є пріоритетною; до того ж ця процедура необхідна лише, якщо кількість тверджень у різних шкалах майже не відрізняються.

3. Результати та дискусії

У підсумку психометрична оцінка нашої методики підтвердила її статистичну придатність. Тим не менш, ми маємо звернути увагу на низку обмежень, з якими зіткнулося наше дослідження. По-перше, це порівняно невелика вибірка респондентів. У разі збільшення кількості досліджуваних розподіл результатів був би кращим, а підрахунки – точніші. По-друге, не усі пункти методики статистично відрізняються в журналістів та нежурналістів. Це наслідок того, що деякі ПВЯ збігаються з особистими якостями людини (вихованість, неконфліктність), інші – спільні для різних професій (самоконтроль, розвинута увага) тощо. Тим не менш ті якості, які були оцінені експертами найвище, все ж притаманні журналістам більшою мірою, ніж представникам інших професій або опантам. По-третє, ми ще раз наголошуємо на науковій, а не діагностичній спрямованості цієї методики: для тестування ПВЯ журналістів на місцях із метою покращення їх працездатності або створення психологічних профілів варто використати інші, стандартизовані психологічні тести.

Загалом маємо підкреслити, що виокремлені на етапі теоретичного аналізу групи ПВЯ були підтверджені статистично. Перш за все, ми розподілили ПВЯ за сферами психічного, з якими вони пов'язані: когнітивною, емоційною та поведінковою. Завдяки факторному аналізу всі пункти нашої методики були рівномірно розподілені між цими сферами. При цьому не всі якості увійшли до очікуваних груп: на етапі теоретичної розробки цей розподіл не був рівномірним. Тим не менш аналіз полегшується тим, що деякі якості знаходяться на межі двох груп: стресостійкість та самоконтроль, що мали б увійти до практичної сфери як навички, які можна розвинути, були включені до групи емоційних, оскільки відображають здатність досліджуваних до емоційної саморегуляції. До речі наслідком цього стала зміна назви всього фактора, що трансформувалася з «емоційного фактора» в «шкалу емоційної стабільності».

Таблиця 2

Матриця факторних навантажень (після обертання)

	Фактор		
	1	2	3
Емоційна стійкість	,789	,032	,221
Адаптивність	,702	,224	,198
Самоконтроль	,662	,093	,318
Стресостійкість	,610	,198	,217
Критичне мислення	,546	,345	,076
Винахідливість	,493	,209	,302
Комунікативна компетентність	,441	,387	,296
Лідерські якості	,429	,417	,291
Неконфліктність	,361	,244	,328
Вміння працювати з джерелами	,078	,695	,307
Ерудованість	,220	,633	,160
Аналітичне мислення	,094	,631	,025
Оперативність	,290	,624	,201
Філологічні здібності	-,003	,567	,395
Вміння привернути увагу аудиторії	,360	,565	,168
Професійні знання	,230	,524	,221
Об'єктивність	,462	,464	,144
Хороша пам'ять	,165	,440	,428
Розвинута увага	,160	,226	,771
Активність	,277	,026	,653
Наполегливість	,224	,323	,556
Рефлексивність	,378	,188	,535
Моральні якості	,312	,227	,514
Творчий підхід	,130	,184	,509
Вихованість	,441	,181	,487
Спостережливість	,322	,349	,428



Неочікуваним для нас було включення до шкали емоційної стабільності критичного мислення та винахідливості, адже ми передбачали, що це – когнітивні якості. Проте, якщо розглядати їх як наслідок стримування емоцій та опанування себе журналістом, то в цьому є сенс. Таким чином, фактор емоційної стабільності характеризує вміння журналіста оволодівати собою та своїми емоційними проявами, що є важливою частиною професійної діяльності.

Когнітивний фактор логічно інтегрує ПВЯ пов'язані зі сферою вищих психічних функцій: це і хороша пам'ять, і аналітичне мислення, і професійні знання. Очікувалося, що деякі з цих якостей (вміння привернути увагу аудиторії, філологічні здібності) ввійдуть до практичної сфери, проте вони досить органічно вписуються у шкалу когнітивних ПВЯ, бо передбачають наявність професійних знань для їх реалізації.

Першочергово поділ професійних якостей журналіста на три сфери закріплював за кожною з груп певну функцію/-ї. Для емоційно-комунікативної сфери це були функції спілкування та регуляції відносин, які після проведення факторного аналізу були доповнені функцією опанування себе (саморегуляцією), для когнітивної сфери – функція роботи з інформацією, задіяння ментальних ресурсів, для практичної сфери – виконання конкретних дій для реалізації професійних задач, поєднання когнітивного та емоційного в діяльності. Остання група зазнала найсуттєвіших змін: до неї неочікувано потрапили такі якості, як розвинута увага, спостережливість, вихованість, творчий підхід та моральні якості. Розглянемо ці ПВЯ детальніше.

Розвинута увага передбачає підтримку балансу між концентрацією та переключенням, а спостережливість – це, в певному сенсі, синонім уважності. Тобто ці ПВЯ підкреслюють необхідність підтримки уваги у процесі роботи. Вихованість та моральні якості – це ціннісні орієнтири, етичні принципи та установки, яким слідує журналіст у своїй діяльності. Фактично, саме вони є вектором, який направляє усю діяльність будь-якого професіонала. Можливо, саме тому ці керівні принципи потрапили саме до практико орієнтованої шкали, адже вони повсякчас мають бути присутні в діяльності, керувати нею. Насамкінець, творчий підхід допомагає зробити рутинну роботу

більш цікавою, а результат – оригінальним та креативним; саме тому, використання творчого підходу в роботі – ще одна ознака професіоналізму.

Підбиваючи підсумки стосовно семантичної наповненості факторів, можемо вкотре підкреслити логічність та обґрунтованість отриманих результатів. Незважаючи на те, що деякі ПВЯ опинилися в інших шкалах, ніж ми першочергово очікували, структура розподілу якостей за трьома сферами психічного зберіглася та підтвердилася на практиці.

Висновки

Незважаючи на визначний вплив, який журналісти справляють на громадську думку, вивчення психологічних особливостей представників цієї професії все ще здійснене неповною мірою. Переважають дослідження інших психологічних феноменів, що присутні в діяльності журналіста; при цьому проблема ПВЯ згадується в них лише поверхнево. Отже, цей напрям лишається перспективним для вивчення, а вузькоспеціалізованих методик, створених для дослідження індивідуально-психологічних властивостей журналістів, нині вкрай мало.

Саме тому ми сконцентрували увагу на створенні спеціальної методики дослідження ПВЯ журналістів, яка дасть змогу дослідникам вивчити прояви особистісного аспекту професійної самооцінки журналістів різних спеціалізацій. Створюючи цю методику, ми намагалися виділити найбільш важливі ПВЯ журналістів, актуальні для найширшого контексту. Отримана методика пройшла як оцінку експертів, так і процедуру психометричної оцінки. Зокрема, було встановлено, що вона має високу внутрішню узгодженість та ретестову надійність. Також методика є валідною: результати за ключовими пунктами (абсолютними ПВЯ) статистично відрізняються в журналістів та нежурналістів.

Подальші перспективи пов'язані з розширенням області дослідження, оскільки ми торкнулися лише одного з чотирьох аспектів професійної самооцінки журналіста. Цей феномен є складним і багатограним, тому ПВЯ – це лише одна із його складових частин. Також ми усвідомлюємо можливі обмеження нашої методики, тому рекомендуємо використовувати її разом з іншими психодіагностичними інструментами лише для задач наукового дослідження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Альсадун М. А. Соціально-інформаційна компетентність журналіста. *Наукові записки кафедри педагогіки*. 2019. № 1(44). С. 9–18.
2. Ананьєв А. М. Оцінка професійно важливих якостей молодих журналістів. *Наука і освіта*. 2005. № 5-6. С. 4–6.
3. Бахвалова А. В. Експертна оцінка професійно важливих якостей журналістів. *Психологічний часопис : збірник наукових праць*. 2019. № 4. Вип. 5. С. 7–19.
4. Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика : Учебник для вузов. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 351 с.
5. Винник-Остапишин В. Професійна мораль і моральність сучасного журналіста. *Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки*. 2016. № 20. С. 108–114.
6. Гандзілевська Г., Штурхецький С. Психологічний імунітет журналістів у контексті сценарних установок. *Психологічні координати розвитку особистості: реалії та перспективи*. Полтава : Шевченко Р.В., 2019. С. 43–45.
7. Закирзянова Л. А. Психометрическая оценка методики, направленной на изучение профессионализма журналиста. *Вестник Татарского государственного гуманитарно-педагогического университета*. 2013. № 3 (33). С. 313–316.
8. Общий психологический практикум : учебник для ВУЗов. Стандарт третьего поколения / Под. ред. С. А. Капустина. Санкт-Петербург : Питер, 2017. 480 с.
9. Панасенко Н. М. Професія – журналіст: професійно-важливі якості та психологічні особливості. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Том V. Випуск 19. С. 177–186.
10. Псядло Э. М., Мартыненко В. В. Метод расчета профессионально важных качеств операторов транспортных средств. *Актуальні проблеми транспортної медицини*. 2017. № 3 (49). С. 41–46.
11. Реан А. А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. Санкт-Петербург : Прайм–Еврознак, 2014. 416 с.
12. Романенко Н. М. Психолого-педагогические условия формирования профессиональной ответственности у журналиста-международника в нераспространении «фейковых новостей». *Интеграция образования*. 2019. № 2 (95). С. 247–264.
13. Серкин В. П. Специализированные семантические дифференциалы для оценки работы, профессии и профессионала. Алгоритм разработки и бланки специализированных семантических дифференциалов для оценки работы, профессии и профессионала. *Психологическая диагностика*. 2007. № 5. С. 11–29.
14. Хромченкова Н. М. Організація рефлексійної діяльності майбутніх журналістів як одна із педагогічних умов формування професійної відповідальності. *Молодий вчений*. 2020. № 1 (77). С. 93–93.
15. Monteiro, S., Marques-Pinto, A., & Roberto, M.S. (2015). Job demands, coping, and impacts of occupational stress among journalists: a systematic review. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 25(5), 751–772.
16. Seely, N. (2019). Journalists and mental health: The psychological toll of covering everyday trauma. *Newspaper Research Journal*, 40(2), 239–259.
17. Wang, L., Kang, C., Yin, Z., Su, F. (2019). Psychological endurance, anxiety, and coping style among journalists engaged in emergency events: Evidence from China. *Iranian Journal of Public Health*, 48 (1), 95–102.

REFERENCES:

1. Alsadoon M. A. (2019). Sotsialno-informatsiina kompetentnist zhurnalista [Social-informational competency of journalists]. *Naukovi zapysky kafedry pedahohiky – Scientific notes of the department of pedagogy*, 1(44), 9–18 [in Ukrainian].
2. Ananiev A. M. (2005). Otsinka profesiino vazhlyvykh yakostei molodykh zhurnalistiv [Assessment of professionally important qualities of young journalists. Science and education.]. *Nauka i osvita – Science and education*, 5-6, 4–6 [in Ukrainian].
3. Bakhvalova A. V. (2019). Ekspertna otsinka profesiino vazhlyvykh yakostei zhurnalistiv [Expert assessment of journalists' professionally important qualities]. *Psykhologichnyi chasopys : zbirnyk naukovykh prats – Psychological Journal: a collection of scientific papers*, 4, № 5, 7–19 [in Ukrainian].
4. Burlachuk L. F. (2006). *Psikhodiagnostika: Uchebnik dlia vuzov [Psychodiagnosics: Textbook for universities]*. Saint Petersburg : Piter [in Russian].
5. Handzilevska H. & Shturkhet'skyi S. (2019). Psykhologichnyi imunitet zhurnalistiv u konteksti stsenarnykh ustanovok [Psychological immunity of journalists in the context of scenarios setting]. *Psykhologichni koordynaty rozvytku osobystosti: realii ta perspektyvy – Psychological coordinates of personality development: realities and prospects*, Poltava: Shevchenko R.V., 43–45 [in Ukrainian].
6. Vynnyk-Ostapishyn V. (2016). Profesiina moral i moralnist suchasnoho zhurnalista [Professional morality and morality of the modern journalist]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Filosofski i psykhologichni nauky – Bulletin of the Precarpathian University. Philosophical and psychological sciences*. 20, 108–114 [in Ukrainian].
7. Zakirzyanova L. A. (2013). Psikhometricheskaia otsenka metodiki, napravlennoi na izuchenie professionalizma zhurnalista [Psychometric evaluation of the method used to study the professional competence of a journalist]. *Vestnik TGGPU – Bulletin of TGGPU*. 3 (33). 313–316.
8. Obshhij psihologicheskij praktikum: Uchebnik dlja VUZov. Standart tret'ego pokolenija [General psychological workshop: Textbook for universities. Third Generation Standard] (2017). Under. ed. Kapustin S.A. Saint Petersburg : Piter [in Russian].



9. Panasenko N. M. Profesiia – zhurnalist: profesiino-vazhlyvi yakosti ta psykholohichni osoblyvosti [Profession – journalist: professionally important qualities and psychological features]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*. 2019, Vol. 5, 19. 177–186 [in Ukrainian].
10. Psyadlo E. M., Martynenko V. V. (2017). Metod rascheta professionalno vazhnykh kachestv operatorov transportnykh sredstv [Method of calculation of professionally important quality of vehicle operators]. *Aktualni problemi transportnoi meditsini – Current problems of transport medicine*, № 3 (49), 41–46. [in Russian].
11. Rean A. A. (2014). *Psikhologiya lichnosti. Sotsializatsiia, povedenie, obshchenie [Psychology of personality. Socialization, behavior, communication]*. Saint Petersburg : Praim–Evroznaк [in Russian].
12. Romanenko N. M. (2019). Psikhologo-pedagogicheskie usloviia formirovaniia professionalnoi otvetstvennosti u zhurnalista-mezhdunarodnika v nerasprostraneniі «feikovykh novosteі». *Integratsiia obrazovaniia*. 2 (95), 247–264 [in Russian].
13. Serkin V. P. (2007). Spetsializirovannye semanticheskie differentsialy dlia otsenki raboty, professii i professionala. Algoritm razrabotki i blanki spetsializirovannykh semanticheskikh differentsialov dlia otsenki raboty, professii i professional [Specialized semantic differentials for work, profession and professional evaluation. Algorithm of development and forms of specialized semantic differentials for evaluation of work, profession and professional]. *Psikhologicheskaiа diagnostika – Psychological diagnosis*. № 5, 11–29 [in Russian].
14. Khromchenkova N. M. (2020). Orhanizatsiia refleksiinoi diialnosti maibutnykh zhurnalistiv yak odna iz pedahohichnykh umov formuvanniа profesiinoi vidpovidalnosti [Organization of reflective activity of future journalists as one of the pedagogical conditions for the formation of professional responsibility]. *Molodyi vchenyi – Young Scientist*. № 1 (77), 93–93 [in Ukrainian].
15. Monteiro, S., Marques-Pinto, A., & Roberto, M.S. (2015). Job demands, coping, and impacts of occupational stress among journalists: a systematic review. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 25(5), 751–772.
16. Seely, N. (2019). Journalists and mental health: The psychological toll of covering everyday trauma. *Newspaper Research Journal*, 40(2), 239–259.
17. Wang, L., Kang, C., Yin, Z., Su, F. (2019). Psychological endurance, anxiety, and coping style among journalists engaged in emergency events: Evidence from China. *Iranian Journal of Public Health*, 48 (1), 95–102.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020.

УДК 159.922.2/3:140.8

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-2>

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ СВІТОГЛЯДУ ІЗ ПСИХОЛОГІЧНИМ БЛАГОПОЛУЧЧЯМ

Грузинова Ксенія Михайлівна,
магістр психології,

аспірантка кафедри загальної психології факультету психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

kseniyagruzinova@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7800-1375>

Мета. У статті розглядаються результати дослідження, присвяченого вивченню взаємозв'язку світогляду особистості із психологічним благополуччям. Метою роботи є виявлення особливостей взаємозалежності основних компонентів світогляду і компонентів психологічного благополуччя особистості.

Методи. Дослідження було проведено шляхом письмового групового тестування респондентів. У процесі проведення опитування використовувався такий тестовий інструментарій: Самоактуалізаційний тест (САТ); Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф; отримані в результаті тестування результати дослідження було проаналізовано за допомогою методів статистичної обробки.

Результати. Проведене дослідження дало змогу встановити, що формування компонентів психологічного благополуччя зумовлене компонентами світогляду особистості. Було визначено залежність рівня психологічного благополуччя і різних його компонент від уявлень про природу людини, цінностей і самосприйняття особистості.

Наявність у структурі світогляду особистості позитивної концепції людини було визначено сприятливим чинником психологічного благополуччя, а також актуалізації таких його компонентів, як самоприйняття, формування компетенції управління оточенням, тенденції до особистісного росту і встановлення позитивних довірчих відносин з оточуючими. Виявлення самосприйняття і розуміння власної особистості позитивно взаємопов'язане з особистісною автономією, самоприйняттям як важливою передумовою високого рівня психологічного благополуччя, особистісним ростом. Зазначається наявність позитивних взаємозв'язків цінностей особистості з компонентами психологічного благополуччя (автономією, особистісним ростом, самоприйняттям) і загальним рівнем психологічного благополуччя.

Висновки. Було зроблено висновок, що основні компоненти світогляду особистості достатньою мірою зумовлюють психологічне благополуччя, а наявність позитивних уявлень про природу людини, позитивного самосприйняття і цінностей особистості, яка прагне до самоактуалізації, можна вважати чинниками успішної актуалізації компонентів психологічного благополуччя.

Ключові слова: чинники благополуччя, концепція людини, самосприйняття, цінності, автономія.

FEATURES OF THE INTERCONNECTION BETWEEN THE MAIN COMPONENTS OF WORLDVIEW AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Hruzynova Kseniia Mykhailivna,

Master of Psychological Sciences,

Postgraduate Student at the Department of General Psychology of Faculty of Psychology

Taras Shevchenko National University of Kyiv

kseniya.gruzynova@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7800-1375>

Purpose. The article is devoted to the research of the connections between a person's worldview and psychological well-being. The aim of the work is to identify the features of the interdependence of the main components of the worldview and components of the psychological well-being on the individual level.

Methods. The research had conducted through a written, in-person group survey method. In the course of the research, there were provided the following research methods: Self-actualization test (SAT); K. Riff's psychological well-being scale. The results of the research were summarized and analyzed by using statistical processing methods.

Results. The conducted research made it possible to establish that the formation of components of psychological well-being is due to components of the worldview on the individual level. It was determined the dependence of the level of psychological well-being and its various components depending on ideas about human nature, values and self-perception of the individual.

The presence of a positive conception of a person in the structure of the worldview was determined by a favorable factor of psychological well-being, as well as the actualization of such components as self-acceptance, formation of environmental management competence, tendency to personal growth and establishing positive trust with others. The expression of self-perception and understanding of one's own personality is positively interconnected with personal autonomy, self-acceptance as an important prerequisite for a high level of psychological well-being, personal growth. There is a positive relationship between personal values and components of psychological well-being (autonomy, personal growth and self-acceptance) and the overall level of psychological well-being.

Conclusions. It was concluded that the main components of the worldview of the individual sufficiently determine the psychological well-being, and the presence of positive perceptions of human nature, positive self-perception and values of the individual who seeks self-actualization, can be considered factors of psychological well-being.

Key words: factors of well-being, concept of the person, self-perception, values, autonomy.

Вступ

Основним параметром загальної задоволеності людини своїм життям, особливостями власних відносин з оточуючими людьми і соціумом загалом, а також задоволеністю самим собою є психологічне благополуччя особистості – феномен, який відображає ставлення особистості до свого життя в усіх його проявах у найширшому сенсі. Психологічне благополуччя відіграє надзвичайно важливу роль в усьому суб'єктивному світі особистості, отже, визначення чинників впливу на благополуччя є не тільки актуальною темою досліджень, яка нині активно розробляється в рамках наукової психології, але й значущим питанням практичного характеру.

Явище психологічного благополуччя, рівень його виразності значною мірою може залежати як від внутрішніх, так і від зовнішніх чинників, як від особливостей

ставлення до себе, так і від особливостей ставлення до світу й взаємодії зі світом. Зважаючи на це, варто визнати, що найбільшою мірою психологічне благополуччя зумовлене світоглядом особистості, який відображає як особливості самоставлення, так і особливості ставлення до зовнішнього світу і взаємодії особистості з ним. Таким чином, актуальність проблеми дослідження полягає в можливості визначення тих світоглядних чинників (елементів змістовного наповнення світогляду особистості, які відображають особливості ставлення особистості до себе, зовнішнього світу, способів взаємодії зі світом), які зумовлюють психологічне благополуччя особистості.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

У зарубіжній науці однією з найбільш розроблених концепцій психологічного благополуччя є шестикомпонентна тео-



рія К. Ріфф (Ріфф, Кейс, 1995: 719–727). Визначаючи обмеженість гедоністичного підходу у вивченні психологічного благополуччя особистості, К. Ріфф створила свою теорію на основі аналізу концепцій, пов'язаних із позитивним функціонуванням особистості. Такий підхід дав змогу узагальнити і виділити шість основних компонентів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні відносини з оточуючими, автономія, управління навколишнім середовищем (компетентність), мета (ціль) у житті, особистісний ріст (Ріфф, Кейс, 1995: 719–727). Як видно, в цій концепції позитивне самоствавлення, самоприйняття є необхідною умовою психологічного благополуччя особистості. Важливість особливостей ставлення до себе і зовнішнього світу була зазначена і Р. М. Шаміоновим, для якого суб'єктивне благополуччя – це поняття, що виражає ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, які мають важливе значення для особистості з погляду засвоєних нормативних уявлень про зовнішнє і внутрішнє середовище (Шаміонов, 2008). Також у дослідженнях феномена психологічного благополуччя визначається важливість ціннісного аспекту світогляду. Так, В. О. Хащенко суб'єктивне благополуччя визначив як інтегральний психологічний показник життя людини, що відображає ціннісні аспекти ставлення людини до різних сфер її життя і рівень адаптації до них (Хащенко, 2015: 38–50).

У вітчизняних публікаціях за тематикою цього дослідження приділялася увага вивченню особливостей зв'язку психологічного благополуччя зі самоствердженням (Гришко, 2017: 47–50), зв'язку психологічного благополуччя й особистісної зрілості (Ящук, Пасніченко, 2017: 170–173) тощо; як чинники (предиктори) психологіч-

ного благополуччя у людей з обмеженими можливостями здоров'я було виділено самоприйняття, життєві цілі, автономію (Гуляєва, 2018: 157–166).

Як ми можемо побачити, набір чинників, які вітчизняні й зарубіжні науковці вважають значущими щодо феномена психологічного благополуччя, є досить широким, що викликало необхідність їх групування у певні класи або категорії чинників. Наприклад, Л. Куліков власне бачення проблеми психологічного благополуччя презентує, виділяючи такі його чинники: 1) соціальні – це задоволеність особистості власним соціальним статусом і станом соціуму, до якого вона себе зараховує, задоволеність міжособистісними зв'язками, статусом у мікросоціальному оточенні чи інтерес до «ідеального суспільства всього людства»; 2) духовні – відчуття причетності до духовної культури суспільства, усвідомлення можливості долучатися до її багатств, розуміння сутності і призначення людини, усвідомлення переживання нею сенсу життя; 3) фізичні – добре фізичне самопочуття, фізичний тонус, тілесний комфорт, що задовольняє індивіда; 4) матеріальні – задоволеність матеріальним аспектом свого існування (житло, харчування, відпочинок тощо), стабільність матеріального статку; 5) психологічні – узгодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги (Куліков, 2000: 476–510).

В інших наукових працях виділяють такі рівні факторів психологічного благополуччя: рівень зовнішніх (позаособистісних) факторів (біологічний, соціальний компоненти, матеріальні блага), рівень особистісних факторів (властивості темпераменту, базові властивості особистості та позитивні риси характеру), рівень міжособистісних факто-

Таблиця 1

**Взаємозв'язок психологічного благополуччя
й основних компонентів світогляду особистості**

Світоглядні чинники	К/к*	р**	К/к	р	К/к	р
	1. Концепція людини		2. Самоприйняття		3. Цінності	
Компоненти ПБ						
1. Позитивні відносини з іншими	,247*	0,032	***		***	
2. Автономія	***		,681**	0,000	,641**	0,000
3. Управління оточенням	,344**	0,002	***		***	
4. Особистісний ріст	,253*	0,028	,273*	0,017	,340**	0,003
5. Ціль у житті	***		***		***	
6. Самоприйняття	,364**	0,001	,363**	0,001	,482**	0,000
Психологічне благополуччя	,322**	0,005	,409**	0,000	,509**	0,000

*к/к – коефіцієнт кореляції; ** р – рівень статистичної значимості; *** констатується відсутність взаємозв'язку; **** ПБ – психологічне благополуччя

рів (позитивні вчинки та дії, досягнуті сприятливі міжособистісні відносини та сукупність соціально значимих досягнень) і рівень суб'єктивно-особистісних факторів (Яворовська, Філоненко, 2014: 216–220).

Таким чином, хоча феномен психологічного благополуччя активно досліджується в рамках вітчизняної й зарубіжної науки, ми можемо констатувати брак досліджень, які б повністю розкрили світоглядні чинники психологічного благополуччя в їх комплексній взаємопов'язаності. Так, наприклад, у багатьох наукових дослідженнях аналізується зв'язок цінностей із психологічним благополуччям, однак при цьому зазначається відрив розгляду цінностей від інших чинників, компонентів світогляду особистості.

Феномен світогляду в рамках психології визначають як систему узагальнених поглядів на природу і суспільство, місце людини в ньому, загальні закономірності функціонування реального та ідеального світу, ставлення людей до навколишньої дійсності і себе, а також зумовлені цими поглядами переконання, ідеали і принципи пізнання, ядро образу світу особистості, структурний компонент особистості та її фундамент (Кузнецов, 2019: 41–48).

Науковці виділяють такі елементи змістовного наповнення в структурі індивідуального світогляду особистості: змістовний (який представлений базовими переконаннями особистості), ціннісний (включає цінності, смисли, ідеали), структурний (передбачає цілісність, несуперечність між змістовними елементами світогляду, гармонійність світогляду як єдиної системи тощо) і функціональні аспекти (гнучкість, відповідність поведінки світоглядним переконанням) (Д. О. Леонт'єв); ціннісні орієнтації і смисли (М. Л. Хуторна, Е. В. Баркалова); метафізика, стосунки з групою, ставлення до авторитету, локус відповідальності, суб'єктність, мінливість (М. Колтко-Рівера); світопереконання, «я-розуміння», ставлення до себе і навколишнього світу (Л. Д. Кривега) тощо (Кузнецов, 2019: 41–48; Хуторна, Баркалова, 2018: 188–191; Колтко-Рівера, 2004: 3–58; Леонт'єв, 2004; Кривега, 1998).

Можна побачити, що світогляд особистості є доволі всеосяжним феноменом, який залежно від трактувань різних науковців має різне змістовне наповнення, набір елементів, аспектів свого вияву, функціональне призначення тощо. Однак можна зазначити тенденцію: в більшості подібних класифікацій визначається керівна роль переконань особистості (або ж тих уявлень, поглядів особистості, які відображають її загальне ставлення до світу, соціуму

і самої себе) і ціннісної системи особистості. Таким чином, основними, базовими компонентами світогляду можна вважати переконання особистості (або ж загальні уявлення людини про інших людей, світ загалом) і цінності особистості. Доцільним нам видається проаналізувати також самосприйняття особистості як «іншу сторону монети» переконань і ставлення особистості до світу й інших людей. Отже, у цьому дослідженні буде проаналізовано особливості взаємозв'язку психологічного благополуччя з такими основними компонентами світогляду, як уявлення про людину і самоставлення (як базові уявлення про себе і світ), цінності.

2. Методологія та методи

Об'єктом цього дослідження є психологічне благополуччя особистості, предметом – особливості взаємозв'язку основних компонентів світогляду із психологічним благополуччям. Метою роботи є виявлення особливостей взаємозв'язку компонентів світогляду особистості з компонентами психологічного благополуччя.

Дослідницька гіпотеза полягає в тому, що основні компоненти світогляду (концепція людини, самосприйняття, цінності особистості) зумовлюють рівень психологічного благополуччя. Припускається, що сформовані позитивні уявлення про природу людини сприятимуть встановленню позитивних відносин з іншими (і через цей компонент психологічного благополуччя сприятимуть позитивному функціонуванню особистості); позитивне самосприйняття і наявність цінностей, властивих самоактуалізованій особистості, позитивно корелюватиме з автономією і особистісним зростанням як компонентами психологічного благополуччя особистості, сприятимуть встановленню значимих цілей в житті.

Емпірична частина дослідження була проведена з використанням методу письмового очного групового опитування респондентів. Під час опитування використовувався такий тестовий інструментарій: Самоактуалізаційний тест (Фетискін, Козлов, Мануйлов, 2002: 426–433); Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (Шевеленкова, Фесенко, 2005: 95–129); методи статистичної обробки даних – кореляційний аналіз, регресійний аналіз (SPSS 22.0). Після збору матеріалу опитування було здійснено кількісну і якісну обробку даних з їх подальшою інтерпретацією (результати дослідження було проаналізовано й узагальнено).

Означений підбір тестового інструментарію дослідження, по-перше, зумовлений теоретичною основою розгляду феномена



психологічного благополуччя в цьому дослідженні є концепція К. Ріфф, отже, логічним буде використання методики саме цього автора; по-друге, виділені основні компоненти світогляду особистості можуть бути дослідженні за допомогою блоків шкал із Самоактуалізаційного тесту (також ця методика цілком відповідає поняттям позитивного функціонування особистості, в рамках якого розробляються теоретичні основи дослідження за вибраною темою).

Вибірка складалася з 76 осіб віком 18–23 років. Як досліджувані виступали студенти факультетів психології, філології і юридичного факультетів КНУ ім. Т. Г. Шевченка, які отримують освіту на 2–4 курсах ОКР «бакалавр» і 1–2 курсу ОКР «магістр».

3. Результати та дискусії

У процесі здійснення аналізу було визначено особливості взаємозв'язку основних компонентів світогляду і компонентів психологічного благополуччя особистості. Також аналіз включає зв'язок загального рівня психологічного благополуччя з компонентами світогляду особистості.

Взаємозв'язок між психологічним благополуччям і концепцією людини (яка представлена уявленнями про природу людини і синергією) є середнім за показником коефіцієнта кореляції Пірсона й прямим за спрямованістю ($r = 0,322$, $p = 0,005$). На основі отриманого результату можна припустити, що світоглядне переконання в позитивній природі людини, наявність у людини уявлення про реальні й концептуальні протилежності нашого світу, взаємозалежні дихотомії (наприклад, як тілесне і духовне, добро і зло) і розвиненої тенденції до цілісного і несуперечного сприйняття людей і світу загалом позитивно зумовлюють психологічне благополуччя особистості.

Варто зауважити, що наявні середні за силою взаємозв'язки між концепцією людини і такими компонентами психологічного благополуччя, як самоприйняття ($r = 0,364$, $p = 0,001$) і управління оточенням ($r = 0,344$, $p = 0,002$); слабкі зв'язки з особистісним ростом ($r = 0,253$, $p = 0,028$) і позитивними відносинами з іншими ($r = 0,247$, $p = 0,032$); відсутній зв'язок із автономією і ціллю в житті. Тобто найбільшою мірою наявність позитивної концепції людини впливає на розвиток й актуалізацію таких компонент психологічного благополуччя, як самоприйняття й управління оточенням. Скоріш за все, означений зв'язок пояснюється тим, що, з одного боку, наявність різносторонніх, гнучких і цілісних поглядів на природу людини і світу допомагає людині навчитися адекватно оцінювати самого себе, помічати і приймати власні

позитивні й негативні особистісні якості, достоїнства і недоліки. Можна навіть припустити, що позитивні уявлення про себе й інших людей мають єдине коріння, а саме: загальну доброзичливість і відкритість до світу, яка призводить до переживання психологічного благополуччя особистістю (і відкритість до самого себе, як частини цього світу). Перевірка цього припущення може стати напрямом подальших наукових пошуків. З іншого боку, наявність позитивної концепції людини створює умови для розвитку компетенції управління оточенням – пізнаючи і приймаючи різні сторони суспільства, світу, інших людей, ми вчимося контролювати зовнішні змінні, ефективно використовувати різні можливості в реалізації діяльності, можливості, помічати і використовувати собі на користь або створювати такі умови і обставини, які підходять для задоволення особистих потреб та досягнення власних цілей. Тобто ми можемо констатувати на основі аналізу цього зв'язку, що формування повноцінної концепції світу не існує еліміновано лише в когнітивній сфері особистості, лише як певне «знання для знання», а може бути активно використано особистістю в організації взаємодії зі світом і сприяти благополуччю особистості.

Меншою мірою позитивна концепція людини впливає на особистісне зростання і позитивні відносини з іншими, однак ми все ж можемо помітити, що наявність віри в людей, позитивного і цілісного уявлення про людину, схильності приймати і негативні сторони людської природи (і, можливо, до прояву поблажливості до чужих недоліків і помилок) сприяє встановленню довірчих близьких і гармонійних відносин з іншими, виявляє здатність співпереживати, йти на взаємні поступки заради збереження стосунків; також особистість із позитивною концепцією людини проявлятиме тенденцію до реалізації свого потенціалу, особистісного зростання відповідно до своїх актуальних досягнень (скоріш за все, розвинені уявлення про природу людини і світу допомагають формуванню адекватної і гнучкої самооцінки, порівнянню себе з іншим, що сприяє виробленню найбільш ефективних стратегій особистісного розвитку).

Було підтверджено наявність статистично значущого взаємозв'язку між таким компонентом світогляду, як самосприйняття, і рівнем психологічного благополуччя особистості ($r = 0,409$, $p = 0,000$), який є середнім за силою прояву й прямим за спрямованістю. Були виявлені взаємозв'язки між самосприйняттям і компонен-

тами психологічного благополуччя: автономія ($r=0,681$, $p=0,000$), особистісний ріст ($r=0,273$, $p=0,017$) і самоприйняття ($r=0,363$, $p=0,001$); відсутні зв'язки з позитивними відносинами з іншими, управлінням оточенням, ціллю в житті. Одразу варто зазначити, що самосприйняття (як компонент світогляду) і самоприйняття (як компонент психологічного благополуччя) не можна вважати тотожними поняттями: у випадку із самосприйняттям як компонентом світогляду ми говоримо про тенденцію особистості до прояву саморозуміння з аутосимпатією до власної особистості, а у випадку із самоприйняттям як компонентом благополуччя – сформованою компетенцією приймати себе, зважуючи і визнаючи власні достоїнства і недоліки. Взаємозв'язок самосприйняття і самоприйняття означає, що намагання особистості зрозуміти себе призводитиме до самоприйняття як складника благополуччя.

Найбільшою мірою самосприйняття пов'язане з автономією, меншою мірою – з особистісним ростом. Отже, саморозуміння і позитивне самосприйняття як частина світогляду особистості сприяють розвитку самостійності, здатності до саморегуляції поведінки й спроможності відстоювати власну життєву позицію (навіть всупереч зовнішньому тиску), формуванню адекватної самооцінки й особистісної автономії, що своєю чергою призводить до виникнення відчуття задоволення самим собою і благополуччя.

Отримані результати дослідження допомогли встановити наявність взаємозв'язку між цінностями особистості і психологічним благополуччям ($r=0,509$, $p=0,000$). Було констатовано зв'язки цінностей із деякими компонентами благополуччя: автономія ($r=0,641$, $p=0,000$), особистісний ріст ($r=0,340$, $p=0,003$) і самоприйняття ($r=0,482$, $p=0,000$); відсутні зв'язки з позитивними відносинами з іншими, управлінням оточенням, ціллю в житті.

Варто зауважити, що в цьому дослідженні блок цінностей представлений цінностями особистості, яка самоактуалізується (це зумовило вибір методичного інструментарію), оскільки, з авторської точки зору, саме цінності самоактуалізованої особистості (істина, звершення, справедливість, самодостатність тощо) презентують зміст сформованого, суспільно орієнтованого і цілісного світогляду. До того ж показники блоку цінностей передбачають гнучкість їх реалізації, що забезпечує здатність особистості до видозміни і якісного вдосконалення власних світоглядних орієнтирів у міру отримання нового життєвого досвіду.

Таким чином, дослідження свідчить, що наявність цінностей самоактуалізованої особистості зумовлює психологічне благополуччя через актуалізацію таких компонентів благополуччя, як автономія, самоприйняття і особистісне зростання. У процесі аналізу означеної тенденції мимоволі нав'язується порівняння особистості з могутнім деревом, де коріння – ціннісні орієнтації, непорушний і міцний стовбур дерева – самоприйняття і автономія особистості, тенденція до особистісного зростання відображається пишністю крони дерева, а психологічне благополуччя загалом можна оцінити по зелених листях цього дерева.

Насправді, наявність стабільної (і в той же час гнучкої, готової до видозміни) системи ціннісних орієнтацій забезпечує стабільність всієї структури світогляду особистості, допомагає людині «міцно стояти на ногах», здійснювати опір зовнішньому тиску (як стовбур дерева виявляє опір сильним вітрам), виявляти власну автономію і залишатися при цьому самим собою. Маючи міцне коріння і сильний стовбур, гілля дерева тягнеться до сонця – так само як людина, маючи стабільні цінності й достатній рівень автономії, «тягнеться догори», виявляє здатність до особистісного зростання і самовдосконалення. І, нарешті, як оцінити загальне благополуччя дерева можна по зеленому листю, так і загальний рівень психологічного благополуччя може слугувати маркером злагодженої роботи всіх елементів у загальній структурі особистості, того, що особистість живе і діє на основі власних ціннісних орієнтацій (які сприймаються як частина особистості і особисте надбання), приймає всі сторони своєї особистості і не боїться презентувати себе світу, відстоюючи власні інтереси і потреби.

Що досить важливо, результати дослідження підтверджують значну міру зв'язку ціннісних орієнтацій і автономії як компонента психологічного благополуччя: це означає, що особистість виявляє здатність приймати рішення, які скеровуються власними цінностями, переконаннями і совістю. На практиці це може відобразити тенденцію особистості як морального суб'єкта до самовизначення на основі цілісної і гнучкої ціннісної системи: прийняття рішень буде скеровуватися не лише загальноприйнятим у конкретному суспільстві правилами поведінки і цінностями, але також індивідуальними ціннісними переконаннями, зі збереженням розумного балансу між врахуванням зовнішніх обставин і вимог середовища з реалізацією внутрішніх моральних принципів. Навпаки, якщо особистість



має низький рівень автономії, то вона буде схильна до прийняття загальноприйнятих усталених норм поведінки «ззовні», без обґрунтування їх необхідності відповідно до індивідуальної ціннісної системи, що перешкоджатиме як прояву власних світоглядних переконань, так і переживанню благополуччя.

На основі результатів дослідження нами додатково було проведено регресійний аналіз із метою перевірки міри впливу компонентів світогляду особистості на психологічне благополуччя. Було перевірено модель регресії, в якій відображена міра впливу компонентів світогляду (концепція людини, самосприйняття, цінності) на загальний рівень психологічного благополуччя особистості. Цю модель було вирішено вважати задовільною, оскільки її коефіцієнт множинної детермінації становить 0,509 при рівні статистичної значущості 0,000. Це означає, що 50,9% дисперсії залежної змінної «психологічне благополуччя» зумовлено впливом виділених незалежних змінних – компонентів світогляду особистості.

Висновки

У цій роботі було представлено результати емпіричного дослідження особливостей взаємозв'язку компонентів світогляду особистості з компонентами психологічного благополуччя. Зокрема, на основі результатів проведеного дослідження було встановлено наявність взаємозв'язків між основними компонентами світогляду особистості (концепція людини, самосприйняття, цінності особистості) і компонентами психологічного благополуччя. Було визначено, що сформованість в особистості позитивної концепції людини сприятиме самоприйняттю, формуванню

компетенції управління оточенням, впливатиме на тенденцію до особистісного росту і встановлення позитивних довірчих відносин з оточуючими і загалом позитивно корелює з рівнем психологічного благополуччя. Визначається позитивний зв'язок самосприйняття (як компонента світогляду особистості) з автономією особистості, формуванням самоприйняття як невід'ємного компонента психологічного благополуччя, зростанням особистості. Також було констатовано позитивний взаємозв'язок блоку ціннісних орієнтацій (наявності в структурі світогляду цінностей самоактуалізованої особистості, вияву гнучкості в реалізації цих цінностей) із психологічним благополуччям і такими його компонентами, як автономія, особистісне зростання і самоприйняття особистості.

Таким чином, психологічному благополуччю сприятимуть наявність цілісної і гнучкої системи ціннісних орієнтацій, сформованість позитивних уявлень про людську природу і позитивного самосприйняття в структурі індивідуального світогляду особистості.

Перспективним напрямом подальших досліджень може стати визначення не тільки основних компонентів світогляду особистості, але й інших його складників (наприклад, світоглядні переконання особистості, ідеали особистості, її вірування тощо), які можуть стати визначальними чинниками щодо феномена психологічного благополуччя. Також досить актуальною видається проблема дослідження особливостей світогляду представників різних вікових груп: особливості базових переконань і ціннісних орієнтацій людей різного віку, цілісність, мінливість, гнучкість їх світогляду можуть стати додатковими факторами дослідницького аналізу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гришко В.В. Поняття феномена психологічного благополуччя та його зв'язок із самоствердженням. *Ракурси психологічного благополуччя особистості* : збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару «Ракурси психологічного благополуччя особистості», 9 червня 2017 р., Ніжин. Ред. кол.: Титаренко Т.М. (гол. ред) та ін. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. С. 47–50.
2. Гуляєва О.В. Чинники психологічного благополуччя у студентів з обмеженими можливостями здоров'я : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна Міністерства освіти і науки України. Харків, 2018. 207 с. URL: http://psychology.univer.kharkov.ua/1819news/Diss_oct/Diss_Guliaeva.pdf (дата звернення: 02.06.2020).
3. Кривега Л.Д. Мировоззренческие ориентации личности в условиях трансформации общества. Запорожье : ЗГУ, 1998. 202 с.
4. Кузнецов О.І. Світогляд особистості як психологічна проблема. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. Херсон. держ. ун-т, ф-т психології, історії та соціол. 2019. № 1. С. 41–48.
5. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью. *Общество и политика*. Санкт-Петербург, 2000. С. 476–510. URL: <https://refdb.ru/look/2421648-pall.html> (дата звернення: 02.06.2020).
6. Леонтьев Д.А. Мировоззрение как миф и мировоззрение как деятельность. *Менталитет и коммуникативная среда в транзитивном обществе*. Томск : Томский государственный университет, 2004. С. 11–29.
7. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва, 2002. С. 426–433.

8. Хащенко В.А. Модель суб'єктивного економічного благополуччя. *Психологічний журнал*. 2015. Т. 26. № 3. С. 38–50.
9. Хуторная М.Л., Баркалова Е.В. Психологічний аналіз компонентів поняття «мировоззрення». *Перспективи науки і освіти*. 2018. № 2 (32). С. 188–191. URL: <https://pnojurnal.files.wordpress.com/2019/09/1802pno.pdf> (дата звернення: 02.06.2020).
10. Шамионов Р.М. Суб'єктивне благополуччя особистості: психологічна картина і фактори. Саратов, 2008. 296 с.
11. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологічне благополуччя особистості (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологічна діагностика*. 2005. № 3. С. 95–129.
12. Яворовська Л.М., Філоненко Г.С. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 2014. № 12. С. 216–220. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_12_44 (дата звернення: 02.06.2020).
13. Ящук М.Г., Пасніченко А.Е. Особистісна зрілість як критерій психологічного благополуччя. *Ракурси психологічного благополуччя особистості* : збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару «Ракурси психологічного благополуччя особистості», 9 червня 2017 р., Ніжин. Ред. кол.: Титаренко Т.М. (гол. ред) та ін. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. С. 170–173.
14. Koltko-Rivera M. The psychology of worldviews. *Review of general psychology*. 2004. Vol. 8 (1). P. 3–58.
15. Ryff C., Keyes C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. P. 719–727.

REFERENCES:

1. Hryshko V.V. (2017). Poniattia fenomenu psykholohichnoho blahopoluchchia ta yoho zviazok iz samostverdzhenniam [The concept of the phenomenon of psychological well-being and its connection with self-affirmation]. *Rakursy psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti: zbirnyk tez dopovidei vseukrainskoho naukovo-praktychnoho seminaru "Rakursy psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti" – Perspectives on the psychological well-being of the individual: a collection of abstracts of the All-Ukrainian scientific-practical seminar "Perspectives on the psychological well-being of the individual"*, 9 chervnia 2017 r., Nizhyn. Red. kol.: Tytarenko T.M. (hol.red) ta in. Nizhyn : NDU im. M. Hoholia, 47–50 [in Ukrainian].
2. Huliaieva O.V. (2018). Chynnyky psykholohichnoho blahopoluchchia u studentiv z обмеженими mozhyvostiamy zdorovia [Factors of psychological well-being of students with disabilities]. *Kharkivskiy natsionalnyi universytet imeni V.N. Karazina Ministerstva osvity i nauky Ukrainy, Kharkiv*. URL: http://psychology.univer.kharkov.ua/1819news/Diss_oct/Diss_Guliaeva.pdf [in Ukrainian].
3. Krivega L.D. (1998). Mirovozzrencheskie orientacii lichnosti v uslovijah transformacii obshchestva [Worldview orientations of the individual in the context of the transformation of society]. *Zaporozh'e : ZGU* [in Russian].
4. Kuznetsov O.I. (2019). Svitohliad osobystosti yak psykholohichna problema [Worldview of the individual as a psychological problem]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnogo universytetu. Seriya : Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological Sciences*. Kherson, 1, 41–48. [in Ukrainian].
5. Kulikov L.V. (2000). Determinanty udovletvorennosti zhizn'yu [Determinants of life satisfaction]. [Elektronnij resurs] *Obshchestvo i politika – Society and politics. SPb.*, 476–510. URL: <https://refdb.ru/look/2421648-pall.html> [in Russian].
6. Leont'ev D.A. (2004). Mirovozzrenie kak mif i mirovozzrenie kak deyatel'nost' [Worldview as a myth and worldview as an activity]. *Mentalitet i kommunikativnaya sreda v tranzitivnom obshchestve – Mentality and communicative environment in a transitive society*. Tomsk: Tomskij gosudarstvennyj universitet, 11–29 [in Russian].
7. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manujlov G.M. (2002). Social'no-psihologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyh grupp [Socio-psychological diagnostics of the development of personality and small groups]. M., 426–433 [in Russian].
8. Hashhenko V.A. (2015). Model sub'ektivnogo ekonomicheskogo blahopoluchhiya [Model of subjective economic well-being]. *Psihologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, 3, 38–50 [in Russian].
9. Hutornaja M.L., Barkalova E.V. (2018). Psihologicheskij analiz komponentov ponyatiya "mirovozzrenie" [Psychological analysis of the components of the concept of "worldview"]. *Perspektivy nauki i obrazovanija – Prospects for science and education*, 2 (32), 188–191. URL: <https://pnojurnal.files.wordpress.com/2019/09/1802pno.pdf> [in Russian].
10. Shamionov R.M. (2008). Sub'ektivnoe blahopoluchie lichnosti: psihologicheskaya kartina i faktory [Subjective well-being of the person: psychological picture and factors]. *Saratov* [in Russian].
11. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. (2005). Psihologicheskoe blahopoluchie lichnosti (obzor osnovnyh koncepcij i metodika issledovaniya) [Psychological well-being of the individual (overview of basic concepts and research methodology)]. *Psihologicheskaja diagnostika – Psychological diagnosis*, 3, 95–129 [in Russian].
12. Iavorovska L.M., Filonenko H.S. (2014). Faktory stanovlennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Factors in the formation of psychological well-being of the individual]. *Nauka i osvita – Science and education*, 12, 216–220. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_12_44 [in Ukrainian].
13. Yashchuk M.H., Pasnichenko A.E. (2017). Osobystisna zrilist yak kryterii psykholohichnoho blahopoluchchia [Personal maturity as a criterion of psychological well-being]. *Rakursy psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti: zbirnyk tez dopovidei vseukrainskoho naukovo-praktychnoho seminaru "Rakursy psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti" – Perspectives on the psychological well-being of the individual: a collection of abstracts of the All-Ukrainian scientific-practical seminar "Perspectives on the psychological well-being of the individual"*, 9 chervnia 2017 r., Nizhyn. Red. kol.: Tytarenko T.M. (hol.red) ta in. Nizhyn : NDU im. M. Hoholia, 170–173 [in Ukrainian].



14. Koltko-Rivera M. (2004). The psychology of worldviews. *Review of general psychology*, 8 (1), 3–58.

15. Ryff C., Keyes C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 719–727.

Стаття надійшла до редакції 18.06.2020.

The article was received 18 June 2020.

УДК 37.015.311:159.923.3-051

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-3>

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА МАТРИЦЯ МАКРОГЕНЕЗУ «КАРТИНИ СВІТУ» МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ

Калищук Світлана Миколаївна

кандидат психологічних наук, доцент,
докторант кафедри психології особистості та соціальних практик

Київський університет імені Бориса Грінченка

klana_@ukr.net

ORCID: 0000-0002-1749-7856

Researcher ID: F-4321-2019

Мета. Висвітлення складу та процесуальної дії психолого-педагогічної матриці макрогенезу «картини світу» майбутніх психологів-консультантів.

Методи. Процедура теоретико-методологічного дослідження складалась із генетико-моделюючого, системного, структурно-інтегративного і фреймового підходів.

Результати. Доведено, що макрогенез «картини світу» є системотвірним вектором формування професійної ідентичності психолога-консультанта, вбираючи в себе конструкти опису професійного світу та семантичні універсалії щодо нього. Визначено психолого-педагогічну мету макрогенезу «картини світу» майбутніх психологів-консультантів, яка полягає в об'єктивації засобів та шляхів унікальної суб'єктивної репрезентації об'єктивної дійсності, що проектується на сприйняття та розуміння клієнта. Топологічною моделлю психолого-педагогічної матриці обрано паралелепіпед, внутрішній зв'язок між гранями якого організує об'ємний простір із мережами і вузлами. На нижній (форми моделей навчальних ситуацій) та верхній (форми оновлення «картини світу») горизонтальних гранях розташовуються, відповідно, причинні (вихідні) та наслідкові (похідні) інформаційні кластери. На чотирьох вертикальних гранях розміщуються системотвірні варіанти форм представлення інформації, які окреслені варіативністю онтологічних доміант (змісту, генезу, операцій, планів дії) транстеоретичного екзистенціально-системного концепту.

Висновки. Фреймовий підхід, на засаді якого побудована узагальнена модель психолого-педагогічної матриці, дає змогу включити до себе максимально повний обсяг реальних ситуацій процесу макрогенезу «картини світу», які розглядаються в інтрапсихічному, інтерпсихічному, екзистенціальному та системному ракурсі. Матриця характеризується безмежним ресурсом бути адаптованою до конкретної психолого-педагогічної ситуації шляхом задіяння окремих скриптів (сценаріїв) – ментальних репрезентацій каузально пов'язаних дій, які спрямовані на головну мету макрогенезу «картини світу» – на розвиток відкритої пізнавальної позиції щодо себе, світу і світу професії.

Ключові слова: *транстеоретичний підхід, екзистенціально-системний концепт, мнемічні контексти, топологічна модель, фреймовий підхід.*

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL MATRIX OF MACRO GENESIS OF THE “WORLDVIEW” OF FUTURE PSYCHOLOGISTS-CONSULTANTS

Kalishchuk Svitlana Mykolayivna,

Ph.D. in Psychology, Assistant Professor,

Doctoral Student at the Department of Psychology of Personality and Social Practices

Borys Grinchenko Kyiv University

klana_@ukr.net

ORCID: 0000-0002-1749-7856

Researcher ID: F-4321-2019

Purpose. Elucidation of the composition and procedural action of the psychological and pedagogical matrix of macrogenesis “worldview” of future counseling psychologists.

Methods. The procedure of theoretical and methodological research consisted of genetic modeling, system, structural-integrative and frame approaches.

Results. It is proved that the macrogenesis of the “worldview” is a system-forming vector of formation of the professional identity of the counseling psychologist, absorbing the constructs of the description of the professional world and semantic universals about it. The psychological and pedagogical goal of the macrogenesis of the “worldview” of future counseling psychologists is determined, which is to objectify the means and ways of unique subjective representation of objective reality, which is projected on the perception and understanding of the client. The topological model of the psychological-pedagogical matrix is a parallelepiped, the internal connection between the faces of which is organized by the three-dimensional space with networks and nodes. On the lower (forms of models of learning situations) and upper (forms of updating the “worldview”) horizontal faces are respectively causal (initial) and consequential (derived) information clusters. On the four vertical faces are system-forming variants of forms of information representation, which are outlined by the multivariate ontological dominants (content, genesis, operations, action plans) of the transtheoretical existential-systemic concept.

Conclusions. The frame approach, on the basis of which the generalized model of psychological and pedagogical matrix is built, allows to include the fullest volume of real situations of the process of macrogenesis of “worldview”, which are considered in intrapsychic, interpsychic, existential and systemic perspective. The matrix is characterized by an unlimited resource to be adapted to a specific psychological and pedagogical situation by using individual scripts (scenarios) – mental representations of causally related actions, which are aimed at the main goal of macrogenesis “worldview” – to develop an open cognitive position about themselves, the world and the world. profession.

Key words: *trans-theoretical approach, existential and systemic concept, mnemonic contexts, topological model, frame approach.*

Вступ

Центральний вектор фахової підготовки психологів-консультантів – це входження у смисловий простір світової психотерапевтичної культури, який сповнений чисельних блискучих ідей неперевершених авторів. Цей шлях передбачає виконання двох різноспрямованих, але нероздільних завдань: 1) засвоєння багатоманітного спектра «поліфонічних» діалогів представників різних парадигм, їх узагальнених теоретичних «призм» і методичних програм; 2) актуалізація в майбутнього фахівця проблем власної особистісної та професійної екзистенції. Практичний аспект означених завдань породжує в дослідників перелік питань, що розгортають поле пошуку чинників підвищення якості академічної підготовки психологів-консультантів. Зокрема, обговорюються та обґрунтовуються засади:

1) створення спеціальної галузі психологічних досліджень – «психотерапевтичної компаративістики» з метою здійснення порівняльно-історичних досліджень у просторі світової психотерапевтичної культури й побудови єдиної конструкції світової психотерапії (Цапкин, 2008). Така навчальна дисципліна, на думку В. М. Цапкіна, спрямовувала б студентів-психологів на пізнання конвергентних засад загального смислового простору психотерапевтичних систем в умовах різноманіття теорій і водночас розмитості меж практичної психологічної допомоги в умовах, коли «психотерапія виявляється міфологічним Протеєм, який постійно змінює свій образ, форму свого втілення» (Цапкин, 1992: 11). Розкриття граничних цілей і цінностей психологічних

шкіл та їх системнотвірних принципів – це рух знаходження засад об'єднаної психотерапевтичної системи, її об'єктивних психотерапевтичних універсалій.

2) інтегративного психотерапевтичного руху, який зумовлюється, як підкреслюють Дж. Прохазка та Дж. Норкросс, необхідністю встановлення відкритої творчості й транстеоретичного діалогу з метою підвищення ефективності психологічної допомоги з огляду на те, що «жодна система психотерапії й жодна теорія не є достатньо повною, щоб відповідати складності пацієнта» (Прохазка & Норкросс, 2007: 233). Варто підкреслити, що послідовний рух розвитку психологічної науки від пояснювальної до функціональної парадигми означає складання нової комплексної методології аналізу варіативності процесів динаміки складної системи, якою є людина. Сучасний період актуалізує мультитеоретичну, інтегративну (Зейг, Мьюніон, 2000), транстеоретичну (Прохазка, Норкросс, 2007) конвергенцію наявних психологічних систем. Однак дотепер інтегративний рух не знаходить свого відображення в навчальних програмах підготовки психологів-консультантів;

3) специфіки набуття довготривалої багатоступеневої післядипломної підготовки з виконанням чотирьох обов'язкових програм, а саме: початкової підготовки в галузі теорії та методів певного психотерапевтичного спрямування; дидактичної психотерапії – проходження власної психотерапії, курсу клінічної пропедевтики та супервізійного етапу. Наголосимо, що досвід післядипломної підготовки здійснюється, як правило, продовж 5–7 років та зосереджу-



ється на теорії й методах однієї психотерапевтичної орієнтації. Відбувається довготривале за часом і глибинне за сутністю замкнення в межах певної психологічної школи та признання її як ключового або навіть єдиного універсуму;

4) ефективного технологічного функціонування психолога-консультанта, яке залежить не тільки від практичного оволодіння концептуальними методами й удосконалення та збагачення технології консультативної діяльності.

Не менш важливою є особистісна складова частина психолога-консультанта і, перш за все, простір тієї екзистенціальної дійсності, з фрагментом якої він себе співвідносить і який значуще на нього впливає. Тому в процесі підготовки майбутніх психологів-консультантів важливим є фокусування уваги на мікрогенезі (становленні) та макрогенезі (розвитку) їх «картини світу» як багатшарової конструкції суб'єктивних образів реального світу та смислових зв'язків між ними (Каліщук, 2020а).

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

До конструктів, які розкривають зміст «картини світу» та походження досвіду інтерпретації подій об'єктивного світу і суб'єктивного їх переживання й трансляції, можна зарахувати:

- імпринтинг досвіду (Bernhardt & Marcher, 1992);
- «кристалізовані» патерни емоційного та поведінкового реагування (Adler, 1932);
- психічні та ментальні стани очікування (Porovych & Vlynova, 2019);

– «тип установки щодо інших» як механізм узагальнення й відчуження елементів світу від похідного досвіду та їх усталена та часто помилкова категоризація (Каліщук, 2014);

– семантичні універсалії як форма «упаковування» досвіду взаємодії зі світом (Каліщук, 2020б);

– динамічні смислові структури особистості, діяльності та ситуації як форми відбиття у свідомості ієрархічної структури взаємовідносин людини зі світом (Леонтьев, 2003);

– екзистенційну сповненість, що складається з самодистанціювання, самотрансценденції, свободи й відповідальності (Ldngle & Orgler, 2000);

– екзистенціальну мотивацію й екзистенціальну якість життя (Ldngle, 2011; Gцrtz, 2004) тощо.

Рух макрогенезу «картини світу» здійснюється від явища до поступового відкриття всіх можливих його граней. Це «автопоезний» рух (Varela, 1995), який спрямовано, з одного боку, на відображення дійсних зв'язків зі світом (життєві ситуації, життєві виклики), з іншого – на пізнання й розуміння світу з побудовою на засаді «самовіднесення» і співпричетності деталізованої «картини світу» з власними інтенціями вибору, свободи та відповідальності. Водночас «картина світу» – це план внутрішньої діяльності психолога-консультанта й інтегративна система дискретних значень, що складається з відкритих ним континуальних смислів як мінімоделей дійсності. Тому «картина світу» є простором розгортання професійної

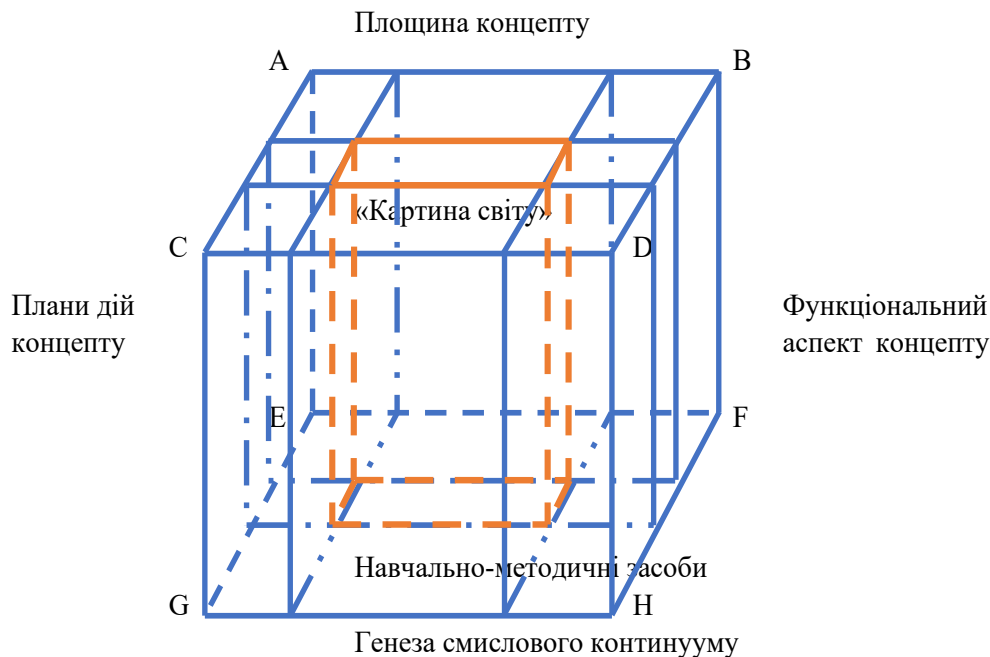


Рис. 1. Топологічна модель психолого-педагогічної матриці

екзистенції та професійного тезаурусу психолога-консультанта, зумовлюючи створення особистісних фільтрів сприйняття запиту клієнта, визначення траєкторій експлорації його внутрішнього досвіду та форми і спрямування процесу консультативних змін.

Отже, макрогенез «картини світу» є системотвірним вектором формування професійної ідентичності психолога-консультанта, вбираючи в себе конструкти опису професійного світу та семантичні універсали щодо нього. У зв'язку з цим важливим психолого-педагогічним завданням є створення моделі та процедури макрогенезу «картини світу» майбутніх психологів-консультантів із метою об'єктивації ними власних засобів та шляхів унікальної суб'єктивної репрезентації об'єктивної дійсності. Керований психолого-педагогічний рух макрогенезу «картини світу» має забезпечити відкриття та розуміння майбутніми психологами-консультантами тих граней власного сприйняття, які в них є доміантними з огляду на неповторно пережитий парафернальний досвід, який проектується ними на сприйняття та розуміння клієнта.

Мета статті – висвітлити склад та процесуальну дію психолого-педагогічної матриці макрогенезу «картини світу» майбутніх психологів-консультантів.

2. Методологія та методи

Процедура теоретико-методологічного дослідження забезпечує досягнення змістового аналізу психолого-педагогічної матриці та складається з таких методологічних підходів:

– генетико-моделюючий – єдність «самопроектування» особистості й системи умов її функціонування та розвитку (Максименко, 2006);

– системний – «автопоезний» процес неперервного суб'єктивного творення світу, який зумовлюється множиною взаємодій з оточуючим середовищем через спіральне повторення та взаємозв'язок, кожен з яких запускає структурні зміни в системі (Varela, 1995);

– структурно-інтегративний – аналіз інтегративних процесів еволюційного руху особистості (Холодная, 2002).

Крім того, враховуючи багатозаровість «картини світу», в якій минулий досвід людини інтегрується з безмежною власною інтенційністю та вибудовує парафернальну смислово проєкцію дійсності, вважаємо, що для моделювання психолого-педагогічної матриці найбільш доцільно використовувати фреймовий підхід, запропонований М.Л. Мінським (Minsky, 1975). Аргументація на користь фреймового підходу зумовлена мультифакторністю процесу макрогенезу «кар-

тини світу» майбутніх психологів-консультантів та спирається на такі ключові положення:

1) врахування ідей розумючої парадигми (відкриття сутності через процеси еволюціонування, флуктації, біфуркації, самоорганізації, автопоезу) вимагає розгляду макрогенезу «картини світу» в «транстеоретичній» парадигмі, яка в синергетичній єдності спрямована на встановлення смислових взаємозв'язків між елементами системи завдяки розвитку об'ємності та багатомірності психологічного «бачення» себе і світу;

2) використання екзистенціально-системного концепту як транстеоретичної психологічної системи забезпечення процесу смислової динаміки свідомості особистості через прийняття і проживання викликів життя з метою досягнення автентичних установок, свободи й відповідальності щодо власної екзистенції та світу (Каліщук, 2020а);

3) прийняття до уваги специфіки психологічного знання, яке має не тільки вигляд структури певних інформаційних даних, але водночас і механізмів, систем, умов та обмежень їх сприйняття. Психологічна інформація створює нові емоційні зв'язки між смислами, що виступає ключем до знаходження нових аттракторів, які доповнюють смислове поле, організоване відповідно до відбиття життєвих відносин і переживання певного контексту. Таким чином забезпечується процесуальна дія розвитку майбутніми психологами-консультантами власних значень, індукування варіативного інтерпретування відкритих раніше смислів через дію розуміння ракурсів «співвіднесення себе зі світом знання» та «самовіднесення»;

4) констатація, що кожен окремий об'єктивований фрейм – це квант інформаційної системи психологічних знань, який виступає не тільки елементом ієрархічної структури для уявлення знань, засобом їх пред'явлення, організації та структуризації, але й процедурою відкриття нових значень через підвищення точності репрезентацій об'єктивного світу, збільшення масштабу суб'єктивної моделі світу, складання «множинного тексту на пізнавальних контурах: сенсорно-перцептивному, уявленню, мисленневому, афективному, рефлексивному» (Агафонов, 2003: 110).

3. Результати та дискусії

Беручи до уваги класифікацію фреймів, запропоновану С.А. Жаботинською, а саме: предметно-центричний фрейм, акціональний, партонімічний, гіпотонімічний, асоціативний (Жаботинская, 1999), ми припускаємо, що психолого-педагогічна матриця макрогенезу «картини світу» майбутніх психологів-консультантів з огляду на свою специфіку та предметну доречність має їх відображувати в повному



обсязі. Тому топологічною моделлю психолого-педагогічної матриці обрано тривимірну фігуру – паралелепіпед, горизонтальні та вертикальні грані, якого мають власну структуру залежно від їх змісту, а внутрішній зв'язок між ними організує об'ємний простір із мережами і вузлами, що створює, як результат, смислове поле і впливає на макrogenез «картини світу» майбутнього психолога-консультанта. На рис. 1 зображена узагальнена модель фреймової структури з умовною зоною оновлення «картини світу».

Шість граней паралелепіпеда розкривають структурні зв'язки елементів психолого-педагогічної матриці. На нижній (форми моделей навчальних ситуацій) та верхній (форми оновлення «картини світу») горизонтальних гранях розташовуються, відповідно, причинні (вихідні) та наслідкові (похідні) інформаційні кластери. На чотирьох вертикальних гранях розміщуються системотвірні варіанти форм представлення інформації, які окреслені варіативністю онтологічних доміант (змісту, генезу, операцій, планів дії) транстеретичного екзистенціально-системного концепту.

Верхня горизонтальна грань CABD відображує смислове ядро моделі – «картину світу» майбутнього психолога консультанта з окремими квантами її оновлення через складання смислів і емоційних зв'язків між ними. «Картина світу» поповнюється відкритими смислами із застосуванням різних фреймів:

- предметно-центричних, які складаються з окремих смислів, значень, понять щодо одного предмета, наприклад, визначення мети психологічної допомоги або відкриття всіх аспектів «це є Я» як ракурсу «співвіднесення зі світом»;

- акціональних фреймів, в яких здійснюється взаємодія кількох предметів із різними семантичними ролями, наприклад: сприйняття викликів життя (складності, невизначеності, різноманітності, резигнації та вибору);

- партонімічних фреймів, предметні сутності яких співвідносяться між собою як ціле і його частина, наприклад: індивідуальна психологія, яка розкриває генетичний план функціональної дії екзистенціально-системного концепту, зокрема, з'ясовуючи «девіз життя» та зафіксовану «схему апперцепції»;

- гіпотонімічних фреймів, в яких предметні сутності поєднуються родо-видовими відношеннями, наприклад: семантичні універсалиї «професійної картини світу» як складники «картини світу» майбутнього психолога-консультанта;

- асоціативних фреймів, що розкривають відношення схожості понять, пов'язаних зв'язками подібності, наприклад: імпринтинг досвіду та «кристалізовані емоційні та поведінкові патерни, або «найбільш ранній дитячий спогад» і «це моє Життя» як ракурс «співвіднесення зі світом».

Смислове ядро кожного фрейму визначає різноманіття понять, що активуються в процесі вирішення навчального завдання та зв'язків і цілісних функціональних пластів процесу макrogenезу «картини світу». Здійснюється систематичний кругообіг: «картина світу» → «смислове поле» → «навчальний вплив» → «фреймовий зв'язок» → «функція переживання» → «парадоксальний зв'язок смислів» → оновлене «смислове поле» → оновлена «картина світу».

Нижня горизонтальна грань GEFH представлена формами навчальної діяльності майбутніх психологів-консультантів. Вона містить страти (моделі) навчальних ситуацій, форми представлення інформації (вербальну, звукову, візуальну, образотворчу), форми викладення матеріалу, які, зокрема, можуть складатися з назви, пошукового образу, анотації, тексту парадоксального завдання, коментарів, сценарію парадоксального діалогу, метафоричного аналогу, гумористичного аналогу, рефреміну, візуального аналогу, аудіоаналогу, рухового аналогу, тактильного аналогу, аналогу із практики професійної діяльності, аналогу в методах рішення задач – технічних або творчих тощо. Чисельність форм представлення інформації є ключовою умовою включення процесу «розуміння нерозуміння» майбутніми психологами-консультантами психологічної інформації на всіх пізнавальних контурах: сенсорно-перцептивному, уявленню, мисленнєвому, афективному й рефлексивному (Агафонов, 2003: 16). Задіяння всіх пізнавальних контурів забезпечує складання «множинного тексту» як структурованого смислового змісту, що має певну тривалість та базується на відповідних станах, відрізняється стабільно динамічним характером і потенційною схильністю до змін. Крім того, різноманітність форм представлення інформації активує «відкриту пізнавальну позицію» студентів (Холодная, 2002: 133). Відкритість пізнавальної позиції майбутнього психолога-фахівця виступає необхідною умовою оновлення смислового поля і складається з: усвідомлення множинності мисленнєвих «поглядів» на одну й ту саму подію, зокрема на власні сприйняття та звичні патерни; використання різних засобів опису та ана-

лізу одного й того самого явища; розвитку здібності синтезувати різні пізнавальні позиції в умовах діалогу; розвитку толерантності до парадоксів і протиріч; розуміння умовного характеру індивідуальних суджень (Холодная, 2002: 133). Ще один позитивний вектор наведених різновидів форм представлення інформації полягає в актуалізації й переживанні стану «розгубленості» (сум'яття), яке відкриває внутрішній простір для змін, простір нових можливостей (Кибеда & Шпаррер, 2014: 16), коли «розуміння нерозуміння» виступає рушійною силою і забезпечує активування обох підсистем навчальної діяльності: регулятивної (мотивація, цілепокладання, оцінка значень) та орієнтовної (врахування умов, контроль, зворотній зв'язок, образ).

Чотири вертикальні грані паралелепіпеда відображають варіанти і можливості трансформативного екзистенціально-системного концепту забезпечувати макрогогенез «картини світу» та містять такі компоненти: змістовий склад концепту; генетико-моделюючі засади, передумови і джерела смислового континууму (мнемічні контексти смислового поля); функціонально-процесуальні засоби експлорації внутрішнього досвіду та п'ять планів макрогогенезу «картини світу».

Грань ABFE представлена елементами, що утворюють площину та оформлюють зміст і функціональні межі трансформативного екзистенціально-системного концепту. Змістові елементи концепту поєднані на засадах інтегративної єдності, синергетичного та динамічного підходів. Концепт включає теорію динамічних систем, екзистенціальний аналіз, психодраму, індивідуальну та трансперсональну психологію й окремі практичні розгалуження – системне моделювання, нейрологічні рівні аналізу життєвої ситуації, кодування й реімпринтинг досвіду, холотропне дихання. Логіка вибору означених елементів концепту задавалась теоретичними (щодо змісту) і практичними (щодо засобів) можливостями кожного з них внести унікальний і незамінний внесок в аналіз ракурсів «співвіднесенням зі світом» як генералізованої дії виявлення смислів особистості в процесі конструювання «картини світу». «Співвіднесення зі світом» та «самовіднесення» приймається нами як ключові критерії дослідження екзистенціальної дійсності особистості. Елементи евристичної моделі екзистенціально-системного концепту предметно спрямовані на відображення всіх аспектів «співвіднесення зі світом», а саме: інтрапсихічного, інтерпсихічного, екзистенціального та системного.

Грань GCDH відображає генез смислового континууму «картини світу» і розкриває два взаємопов'язаних положення. По-перше, модель знань у вигляді фрейму призначена для найповнішого опису того кола понять і семантичних зв'язків, які необхідно активувати в майбутніх психологів-консультантів у період їх фахової підготовки в теперішній життєвий момент. По-друге, на особливу увагу заслуговує актуалізація проєкції минулого та соціально-культурного контексту на сприйняття знань, що нині отримуються. Походження змістового наповнення мнемічних контекстів як актуалізованих смислових утворень має певну дидактичну та виховну особистісну історію.

Своєю чергою мнемічні контексти впливають на розуміння тексту – структурованого смислового змісту свідомості (смислової архітектоніки свідомості) майбутніх психологів-консультантів. Засобами актуалізації мнемічних контекстів є операційні діагностико-корекційні методи екзистенціально-системного концепту (Каліщук, 2020б).

Грань HDBF відображає функціональний аспект діагностико-корекційних підходів (екзистенціального, системного моделювання та психодрами, проєктивного, психосемантичного, бодинамічного і трансперсонального), двома визначними рисами яких є:

1) змога «осягнути неосяжність» і змоделювати та «перепрожити» безкінечну кількість простих та складних понять, якими оперує людина у процесі опису та переживання своєї екзистенції, охопити багатоплановий світ її почувань, образів, ідей, сфер, ролей, загальних чи конкретних тем, завдань та цілей;

2) одночасність і взаємопов'язаність діагностичних та корекційних дії означених підходів й технічних прийомів, що забезпечується їх внутрішньою феноменологією, яка задає синхронність операцій розширення горизонту бачення себе і контекстів свого життя і разом із тим розкриття нових, не усвідомлених раніше можливостей і знаходження новоз'явлених орієнтирів через знаходження смислу.

Грань CAEG розгортає багатоплановість дії екзистенціально-системного концепту і містить такі рівні: системно-динамічний, онтологічний, генетичний, функціональний та змістовно-контекстний. Системно-динамічний план визначає закономірності та механізми зростання складної системи, до яких належить і людина. Системно-динамічний план забезпечує знаходження меж системи та усвідомлення якісної характеристики аттракторів – її точок тяжіння до



найбільш прийнятних емоційних станів. Атрактори об'єктивують мнемічні контексти, створюючи смислове поле, організоване відповідно до відбиття життєвих відносин і переживання певного контексту. Онтологічний план окреслює індивіда на чотирьох рівнях особистісного функціонування: інтрапсихічному, що розгортається в ракурсах «Я є», «це є Я», «це Мої переживання», «це Мої думки», «це Я роблю», «це Мое життя зараз», «це Мое минуле», «це Мої уявлення про майбутнє», «це Мої Ресурси та Свобода», «це Моя Відповідальність»; інтерпсихічному – «Я і особисті відношення», «Я і соціум», «Я і мої діяльності», «Я і моя Професія»; екзистенціальному – «Я і Світ», «Я і моє Життя», «Я і життєві Події», «Я і Виклики життя», «Мої Іntenції»; системному – «Елементи систем, до яких належу» (наприклад, члени родини; грані життєвого сприйняття; здоров'я та симптоми; ставлення до минулого, майбутнього та сьогодення тощо), «Емоції і стани, що пов'язують елементи систем», «Емоції й програми дій, які зумовлені емоціями та станами». Генетичний план зумовлює відкриття та врахування сформованих позиції щодо себе, світу та життя з метою зрозуміти важливі життєві взаємозв'язки та причини напруги в просторі «Бути та Повинен»: між тим, що є, і тим, що актуалізує життєве завдання здійснити інтенційно задане. Функціональний план забезпечує гнучкість та варіативність діагностико-корекційних програм макрогенезу «картини світу». Фокус макрогенетичного процесу зосереджується на структурі й якості (узгодженість – неузгодженість; анахронічність – новизна; одноманітність – варіативність; стандартність – оригінальність) зв'язків між знайденими смислами раніше сформованого смислового поля та зумовлюючих його мнемічних контекстів. Змістовно-контекстний план інтегрує можливості всіх елементів екзистенціально-системного концепту на засаді синергетичного підходу (Протасова, 2000).

За М. Мінським, фрейм і системи фреймів можна уявити у вигляді сітки, що в конкретному психолого-педагогічному впливі актуалізує певні вузли та зв'язки між ними, а кожен вузол має бути наповнений власним завданням, що представляє ті чи інші характерні властивості ситуації, якій воно відповідає. Кожна грань моделі є парціальною складовою частиною, що змістово і функціонально впливає на оновлення смислового поля майбутнього психолога-консультанта, актуалізуючи кожен раз певні цілі і засіб впливу (наприклад, уявлення про себе,

власні екзистенціальні цілі, екзистенціальну мотивацію, знаходження персональної позиції щодо певної ситуації чи проблеми тощо). Крім того, фреймовий підхід дає змогу встановити оптимальне поєднання як теоретичного навчання й практичних навичок, так і діагностичних та корекційних засобів.

Загальною вимогою дії всіх шести граней психолого-педагогічної матриці є необхідність настроювати узагальнений фрейм на базу знань майбутнього психолога-консультанта щодо себе, світу та професії з метою збереження загальних закономірностей побудови асоціативної мережі. «Наведення мостів» між трьома конструктами «Я», «Світ», «Світ професії психолога-консультанта» виступає головним вектором макрогенезу «картини світу» майбутнього психолога-консультанта.

Висновки

Майбутній психолог-консультант навчається фаху, який спрямує його професійні дії на надання допомоги людині, котра знаходиться в ситуації «неможливості». Професійне завдання психолога-консультанта – допомогти клієнту пережити («прожити», «перепрожити») таку неможливість. Це означає, що психолог-консультант забезпечує систематичний кругообіг смислової архітектоники свідомості клієнта: «картина світу» → «смислове поле» → «реорганізаційна дія» → «функція переживання» → «парадоксальний зв'язок смислів» → оновлене «смислове поле» → оновлена «картина світу». Особистісним інструментом такої консультативної дії виступає смислова архітектоніка самого психолога-консультанта, яка має власну історію свого становлення (мікрогенезу) та розвитку (макрогенезу). «Вичерпування з потреби жити (бути) тих можливостей, які потенційно могли б бути, – це шлях становлення особистості як цілісності» (Максименко, 2006: 147). Без такого шляху як процесу здійснення життя, що є полем можливості для власної інтенційності та ресурсності, професіогенез майбутнього психолога-консультанта неможливий.

Фреймовий підхід, на засаді якого побудована узагальнена модель психолого-педагогічної матриці, дає змогу включити до себе максимально повний обсяг реальних ситуацій процесу макрогенезу «картини світу»: інтрапсихічних, інтерпсихічних, екзистенціальних, системних. Крім того, означена психолого-педагогічна матриця має безмежний ресурс бути адаптованою до конкретної ситуації шляхом задіяння окремих скриптів (сценаріїв) – ментальних репрезентацій каузально пов'язаних дій,

які спрямовані на головну мету макроексперименту «картини світу» – розвиток відкритої пізнавальної позиції щодо себе, світу і світу професії. Подальший інтерес стано-

вить розробка навчально-методичної програми факультативного курсу «Професійна карта світу психолога: причинна та смислова детермінація».

ЛІТЕРАТУРА:

1. Агафонов А.Ю. Основы смысловой теории сознания. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 296 с.
2. Жаботинская С.А. Концептуальный анализ: типы фреймов. *Вісник Черкаського університету. Серія «Філологічні науки»*. 1999. Вип. 11. С. 12–25.
3. Калішук С.М. Методика Фреда Е. Фідлера та вірогідність зміни установки особистості щодо інших. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2014. Вип. 48. С. 112–122.
4. Калішук С.М. Площина трансекзистенціально-системного концепту реорганізації смислової архітектури свідомості особистості. *Психологічний часопис : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ, 2020. Том 6. Вип. 4. С. 107–118. DOI: 10.31108/1.2020.6.4.9 (дата звернення: 26.05.2020).
5. Калішук С.М. Смислова архітектура свідомості та екзистенціально-системний концепт реорганізації «картини світу» майбутніх психологів-консультантів. *Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої*. Вип. 48. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2020. С. 154–174. DOI: 10.32626/2227-6246.2020-48.154-174 (дата звернення: 26.05.2020).
6. Кибед М. & Шпаррер Й. Совсем наоборот. Москва : Институт консультирования и системных решений, 2014. 256 с.
7. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2003. 487 с.
8. Леонтьев Д.А. Синергетика и личность: к неравновесной персонологии. *Методология и история психологии*. 2018. Вип. 3. С. 96–104. DOI: 10.7868/S1819265318030068 (дата звернення: 26.05.2020).
9. Максименко С.Д. Генезис существования личности. Киев : КММ, 2006. 240 с.
10. Протасова Н.Г. Синергетичний підхід до управління інноваційними процесами у післядипломній освіті. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*. Київ : Логос, 2000. С. 281–282.
11. Прохазка Дж. & Норкросс Дж. Системы психотерапии. Для консультантов, психотерапевтов и психологов. Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 383 с.
12. Психотерапия – что это? Современные представления / Под ред. Дж. Зейга & В. Мьюниона. Москва : Класс, 2000. 432 с.
13. Холодная М.А. *Психология интеллекта. Парадоксы исследования*. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 272 с.
14. Цапкин В.Н. Единство и многообразие терапевтического опыта. *Московский психотерапевтический журнал*. 1992. № 2. С. 5–40.
15. Цапкин В.Н. К новой картографии психотерапевтического поля. *Московский психотерапевтический журнал*. 2008. № 1. С. 36–59.
16. Adler A. What life should mean to you. London : George Allen & Unwin Ltd., 1932. 300 p.
17. Bernhardt, P. & Marcher, L. Individuation, Mutual Connection and the Body's Resources: An Interview with Lisbeth Marcher. *Preand Peri-natal Psychology Journal*. 1992. № 6(4) P. 281–293.
18. Görtz A. Existentielle Lebensqualität Ein neuer Ansatz innerhalb der Lebensqualitätsforschung und sein Nutzen als Outcome-Kriterium in der Psychotherapieforschung. *Existenzanalyse*. 2004. 21/2. P. 4–16.
19. Längle A. & Orgler Ch. Existenz-Skala. *Göttingen: Beltz Test Existenzanalyse*. 2000. 3. P. 56–62.
20. Längle A. The existential fundamental motivations structuring the motivational process. *Nova Science Publishers*. Vene, 2011. P. 41–56.
21. Minsky M. A Framework for Representing Knowledge. *The Psychology of Computer Vision*. New York, 1975. P. 211–277.
22. Popovych I. & Blynova O. The Structure, Variables and Interdependence of the Factors of Mental States of Expectations in Students Academic and Professional Activities. *The new Educational Review Volume 55*. 2019. P. 293–306. DOI: 10.15804/tner.2019.55.1.24
23. Varela F. Resonant Cell Assemblies. *Biological Research*. 1995. P. 81–95.

REFERENCES:

1. Agafonov, A.Yu. (2003). *Osnovy smyslovoy teorii soznaniya [Fundamentals of the semantic theory of consciousness]*. Sankt-Peterburg: Rech [in Russian].
2. Zhabotinskaya, S.A. (1999). Konceptualnyj analiz: tipy frejmov [Conceptual Analysis: Frame Types]. *Вісник Черкаського університету. Серія «Філологічні науки» – Bulletin of Cherkasy University. Philological Sciences Series*, 11, 12–25 [in Ukrainian].
3. Kalishuk, S.M. (2014). Metodika Freda E. Fidlera ta viroгідnist zmini ustanovki osobistosti shodo inshih [Fred E. Fidler's technique and likelihood of changing one's personality]. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*, 48, 112–122. [in Ukrainian].
4. Kalishuk, S.M. (2020a). Smislova arhitektonika svidomosti ta ekzistencialno-sistemnij koncept reorganizaciyi "kartini svitu" majbutnih psihologiv-konsultantiv [Notional Architectonics of Consciousness and Transformation of the Existential and Systemic Concept "Model of the World" of Future Psychologists who Have Their Professional Activity in the Sphere of Psychological Counseling]. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України* –



Problems of Modern Psychology: Collection of Scientific Papers of Kamianets-Podilsky National University named after Ivan Ogiienko, GS Psychological Institute. Kostyuk NAPN of Ukraine, 48, 154–174. Кам'янець-Подільський. DOI: 10.3262/6/2227-6246.2020-48.154-174 [in Ukrainian].

5. Kalishuk, S.M. (2020). Ploshina transteoretichnogo ekzistencialno-sistemnogo konceptu reorganizaciyi smislovoi arhitektoniki svidomosti osobistosti [The plane of the transtheoretic existential-systemic concept of reorganization of the semantic architectonics of personality consciousness.]. *Psihologichnij chasopis: Zbirnik naukovih prac Institutu psihologiyi imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukrayini – Psychological journal: Collection of scientific papers of the Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk APN of Ukraine*, 6, 4, 154–174. Kiev. DOI: 10.31108/1.2020.6.4.9 [in Ukrainian].

6. Kibed, M. & Shparrer, I. (2014). Sovsem naoborot [Quite the contrary]. Moscow: Institut konsultirovaniya i sistemnyh reshenij [in Russian].

7. Leontev, D.A. (2003). *Psihologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoj realnosti [Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of semantic reality]*. Moscow: Smysl [in Russian].

8. Leontev, D.A. (2018). Sinergetika i lichnost: k neravnovesnoj personologii [Synergetics and personality: towards nonequilibrium personology]. *Metodologiya i istoriya psihologii – Methodology and history of psychology*, 3, 96–104. Moscow. DOI: 10.7868/S1819265318030068 [in Russian].

9. Maksimenko, S.D. (2006). *Genезis sushestvovaniya lichnosti [The genesis of the existence of personality]*. Kiev: KMM [in Ukrainian].

10. Protasova, N.G. (2000). Sinergetichnij pidhid do upravlinnya innovacijnimi procesami u pislyadiplomnij osviti [Synergetic approach to the management of innovative processes in postgraduate education]. *Pedagogichni innovaciyi: ideyi, realiyi, perspektivi – Pedagogical innovations: ideas, realities, prospects*. Kiev: Logos [in Ukrainian].

11. Prohazka, Dzh., & Norkross, Dzh. (2007). *Sistemy psihoterapii. Dlya konsultantov, psihoterapevtov i psihologov [Psychotherapy systems. For consultants, psychotherapists and psychologists]*. Sankt-Peterburg: Prajm-EVROZNAK [in Russian].

12. Zejg, Dzh. & Myunion, V. (Eds.). (2000). *Psihoterapiya — chto eto? Sovremennyye predstavleniya [What is psychotherapy? Modern views]*. Moscow: Klass [in Russian].

13. Holodnaya, M.A. (2002). *Psihologiya intellekta. Paradoksy issledovaniya [Psychology of intelligence. Paradoxes of research]*. Sankt-Peterburg: Piter [in Russian].

14. Capkin, V.N. (1992). Edinstvo i mnogoobrazie terapevticheskogo opyta [Unity and diversity of psychotherapeutic experience]. *Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal – Moscow psychotherapeutic magazine*, 2, 5–40. Moscow [in Russian].

15. Capkin, V.N. (2008). K novoj kartografii psihoterapevticheskogo polya [Toward a New Cartography of the Psychotherapeutic Field]. *Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal – Moscow psychotherapeutic magazine*, 1, 36–59. Moscow [in Russian].

16. Adler, A. (1932). What life should mean to you. London: George Allen & Unwin Ltd.

17. Bernhardt, P. & Marcher, L. (1992). Individuation, Mutual Connection and the Body's Resources: An Interview with Lisbeth Marcher. *Preand Peri-natal Psychology Journal*.

18. Görtz, A. (2004). Existentielle Lebensqualität Ein neuer Ansatz innerhalb der Lebensqualitätsforschung und sein Nutzen als Outcome-Kriterium in der Psychotherapieforschung. *Existenzanalyse*. Vein [in Austria].

19. Längle, A. & Orgler, Ch. (2000). *Existenz-Skala*. Göttingen: Beltz Test Existenzanalyse. Vein [in Austria].

20. Längle, A. (2011). The existential fundamental motivations structuring the motivational process. Nova Science Publishers. Vein [in Austria].

21. Minsky, M.A. (1975). *Framework for Representing Knowledge*. The Psychology of Computer Vision. New York.

22. Popovych, I. & Blynova, O. (2019). The Structure, Variables and Interdependence of the Factors of Mental States of Expectations in Students Academic and Professional Activities. *The new Educational Review*. DOI: 10.15804/ner.2019.55.1.24

23. Varela, F. (1995). Resonant Cell Assemblies. *Biological Research*.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020.

УДК [159.9.07+159.942.5]:78.071

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-4>

ПРОБЛЕМА СЦЕНІЧНОЇ ТРИВОГИ МУЗИКАНТІВ КРИЗЬ ПРИЗМУ ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Ксьондзик Олена Ігорівна,

аспірантка лабораторії соціальної психології особистості

Інститут соціальної та політичної психології

Національної академії педагогічних наук України

olenaksondzyk@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1308-3266>

Мета. Статтю присвячено теоретичному огляду зарубіжних досліджень сценічної тривоги музикантів. У зв'язку з нестачею системного вивчення цього феномену метою статті є розкриття його поняттєвого змісту, особливостей вияву та джерел виникнення як фундаменту подальшого емпіричного дослідження.

Методи. У дослідженні використано комплекс теоретичних методів збору, структурного аналізу, систематизації та узагальнення інформації, отриманої з електронних баз даних (Embase, Google Scholar, PsycINFO, PubMed), а також ручного пошуку періодичних видань у галузі музичної психології та музичної освіти.

Результати. Завдяки систематичному огляду наукових джерел виявлено, що сценічна тривога є центральною психологічною проблемою серед музикантів, однак відомості про неї обмежені та суперечливі. Розкрито багатозначність тлумачень цього поняття та важливість його термінологічної узгодженості для подальших досліджень.

Визначено сучасне наукове бачення сценічної тривоги як складного багатовимірного психічного явища, що складається з комплексу взаємодіючих фізіологічних, когнітивних та поведінкових компонентів. Виділено основні фактори ризику, до яких належать підлітковий вік, жіноча стать, низька самооцінка, високий ступінь особистісної тривожності та перфекціонізму. Виявлено особливості прояву сценічної тривоги на континуумі від адаптивної реакції і включно до патології тривожних розладів.

Проаналізовано наукові погляди щодо джерел сценічної тривоги в межах різних теоретичних моделей у музичній освіті (A. LeBlanc; I. Papageorgi, S. Hallam & G. Welch), а також у музичній та клінічній психології (G. Wilson, D. Kenny). Здійснено систематизацію основних структурних елементів цих концепцій та їх порівняльний аналіз.

Висновки. Виявлені психологічні механізми появи та розвитку сценічної тривоги музикантів є важливим теоретичним фундаментом подальшого емпіричного дослідження цієї проблеми на теренах українського музичного середовища, а також створення та впровадження комплексної програми її профілактики та психологічної допомоги.

Ключові слова: сценічна тривога, музиканти, систематичний огляд, причини, фактори ризику, соціальна тривога, теоретичні моделі.

THE PROBLEM OF MUSIC PERFORMANCE ANXIETY WITHIN FOREIGN STUDIES

Ksondzyk Olena Ihorivna,

Postgraduate Student at the Laboratory of Social Psychology of Personality
*Institute for Social and Political Psychology of the National Academy
of Educational Sciences of Ukraine*

olenaksondzyk@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1308-3266>

Purpose. The paper is dedicated to the theoretical review of foreign articles on music performance anxiety. Due to the lack of systematic study of this phenomenon, the article aims to reveal its conceptual content, features of manifestation, and causes of occurrence as the foundation for further empirical research.

Methods. The study bases on theoretical methods such as collecting, structural analyzing, systematizing, and generalizing information, obtained from electronic databases (Embase, Google Scholar, PsycINFO, PubMed) and from a manual search of periodicals in the field of music psychology and music education.

Results. A systematic review of scientific sources reveals that performance anxiety is a central psychological problem among musicians, but information about it is limited and contradictory. The interpretations of this concept is ambiguous and the terminological consistency for further research is important.

The modern scientific vision of music performance anxiety is defined as a complicated multidimensional mental phenomenon consisted of a complex multidimensional physiological, cognitive, and behavioral components. The main risk factors are highlighted, which include adolescence, female gender, low self-esteem, high levels of trait anxiety and perfectionism. The peculiarities of the manifestation of music performance anxiety on the continuum from the adaptive reaction to the pathology of anxiety disorders are revealed.

Scientific views on the causes of music performance anxiety within various theoretical models in music education (A. LeBlanc; I. Papageorgi, S. Hallam & G. Welch), as well as in music and clinical psychology (G. Wilson, D. Kenny) are analyzed. The paper provides the systematization of the main structural elements of these concepts and their comparative analysis.

Conclusions. Identified psychological mechanisms of emergence and development of music performance anxiety are an important theoretical foundation for further empirical research of this problem in the Ukrainian musical environment, as well as the creation and implementation of a comprehensive program of prevention and psychological assistance.

Key words: performance anxiety, musicians, systematic review, causes, risk factors, social anxiety, theoretical models.

Вступ

У сучасних умовах музично-концертного життя фах музиканта пов'язаний з численними фізичними та психологічними навантаженнями, що спричиняють надвисокий

рівень професійного стресу (Giga et al., 2003). При цьому, одним з найбільш емоційно виснажливих є стан сценічної тривоги, який переживають виконавці під час публічного виступу. Нездатність успішно адаптову-



ватися до сценічного стресу не лише ставить під загрозу якість виконання музикантами своїх професійних обов'язків, але й може спричинити нервовий зрив, появу захворювання чи будь-який інший кризовий дебют. Відомо, що від руйнівних наслідків сценічної тривоги страждали свого часу такі легендарні постаті музичного мистецтва, як В. Горовіц, Г. Гульд, А. Рубінштейн, П. Казальс, М. Каллас, Е. Карузо, Б. Стрейзанд, Дж. Леннон (Barlow, 2002; Lehmann et al., 2007).

Аналіз літературних джерел показав, що, попри свою актуальність, проблема сценічної тривоги лише епізодично поставала у фокусі наукових зацікавлень українських музикознавців та педагогів, у працях яких пропонувалися такі методи її вирішення, як вдосконалення якості попередньої підготовки музикантів, піклування про їх фізичне самопочуття та адаптація до зовнішніх стресових факторів (Латіна, 2016; Стрижборода, 2014). Водночас поза увагою залишався принципово важливий аспект розвитку психологічних навичок зниження стресу. В українській психологічній та медичній науці, де досліджень подібного спрямування теж обмаль, лише побічно проаналізовані питання ранньої діагностики та психопрофілактики сценічної тривоги (Кутєпова-Бредун, 2012), висвітлені особливості сценічного переживання як одного із видів психологічних бар'єрів (Саннікова, 2014) та розглянуті деякі психологічні методи досягнення «сценічного комфорту» (Осокіна, 2008).

Загалом в українській науці наявні напрацювання мають фрагментарний характер, спостерігається неузгодженість вчених у застосуванні понятійного апарату та відсутність концепційного підходу у дослідженні сценічної тривоги. Доцільним в цьому контексті є звернення до наукового доробку зарубіжних вчених, де ця проблема постає в центрі активних дослідницьких пошуків протягом останніх десятиліть. Це зумовило мету цього дослідження: на основі теоретичного аналізу закордонних праць розкрити зміст психологічного феномену сценічної тривоги, особливості його вияву та джерела виникнення як фундаменту його емпіричного дослідження у подальших наукових розвідках.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

В українських наукових довідниках немає окремого терміна «сценічна тривога», однак у дослідженнях зазвичай зустрічаємося із дефініцією «сценічне хвилювання» (Латіна, 2016; Саннікова, 2014), яка є насправді запозиченням з пострадянської музичної педагогіки та психології поняття «сценического волнения» (Цыпин, 2012). У пси-

хології «хвилювання» не розглядається як наукова категорія, і лише в глосаріях навчальних посібників чи науково-популярних словників зустрічаються такі його тлумачення, як «психічний стан людини, що виникає в ситуаціях небезпеки, неповної інформованості, у відповідальних ситуаціях з невизначеними наслідками» (Психологічний словник, 2007: 176), «позитивний чи негативний стан людини, зумовлений одержаним повідомленням або очікуванням значущої для неї події» (Психологічна енциклопедія, 2006: 384). На нашу думку, змішування та взаємозамінне використання термінів «тривога» та «хвилювання» не є доцільним, оскільки веде до категоріальної невизначеності. З огляду на це в цьому дослідженні оперуємо саме поняттям «сценічна тривога музикантів», що набуло широкого розповсюдження в зарубіжній науковій літературі.

У сучасних іноземних психологічних словниках поняття «performance anxiety» визначено як тривогу, яка виникає в особи у соціально значущих для неї ситуаціях, пов'язаних із виступами перед публікою, таких як іспити, вирішення математичних завдань, публічні виступи, спортивні змагання, акторське та танцювальне виконавство (Colman, 2015; Kenny, 2014). В ситуації ж музичного виконання його окреслено як «music performance anxiety», під яким розуміється «переживання помітного стійкого тривожного занепокоєння, пов'язаного із музичним виступом, що з'являється під впливом специфічного тривожного досвіду та проявляється у комбінації афективних, когнітивних, соматичних та поведінкових симптомів» (Kenny, 2014: 61). Поодинокі в наукових джерелах також зустрічається взаємозамінне використання понять «сценічної тривоги» та «страху сцени» (англ. «stage fright»), які необхідно розмежовувати, адже в психології чітко визначеною є термінологічна різниця між тривогою як переживанням очікування безпредметної, невизначеної загрози та спорідненою з нею емоцією страху, яка виникає як реакція на реальну небезпеку і передбачає наявність певного об'єкту, людини чи події, яку бояться (Roy-Byrne, 2004).

2. Методологія та методи

Згідно з поставленою метою в цьому дослідженні було використано комплекс теоретичних методів, таких як збір, структурний аналіз, систематизація та узагальнення інформації, отриманої з електронних баз даних Google Scholar за запитом «сценічна тривога», «сценічний стрес», «сценічне хвилювання», «страх сцени», Embase, PsycINFO, PubMed за запи-

тами “music performance anxiety”, “stage fright”, а також ручного пошуку періодичних видань у галузі музичної психології та музичної освіти.

3. Результати та дискусії

У результаті аналізу наукових джерел було виявлено, що поширеність сценічної тривоги як психологічної проблеми, яка руйнівним чином впливає на професійну діяльність та здоров'я музикантів, є доволі високою – від 13% до 47% (Fishbein et al., 1988; Marchant-Haycox & Wilson, 1992; Barbar et al., 2014; Kenny, 2011). Крім того, четверта частина опитуваних музикантів страждала від інших супутніх психологічних труднощів, таких як соціальна тривога, посттравматичний стрес та депресія (Barbar et al., 2014; Kenny, 2011). Загалом сьогодні немає консенсусу серед науковців щодо ступеня розповсюдженості цієї проблеми. Це зумовлено тим, що в середовищі музикантів спостерігається тенденція до її стигматизації, що спонукає виконавців відмовлятися від участі в опитуваннях та уникнення своєчасного звернення за психологічною допомогою. Другою суттєвою перепоною для отримання достовірної інформації є використання невалідизованих методик, що унеможлиблює адекватне порівняння отриманих даних (Kenny, 2011; Osborne M.S. et al., 2005).

У сучасній науковій літературі сценічна тривога музикантів осмислюється як складний багатовимірний психічний феномен, що складається з комплексу взаємодіючих фізіологічних, когнітивних та поведінкових компонентів (Kenny, 2014; Steptoe, 2001). При цьому, пори їх тісну взаємопов'язаність, вони водночас є відносно незалежними один від одного. Так, високий рівень фізіологічного збудження не обов'язково корелює з високим рівнем когнітивної тривоги, і навпаки (Spahn et al., 2010). Подібним чином проявляє себе і поведінковий складник: достатньо низький ступінь фізіологічних та когнітивних ознак може поєднуватися з неадаптивним уникненням виступів, зловживанням медикаментів та психоактивних речовин, водночас переживання високого рівня тривоги може не перешкоджати музикантам ефективно з нею справлятися та продовжували успішно виступати (Fishbein et al., 1988; Steptoe, 2001).

Згідно з емпіричними дослідженнями, сценічна тривога серед музикантів зростає з віком, досягаючи піку в підлітковому віці, та знижується після 45–50 років (Fishbein et al., 1988; Kenny, 2014; LeBlanc, 1994; Osborne et al., 2005). Щодо гендерних відмінностей, то жінки демонструють більш високий рівень сценічної тривоги, ніж чоло-

віки (Barbar et al., 2014; Fishbein et al., 1988; Kenny, 2014; LeBlanc, 1994).

Тривожність як особистісна риса, що проявляється у схильності особи до сприйняття широкого діапазону об'єктивно безпечних обставин як загрозливих та реагування на них станом тривоги, диспропорційним по інтенсивності та величині щодо реальної небезпеки, є одним з ключових факторів, провокуючих появу сценічної тривоги серед музикантів (Kenny, 2011; Kokotsaki et al., 2003).

Як показали дослідження С. Mei-Yuk, рівень самооцінки музиканта має теж безпосередній вплив на ступінь сценічної тривоги, а їх кореляції є обернено пропорційними. Крім того, низька самооцінка, незалежно від успішності виконання, суттєво впливає на спотворене сприйняття музикантом себе, слухачів та власної виконавської майстерності (Mei-Yuk, 2011).

Вагомим чинником, що спричиняє високий рівень сценічної тривоги, є також схильність до перфекціонізму. З одного боку, високі вимоги до себе сприяють зросту майстерності музикантів та покращенню якості музичної гри. З іншого боку, надмірна вразливість до власних невдач та критичних суджень, а також невпевненість у своїх можливостях спонукає витратити велику кількість енергії та зусиль для досягнення часто нереалістичних цілей та оцінювати свій успіх дихотомічно – все або нічого. Ці особливості перфекціонізму роблять музикантів особливо вразливими до тривоги (Dobos et al., 2018; Wilson, et al., 2002).

Як зазначає D. Kenny, поширеність та універсальність сценічної тривоги у професійній діяльності музикантів ускладнює можливість адекватної оцінки тієї межі, коли вона виходить за рамки «нормальності», набираючи патологічних ознак. Водночас розрізнення її адаптивних та деструктивних форм є необхідним для підтримки психологічного здоров'я музикантів та розвитку їх професіоналізму (Kenny, 2011). Сьогодні чітку диференціацію хвороб можна здійснити за допомогою діагностичних критеріїв та алгоритмів постановки діагнозу, зафіксованих у двох кваліфікаційних системах – Міжнародному класифікаторі хвороб Всесвітньої організації охорони здоров'я (International Statistical Classification, 1992) та діагностично-статистичному посібнику з психічних розладів Американської психіатричної організації (American Psychiatric Association, 2013), які узгоджені між собою та зручні у використанні для дослідницьких та практичних цілей. Ще донедавна, попри зростаючу кількість систематизованих наукових досліджень тривоги, які доводять її



деструктивний вплив на психічне здоров'я «людей сцени», про неї як розлад не було згадано в жодних статистичних класифікаціях. Тільки в останньому варіанті DSM – V після численних дискусій щодо доцільності врешті було внесено поправку, згідно з якою сценічну тривогу зараховано до специфічного типу соціального тривожного розладу (American Psychiatric Association, 2013; Heimberg et al., 2014).

Щодо джерел сценічної тривоги музикантів, то сьогодні немає єдиної парадигми їх розуміння, яка продовжує змінюватися завдяки сучасним емпіричним дослідженням останніх років. Оскільки історично ця проблематика вивчалася на межі кількох галузей знань, у кожній з них було розроблено свої концепції, що пояснювали її походження. У музичній педагогіці та теорії виконавства, де основна увага фокусувалася на вивченні зв'язку ефективності музичного виконання та стабільного емоційного самопочуття, першою науково обґрунтованою та практично спрямованою постала музично-педагогічна модель А. LeBlanc (LeBlanc, 1994). У її основу було покладено структуру з шести блоків, враховуючи які, на думку автора, можна було досягти досконалої музичної гри та врівноваженого емоційного стану на сцені. До них було включено особистісні характеристики виконавця, що визначали його здатність бути музикантом та формували особливості самосприйняття як професіонала; чинники, що впливали на якість попередньої підготовки, а також безпосередньо на якість гри під час музичного виступу; ситуаційні фактори та складники оцінювання публічного виконання. Попри методологічні обмеження цієї концепції, в якій лише схематично окреслювалися джерела, провокуючі появу сценічної тривоги музикантів, водночас вагомим здобутком А. LeBlanc було врахування як специфічно фахових, так і психологічних факторів впливу, їх узагальнення та структурування, а також створення наукового підґрунтя для подальшого вивчення ефективних методів подолання деструктивних форм тривоги, яке, на думку автора, мало б розгортатися у навчально-педагогічному, психотерапевтичному та фармацевтичному напрямках.

У сфері музичної психології ще одна теоретична концепція походження сценічної тривоги була запропонована британським психологом, актором та співаком G. Wilson (Wilson, 2002). Базуючись на гіпотезі Yerkes-Dodson, у якій припускалося існування прямої залежності між нервовим збудженням та складністю виконуваних завдань, науковець висунув припущення,

що за умов урахування трьох визначальних чинників – рівня особистісної тривожності виконавця, міри його психологічного стресу під дією ситуативних факторів та ступеня технічно-художньої майстерності, можна досягти найвищої ефективності музичної гри та емоційної рівноваги на сцені. При цьому ці чинники вважалися незалежними і взаємокомпенсуючими, а ступінь тривоги та її позитивний чи негативний вплив залежав від особливостей їх взаємодії (LeBlanc, 1994; Wilson, 2002). В основу цієї теорії, як і в моделі А. LeBlanc, було закладено прогресивну ідею осмислення сценічної тривоги як складного багатовимірного феномену, в якому як психологічні, так і специфічно фахові моменти відігравали рівнозначно важливу роль, а їх урахування було принципово важливим для задовільного сценічного самопочуття та виконавського успіху. Водночас ця концепція, розглядаючи музичне виконання як окрему подію, а не як організований в часі тривалий процес, не враховувала специфіку динамічних змін у взаємозв'язках цих компонентів між собою та не змогла пояснити, чому ж музиканти з високим рівнем майстерності та професійним досвідом схильні переживати панічні напади тривоги, страждаючи від їх деструктивних наслідків

Базуючись на ідеях А. LeBlanc та G. Wilson, однак на вищому щаблі методологічних узагальнень та із урахуванням новітніх досягнень у сфері музичної та соціальної психології, педагогіки, теорії мотивації та емоцій, I. Parageorgi, S. Hallam & G. Welch запропонували власну комплексну теоретичну концепцію сценічної тривоги музикантів (Parageorgi, et al., 2007). Як і в попередніх моделях, вона складалась із схожих структурних блоків, до яких увійшли чинники, що впливали на схильність виконавця до тривожного занепокоєння, детермінанти, від яких залежала якість виконання, та фактори, пов'язані із ситуативним контекстом. Водночас у цій моделі з'явилися три нові аспекти, які якісно відрізняли її від попередніх. По-перше, спираючись на трансакційну модель стресу (Lazarus et al., 1984), сценічна тривога була представлена як динамічний процес, що розгортався в часовій послідовності у вигляді трьох взаємодіючих та взаємопрямованих фаз, – до, під час та після виступу. При цьому ключова роль у цьому процесі належала когнітивній оцінці виконавцем ступеня загрози та своєї спроможності справитися із поставленими перед собою технічними і художніми завданнями. По-друге, вагомий акцент було зроблено на часовому проміжку після виступу, коли музикант завдяки власному

самооцінюванню та отриманню зворотнього зв'язку від слухачів створював свою «версію» якості власного виконання музичних творів. На думку авторів, ця когнітивна «поствиконавська» рефлексія у разі позитивного самооцінювання ставала ключовою для подальшого укріплення сценічної стресостійкості музиканта, а у разі негативного самооцінювання – сприяла розвитку сценічної тривоги включно до її патологічних форм. По-третє, в цій теоретичній концепції вперше було звернено увагу на вагомий роль вибору виконавцем стратегій подолання стресових сценічних ситуацій. Активна позиція боротьби із наслідками невдалого виступу розглядалася як конструктивна, що знижувала його рівень сценічної тривоги у подальших публічних виступах та сприяла творчому успіху, а стала поведінка уникання чи завмирання призводила до розвитку деструктивних тривожних порушень та професійної деградації.

Протягом останнього десятиліття в галузі клінічної психології ще одну комплексну концепцію походження та розвитку сценічної тривоги музикантів було запропоновано австралійською дослідницею D. Kenny (Kenny, 2011). Ключовою перевагою її моделі було те, що вона вперше базувалася на емпіричній науково-доказовій базі – теорії тривожних розладів D. Barlow (Barlow, 2002). Акумулюючи його ідею про існування трьох визначальних чинників, що спричиняють розвиток особистісної тривожності, дослідниця запропонувала подібним чином розглянути джерела сценічної тривоги музикантів, яка, на її думку, з'являється та розвивається в результаті взаємодії трьох інтегрованих між собою факторів – узагальненої біологічної вразливості до переживання тривоги, яка передається виконавцю спадково, узагальненої психологічної вразливості, яка базується на ґрунті негативного досвіду ранніх років життя, а також специфічної психологічної вразливості, яка пов'язана з процесами музичного навчання, провокуючими переживання тривоги.

Вивчаючи сценічну тривогу музикантів як складне та багатогранне за своєю природою психічне явище, D. Kenny звернула увагу на такі ознаки, які, з одного боку, споріднювали його із соціальним тривожним розладом, а з іншого – були особливими і специфічними, ставлячи під сумнів можливість співвіднесення виключно до підвиду соціальної тривоги згідно з критеріями DSM – V (Kenny, 2011). Натомість дослідниця висунула гіпотезу про існування певної типології, виокремивши три рівні сценічної тривоги – фокусовану винятково

на ситуації музичного виступу, з ознаками соціальної фобії, а також тривогу, ускладнену іншими коморбідними психічними розладами (паніка, депресія, зловживання психоактивними речовинами тощо) (D. Kenny, 2011). Така класифікація, виведена науковицею з чисельних емпіричних досліджень, є на сьогодні однією з перших спроб більш точної диференційної діагностики та концептуалізації сценічної тривоги музикантів із встановленими критеріями розрізнення її форм за ступенем важкості та акцентуванням на необхідності принципово відмінного підбору до кожної з них ефективних індивідуальних засобів психотерапевтичних втручань.

Висновки

У цій розвідці проведений нами теоретичний аналіз наукових джерел дозволив дійти таких висновків.

З'ясовано, що сценічна тривога є одним з визначальних чинників професійного стресу серед музикантів, що негативно впливає на якість їх діяльності та фізичне і психологічне здоров'я загалом. Водночас в українській психології ця проблематика не отримала ґрунтовного вивчення, що зумовлює актуальність її подальшого дослідження на вітчизняних теренах.

Виявлено наявну термінологічну неузгодженість у застосуванні науковцями понять «сценічна тривога», «страх сцени», «сценічне хвилювання» та обґрунтовано потребу їх чіткої диференціації.

Констатовано широку розповсюдженість сценічної тривоги як психологічної проблеми серед музикантів, серед яких найбільше страждають жінки та підлітки, особи з високою особистісною тривожністю, схильністю до перфекціонізму та низькою самооцінкою.

Визначено можливості диференціації сценічної тривоги на континуумі від її адаптивних форм як здорових реакцій на стресову ситуацію публічного виступу і включно до тривожних розладів, класифікованих у DSM-V як підвид соціальної тривоги, а в МКХ-10 як соціальна фобія.

Узагальнено здобутки та обмеження створених протягом останніх десятиліть теоретичних моделей, що демонструють різні наукові підходи у розумінні джерел сценічної тривоги музикантів з погляду музичної педагогіки, виконавства та психології. Залежно від методологічного спрямування у цих теоретичних концепціях акцентовано увагу на різних тлумаченнях цього явища, серед яких нами виокремлено такі:

– сценічна тривога як психічний стан, що є «продуктом» впливу зовнішніх та внутрішніх чинників (особистісних характеристик



музиканта, ступеня його професійної майстерності та ситуативного контексту), переживаючись виконавцем безпосередньо під час виступу (Le Blanc, 1994; Wilson, 2002);

– сценічна тривога як складник психічної діяльності, що процесуально супроводжує виконавця задовго до музичного виступу, зростає до пікової напруги під час публічного виконання та поступово згасає після його завершення (Parageorgi, et al., 2007);

– сценічна тривога як психологічне порушення, яке, формуючись під впливом генетичних факторів, а також набутої загальної та специфічної психологічної вразливо-

сті, спричиняє фізичні та емоційні страждання виконавця та деструктивно впливає на якість музичної гри, а його подолання вимагає комплексного відбору індивідуальних засобів психотерапевтичних втручань (Kenny, 2011).

Перспективою подальших наукових розвідок є розроблення емпіричної моделі дослідження сценічної тривоги музикантів в українському музично-мистецькому середовищі з подальшим створенням психологічної програми її профілактики та застосуванням ефективних методів емоційної, когнітивної та поведінкової регуляції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кутєпова-Бредун В. Ю. Психологічні детермінанти психологічного благополуччя музикантів-професіоналів. *Вісник ДНУ. Серія: Педагогіка і психологія*. 2012. Вип. 18. Т. 20. № 9/1. С. 89–94.
2. Латіна Г. Оцінка стану сценічного хвилювання в музикантів-педагогів на етапі професійної підготовки. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016. Вип. 57. № 3. С. 197–204.
3. Осокіна О.І. Медико-психологічна характеристика невротичних розладів у музично-педагогічних працівників : автореф. дис. канд. мед. наук : 19.00.04. Харків, 2008. 20 с.
4. Психологічна енциклопедія / за ред. О.М. Степанова. Київ : Академвидав. 2006. 424 с.
5. Психологічний словник / В. В. Синявський, О.П. Сергєєнкова; за ред. Н.А. Побірченко. Київ : Наук. Світ, 2007. 274 с.
6. Саннікова А.О. Сценічні переживання виконавця: психологічний нарис. *Наука і освіта*. 2016. № 9. С. 129–134.
7. Стрижиборода П.В. Конкурсно-фестивальне середовище та його психологічний вплив на музиканта-виконавця. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. Сер. Мистецтвознавство. 2014. № 1. С. 179–186.
8. Цыпин Г. Психологія сценічного волнення. *Развитие личности*. 2012. №3. С. 149–168.
9. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, 5th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association. 2013. 947 p.
10. Barbar A.E.M., Crippa J.A.S., Osório F.L. Performance anxiety in Brazilian musicians: Prevalence and association with psychopathology indicators. *Journal of Affective Disorders*. 2014. Vol. 152. №1. P. 381–386. DOI: 10.1016/j.jad.2013.09.041 (дата звернення: 01.06.2020).
11. Barlow D.H. *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*, 2nd ed. New York : The Guilford Press. 2002. 704 p.
12. Colman, A.M. *Performance anxiety* / Colman A.M. A dictionary of psychology, 4th ed. Oxford : Oxford University Press. 2015. P. 461.
13. Dobos B., Piko B.F., Kenny D.T. Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Research Studies in Music Education*. 2018. Volume 41. Issue 3. P. 310–326 DOI: 10.1177/1321103X18804295 (дата звернення: 01.06.2020).
14. Fishbein, M., Middlestadt, S.E., Ottati, V., Straus, S. & Ellis, A. Medical problems among ICSOM musicians: Overview of a national survey. *Medical Problems of Performing Artists*. 1988. № 3. P. 1–8.
15. Giga S., Hoel H., Cooper C. Violence and stress at work in the performing arts and in journalism. International Labor Office. 2003. 20 p.
16. Heimberg R.G., Hofmann S.G., Liebowitz M.R., Schneier F.R., Smits J.A.J., Stein M.B., Hinton D.E., Craske M.G. Social Anxiety Disorder in DSM-5. *Depress Anxiety*. 2014. Vol. 31. № 6. P. 472–9. DOI: 10.1002/da.22231 (дата звернення: 01.06.2020).
17. International statistical classification of diseases and related health problems, 10th revision (ICD-10). Geneva : World Health Organization (WHO). 1992. 267 p.
18. Kenny D.T. *The Psychology of Music Performance Anxiety*. Oxford : Oxford University Press. 2011. 364 p.
19. Kenny D. *Anxiety, Performance / Music in the social and behavioral sciences: an encyclopedia* by ed. W. F. Thompson. Thousand Oaks, California : SAGE Publications. 2014. P. 61–65.
20. Kokotsaki, D. & Davidson, J.W. Investigating musical performance anxiety among music college singing students: A quantitative analysis. *Music Education Research*. 2003. Vol. 5. № 1. P. 45–59. DOI: 10.1080/14613800307103 (дата звернення: 01.06.2020).
21. Lazarus R.S., Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. New York Springer ; 1984. 445 p.
22. LeBlanc A. A theory of music performance anxiety. *The Quarterly Journal of Music Teaching and Learning*. 1994. Vol. 5. № 4. P. 60–68.
23. Lehmann A. C., Sloboda J.A. & Woody R.H. *Psychology for Musicians: Understanding and Acquiring the Skills*. New York: Oxford University Press. 2007. 268 p. DOI:10.1093/acprof:oso/9780195146103.001.0001 (дата звернення: 01.06.2020).
24. Marchant-Haycox S.E. & Wilson G.D. *Personality and Stress in Performing Arts, Personality and Individual Differences*. 1992. Vol.13. №10. P.1061-1068. DOI: 10.1016/0191-8869(92)90021-G (дата звернення: 01.06.2020).

25. Mei-Yuk C. The Relationship Between Music Performance Anxiety, Age, Self-Esteem, and Performance Outcomes in Hong Kong Music Students. [tese]. Durham University; 2011. 129 p.
26. Osborne M.S., Kenny D.T. Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *J Anxiety Disord.* 2005. Vol. 19. № 7. P. 725–51. DOI: 10.1016/j.janxdis.2004.09.002 (дата звернення: 01.06.2020).
27. Papageorgi I., Hallam S., & Welch G. F. A conceptual framework for understanding musical performance anxiety. *Research Studies in Music Education.* 2007. № 28. P. 83–107. DOI: 10.1177/1321103X070280010207 (дата звернення: 01.06.2020).
28. Roy-Byrne P. Anxiety / *The concise Corsini encyclopedia of psychology and behavioral science*, 3rd ed. / by ed. W.E. Craighead, C.B. Nemeroff. John Wiley & Sons. 2004. P. 70–72.
29. Spahn C., Echternach M., Zander M. F., Voltmer E. & Richter B. Music performance anxiety in opera singers. *Logopedics Phoniatrics Vocology.* 2010. Vol. 35. № 4. P. 175–182. DOI: 10.3109/14015431003720600 (дата звернення: 01.06.2020).
30. Steptoe A. Negative Emotions in Music Making: The Problem of Performance Anxiety / *Music & Emotion* / by ed. P.N. Juslin, A. John. New York : Oxford University Press. 2001. p. 291–307.
31. Wilson G.D. Psychology for performing artists: 2nd ed. London : Wiley. 2002. 250 p.

REFERENCES:

1. Kutiepova-Bredun V.Y. (2012). Psykholohichni determinanty psykholohichnoho blahopoluchchia muzykantiv-profesionaliv [Psychological determinants of psychological well-being of musicians-professionals]. *Visnyk Dnipropetrovskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Pedagogika i psykholohiia - Bulletin of Dnepropetrovsk National University. Series: Pedagogy and Psychology*, 18, T.20 (9/1), 89-94. [in Ukrainian].
2. Latina H. (2016). Otsinka stanu stsenichnoho khvyliuvannia v muzykantiv-pedahohiv na etapi profesiinoi pidhotovky [Assessment of the state of stage excitement in musicians-teachers at the stage of professional training]. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii – Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*, 57 (3), 197-204 [in Ukrainian].
3. Osokina O.I. (2008). Medyko-psykholohichna kharakterystyka nevrotichnykh rozladiv u muzychno-pedahohichnykh pratsivnykiv: avtoreferat dysertatsii kandydata medechnykh nauk: 19.00.04 [Medico-psychological characteristics of neurotic disorders in music and teaching staff: abstract of the dissertation of the candidate of medical sciences: 19.00.04], Kharkiv, 2008 [in Ukrainian].
4. Stepanov O.M. (Ed.) (2006). *Psykholohichna entsyklopediia* [Psychological encyclopedia]. Kyiv : Akademvydav [in Ukrainian].
5. Syniavskiy V.V., Serhieienkova O.P. (2007). *Psykholohichnyi slovnyk* [Psychological dictionary] by ed. N.A.Pobirchenko. Kyiv : Naukovyi svit [in Ukrainian].
6. Sannikova A.O. (2016). Stsenichni perezhyvannia vykonavtsia: psykholohichnyi narys [Stage experiences of the performer: psychological essay]. *Nauka i osvita – Science and education*, 9, 129–134 [in Ukrainian].
7. Stryzhyboroda P.V. (2014). Konkursno-festyvalne seredovyshche ta yoho psykholohichnyi vplyv na muzykanta-vykonavtsia [Competitive-festival environment and its psychological impact on the musician-performer]. *Naukovi zapysky Ternopilskoho natsionalnoho pedagogichnoho universytetu imeni Volodymyra Hnatiuka. Ser. Mystetstvoznavstvo – Scientific notes of Ternopil National Pedagogical University named after Volodymyr Hnatiuk. Ser. Art history*, 1, 179–186 [in Ukrainian].
8. Tsylin H. *Psykholohiia stsenycheskoho volnennia* [Psychology of performance excitement]. *Razvytye lychnosty – Personal development*, 3, 149–168 [in Russian].
9. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, D C : Author.
10. Barbar A.E.M., Crippa JAS, Osório F.L. (2014) Performance anxiety in Brazilian musicians: Prevalence and association with psychopathology indicators. *Journal of Affective Disorders.* 152(154), 381–6. DOI: 10.1016/j.jad.2013.09.041
11. Barlow D.H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). New York : The Guilford Press.
12. Colman, A.M. (2015). *Performance anxiety* / A.M. Colman, A dictionary of psychology (4th ed., p.561). Oxford : Oxford University Press.
13. Dobos B., Piko B.F., Kenny D.T. (2018) Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Research Studies in Music Education*, 41 (3), 310–326. DOI: 10.1177/1321103X18804295
14. Fishbein M., Middlestadt S. E., Ottati V., Straus S. & Ellis A. (1988). Medical problems among ICSOM musicians: Overview of a national survey. *Medical Problems of Performing Artists*, 3, 1-8.
15. Giga S., Hoel H., Cooper C. (2003). *Violence and stress at work in the performing arts and in journalism.* International Labor Office.
16. Heimberg R.G., Hofmann S.G., Liebowitz M.R., Schneier F.R., Smits J.A.J., Stein M.B., Hinton D.E., Craske M.G. (2014). *Social Anxiety Disorder in DSM-5* *Depress Anxiety*, 31(6), 472–479. DOI: 10.1002/da.22231
17. *International statistical classification of diseases and related health problems, 10th revision (ICD-10).* Geneva : World Health Organization (WHO), 1992.
18. Kenny, D.T. (2011). *The Psychology of Music Performance Anxiety.* Oxford : Oxford University Press.
19. Kenny D. (2014). *Anxiety, Performance / Music in the social and behavioral sciences: an encyclopedia* by ed. W. F. Thompson (pp. 61-65). Thousand Oaks, California: SAGE Publications.
20. Kokotsaki, D. & Davidson, J.W. (2003). Investigating musical performance anxiety among music college singing students: A quantitative analysis. *Music Education Research* 5(1), 45–59. DOI: 10.1080/14613800307103.



21. Lazarus R.S., Folkman S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York : Springer.
22. LeBlanc A. (1990). A theory of music performance anxiety. *The Quarterly Journal of Music Teaching and Learning*, 5(4), 60–68.
23. Lehmann A. C., Sloboda J.A. & Woody R.H. (2007). *Psychology for Musicians: Understanding and Acquiring the Skills* New York : Oxford University Press. DOI:10.1093/acprof:oso/9780195146103.001.0001.
24. Marchant-Haycox S. E. & Wilson G. D. (1992) Personality and Stress in Performing Arts, *Personality and Individual Differences* 13(10), 1061–1068. DOI: 10.1016/0191-8869(92)90021-G.
25. Mei-Yuk C. (2011). *The Relationship Between Music Performance Anxiety, Age, Self-Esteem, and Performance Outcomes in Hong Kong Music Students*. [tese]. Durham University.
26. Osborne M.S., Kenny D.T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *J Anxiety Disord.*, 19(7), 725-51. DOI: 10.1016/j.janxdis.2004.09.002.
27. Papageorgi, I., Hallam, S., & Welch, G. F. (2007). A conceptual framework for understanding musical performance anxiety. *Research Studies in Music Education*, 28, 83-107. DOI: 10.1177/1321103X070280010207.
28. Roy-Byrne P. (2004). Anxiety / The concise Corsini encyclopedia of psychology and behavioral science, 3rd ed. by ed. W.E. Craighead & C.B. Nemeroff (pp.70-72). John Wiley & Sons.
29. Spahn C., Echternach M., Zander M.F., Voltmer E. & Richter B. (2010) Music performance anxiety in opera singers, *Logopedics Phoniatrics Vocology*, 35(4), 175-182. DOI: 10.3109/14015431003720600.
30. Steptoe A. (2001). Negative Emotions in Music Making: The Problem of Performance Anxiety. In: Juslin, Patrick N, John A. (Ed). *Music & Emotion (pp.291-307)*. New York : Oxford University Press.
31. Wilson, G.D. (2002). *Psychology for performing artists (2nd ed.)*. London : Wiley.

Стаття надійшла до редакції 16.06.2020.

The article was received 16 June 2020.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-5>

КОГНІТИВНІ ЧИННИКИ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ОСОБИСТІСТЮ

Санніков Олександр Ілліч,

доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,
доцент кафедри теорії та методики практичної психології

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського

asannikov2010@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6743-0182>

Метою цієї статті є виклад результатів теоретико-емпіричного дослідження індивідуально-психологічних особливостей прийняття рішень у осіб з різним рівнем далекоглядності.

Методи. Для діагностики досліджуваних показників прийняття рішень особистістю використовувався діагностичний комплекс: методика «Особистісний опитувальник прийняття рішень» Т.В. Корнилової; методика «Шкала толерантності до невизначеності» Д. МакЛейна; методика «Суб'єктивна самооцінка рішимості» О.П. Саннікової, О.І. Саннікова, О.М. Свістули; Шкала SACS «Стратегії подолання стресових ситуацій» С. Хобфолла; «Індикатор типу особистості» К. Бриггс, І. Майерс.

Результати. Представлені результати кореляційного аналізу взаємозв'язків показників прийняття рішень, рішимості з показниками далекоглядності та стратегій виходу зі стресових ситуацій. Виявлена наявність додатних значимих взаємозв'язків між далекоглядністю й більшістю стратегій подолання стресових ситуацій, а також між далекоглядністю, толерантністю до невизначеності й показниками рішимості особистості. Розглянуті профілі характеристик рішимості, вивчено психологічні особливості вибору й прийняття рішень в осіб, які різняться рівнем далекоглядності.

Висновки. «Рішимість» розглядається як інтегральна характеристика особистості, психологічна сутність якої проявляється в здатності сміливо й незалежно ухвалювати зрілі рішення, вибірково використовуючи при цьому особистісні ресурси. Провідною функцією рішимості є керування процесом прийняття рішення, актуалізація процесів активації й мобілізації різних ресурсів особистості для досягнення мети з урахуванням сформованих критеріїв вибору. Когнітивний компонент у структурі «рішимості» утворюють властивості розумності, далекоглядності й докладності, загалом забезпечують аналіз ситуації, оцінку ефективності витрат особистості на рішення виниклої проблеми, прогнозу наслідків вибору й прийняття рішень. Далекоеглядність рішимості проявляється в передбачливості, завбачливості, потягу до вирішення ситуації, у пошуку й використанні стратегій досягнення мети, орієнтуванню на облік можливих наслідків, у прагматичності вибору.

Ключові слова: *далекоеглядність, розумність, докладність, рішимість, вибір особистості, прийняття рішень.*

COGNITIVE FACTORS OF DECISION-MAKING PERSONALITY

Sannikov Oleksandr Illich,

Doctor of Psychological Sciences, Senior Researcher,
Associate Professor at the Department of Theory and Methodology of Applied Psychology
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky

asannikov2010@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6743-0182>

Purpose. The purpose of this article is to present the results of a theoretical and empirical study of individual psychological characteristics of decision-making in people with different levels of foresight.

Methods. It was used the diagnostic complex for diagnose the indicators of decision-making by a person: the methodology "Personal decision-making questionnaire" by T. Kornilova; the methodology "Scale of Tolerance to Uncertainty" by D. McLane; the methodology "Subjective self-assessment of determination" by O. Sannikova, A. Sannikov, O. Svistula; SACS Scale "Strategies for Overcoming Stressful Situations" by S. Hobfall; "Indicator of personality type" by K. Briggs, I. Mayers.

Results. It was presented the results of the correlation analysis of the relationship of decision-making and determination indicators with the foresight indicators and strategies for overcoming stressful situations. It was revealed the positive significant relationships between foresight and most indicators of strategies for coping with stressful situations, and also between foresight, tolerance to uncertainty and indicators of personal resolve. It was examined the profiles of the characteristics of determination, the psychological features of the choice and decision-making in individuals with different level of foresight.

Conclusions. "The determination" is considered as an integral characteristic of a personality, the psychological which essence is manifested in the ability to boldly and independently make mature decisions, selectively using personal resources. The leading function of determination is the management of the decision-making process, updating the processes of activation and mobilization of various personality resources to achieve the goal, taking into account the formed selection criteria. The cognitive component in the structure of "determination" determines the properties of rationality, foresight and prudence, generally analyses the situation, assessment of cost-effectiveness for solving problems, forecasts of the consequences of choice and decision making. The foresight of decision is manifested in prudence, predictability, foresight, predictability, in the search and use of strategies to achieve goals, focus on taking into account possible consequences, in the pragmatism of choice.

Key words: *foresight, reasonableness, thoroughness, determination, personality choice, decision making.*

Вступ

Успішність вирішення проблем, що виникають на власному життєвому шляху, людина оцінює, як правило, у тому разі й за тих умов, коли може здійснити підсумки й визначити правильність або неправильність тих рішень, які були прийняті нею раніше. Саме тоді особа пригадує, як вона їх зробила або як могла зробити, зважає й оцінює альтернативи, намагається зрозуміти причини й механізми зроблених життєво важливих виборів.

Ефективність, продуманість, корисність або некорисність ухвалених рішень ми найчастіше оцінюємо за їх наслідками. Це ті рішення, які вже не можна змінити через те, що відведений на це час уже залишився в минулому. Чи можливо не допускати помилки в прийнятті найважливіших для людини рішень? Чи можливо своєчасно спрогнозувати наслідки дій та вчинків, що зумовлені цими рішеннями. Для цього необхідно, щонайменше, мати розвинуту рефлексію, здатність розбиратися в особливостях ситуації вибору, вміння враховувати вплив саме тих чинників, від яких безпосередньо залежить прийняття рішень.

Численні економічні й соціальні перетворення сьогодення своєю стрімкістю й хаотичністю нерідко приводять до того, що недалекглядність і безвідповідальність особистості стають значною мірою одними з типових ознак її реалізації в соціальній сфері. Сучасні дослідження показують, що невизначеність у виборі напряму й стратегії життєдіяльності на особистісному рівні негативно позначається на її здатності до прийняття важливих життєвих рішень, від яких залежить не тільки сьогоденне існування, а й майбутнє (Помиткіна, 2013; Чернобровкін, 2010).

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Прийняття рішень у сучасній психологічній літературі насамперед розглядається як центральний етап переробки інформації на всіх рівнях психічної регуляції в системі цілеспрямованої діяльності особистості й у найбільш узагальненій формі визначається як формування «послідовності дій і операцій, які знижують невизначеність проблемної ситуації». Прийняття рішень означає не тільки вибір певної мети й способу дій, але й надання такому вибору перевагу перед іншими варіантами (Г.О. Балл, У. Джеймс, О.М. Леонтьєв,



Н.Ф. Наумова). Нині є безліч концептуальних підходів до вивчення процесу прийняття рішень, що розроблені такими вченими, як А.В. Брушлинський (1976), Д.О. Леонтьєв (2001), Л.В. Помиткіна (2013), В.А. Ромеєць (2006), В.М. Чернобровкін (2010) та інші. Для цілей нашого аналізу значною мірою є важливим те, що «прийняття рішень» як процес вивчається в психології особистості в контексті різних видів діяльності (пізнавальної, конструкторської, управлінської, педагогічної тощо), що дає змогу розглядати його як універсальну форму організації людської активності у будь-якій сфері життєдіяльності.

Вивчено досить великий склад особистісних властивостей, які значною мірою визначають успішність прийняття рішень. Серед них виділяють толерантність, ризикованість, асертивність, авантюризм, докладність, рефлексивність, що є компонентами інтегральної властивості особистості – рішимості (Санніков, 2015). Зупинимось більш детально на одній із властивостей рішимості – далекоглядності, що входить у компонент «мудрості» особистості, яка приймає рішення (Санніков, 2016).

Відповідно до словників до понять, найбільш близьких до «далекоглядності», можна віднести такі як передбачливість, проникливість, прозорливість, антиципація, психічне відбиття майбутнього, прогнозування й інші. Їхніми антиподами будуть, наприклад, короткозорість, недалекоглядність, непередбачуваність, непроникливість, нерациональність та інші (Ожегов, Шведова, 1993: 49).

«Далекоглядність» є одним з понять загальної й соціальної психології, які розкривають психологічний зміст такої властивості. «Далекоглядність» утворює найбільш значиму частину предмета й інструментарію економічної теорії й теорії операцій, сучасної кібернетики, праксеології й багатьох інших. Вона стає невід'ємною частиною людської практики й органічно входить в усі сфери життєдіяльності. Це поняття за психологічним змістом передбачуваного результату наближається до поняття «раціональність» – здатності особистості враховувати виграші й програші від впливу факторів і умов діяльності в процесі вибору особистості (Санніков, Саннікова, 2020). «Далекоглядність» для безлічі наукових дисциплін є інструментом ефективного аналізу майбутнього в досліджуваних моделях об'єктів.

Актуальність вивчення проблеми далекоглядності полягає в тому, що далекоглядність, передбачливість, установалення причинно-наслідкових зв'язків є неодмінною умовою взаємодії особистості із середовищем. Вивчення проблеми далекоглядності

(передбачливості) має широке соціальне й економічне значення, тому що у всіх формах життєдіяльності особистості трапляється безліч ситуацій, для розв'язку яких необхідний облік причинно-наслідкових взаємозв'язків об'єктів аналізу й потрібен коректний прогноз наслідків власних дій.

Розглянемо деякі підґрунтя поняття «далекоглядність».

Уперше проблема далекоглядності була розглянута в працях дослідників, що займаються проблемою інтелекту. Так, Е.Л. Торндайком у 1920 р. був уведений термін «соціальний інтелект» для позначення далекоглядності у міжособистісних відносинах. Соціальний інтелект автор розглядає як пізнавальну здатність, яка забезпечує прогнозування успішної взаємодії з людьми. Пізніше, у роботі Д.В. Люсіна і Д.В. Ушакова (2009), було підтверджено, що основною функцією соціального інтелекту є «прогнозування поведінки» (Люсин, Ушаков, 2009: 155). А.Л. Южанінова (1984), аналізуючи структуру інтелекту, виділяє соціальний інтелект як його самостійну характеристику. При цьому вона розглядає соціальний інтелект як особливу соціальну здатність, однієї з функцій якої виступає «соціальна уява» (Южанінова, 1984: 63). Для цілей цього дослідження саме «соціальна уява» є найбільш важливим феноменом. Автор (слідом за Е.Л. Торндайком) розуміє соціальну уяву як здатність до моделювання особливостей інших людей (індивідуальних і особистісних) на основі зовнішніх ознак, а також здатність «прогнозування їх поведінки в конкретних ситуаціях, точне передбачення можливих особливостей взаємодії». Саме «соціальна уява» забезпечує в структурі соціального інтелекту формування «далекоглядності» особистості. Аналіз результатів експерименту, проведеного М.Л. Тарасенко (2008), показав, що в осіб з високим рівнем соціального інтелекту спостерігається висока обережність (низькі значення показника імпульсивності), догматичність мислення, з одночасно високим почуттям задоволеності спілкуванням і відносинами в близькому колі спілкування. За даними автора, особи з високим рівнем соціального інтелекту не мали проблем у спілкуванні, для них характерний високий рівень володіння комунікативними вміннями. В осіб з низьким і середнім рівнями соціального інтелекту прогнозування відносин з іншими утруднене (Тарасенко, 2008: 11).

Особливий інтерес являють дані про взаємозв'язок далекоглядності з іншими властивостями особистості. Необхідно відзначити, що догматичність як властивість особистості, суть якого проявляється в опорі на положення й принципи, які особистість уважає

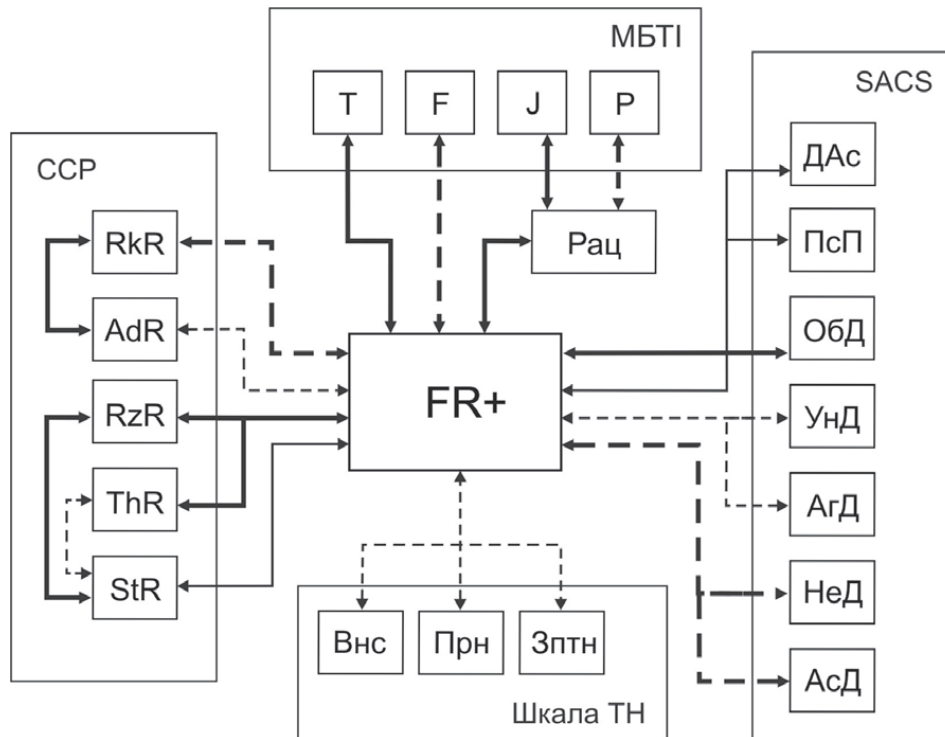


Рис. 1. Схема взаємозв'язків далекоглядності з показниками властивостей і стратегій особистості, яка приймає рішення

Примітка: 1) ----- – від'ємний зв'язок на рівні 5% ($\leq 0,05$); - - - - - від'ємний зв'язок на рівні 1% ($\rho \leq 0,01$); 2) ———— – додатний зв'язок на рівні 5% ($\rho \leq 0,05$); ———— – додатний зв'язок на рівні 1% ($\rho \leq 0,01$); 3) тут і далі використовуються скорочення: а) показники рішимості: TD – цільовий настрій, IR – незалежність, Tnr – толерантність, AR – ерґічність, Spr – спонтанність, Str – стійкість, Rzr – розумність, FR – далекоглядність, Thr – докладність, Adr – авантюризм, Asr – асертивність, Rkr – ризикованість; б) показники індикатору типу особистості: T – розумовий тип, F – тип, який відчуває, J – вирішуючий тип, P – сприймаючий тип; в) показник особистісного фактора прийняття рішень: Рац – раціональність; г) показники стратегій подолання стресових ситуацій: ДАс – дії асертивні, ПсП – пошук соціальної підтримки, ОбД – обережні дії, УнД – дії уникнення, НеД – непрямі (маніпулятивні) дії, АсД – асоціальні дії, АгД – агресивні дії; г) показники толерантності до невизначеності: Внс – відношення до невизначених ситуацій, Прн – перевага невизначеності, Зптн – загальний показник толерантності до невизначеності

непорушною істиною й практично незмінною за будь-яких обставин, дає можливість приймати далекоглядні рішення без необхідності перегляду особистістю системи своїх цінностей щораз (на відміну від імпульсивних особистостей, які ухвалюють рішення частіше під впливом випадкових імпульсів, без розгляду й обліку можливих наслідків).

Так, у роботі В.І. Екинцева й І.В. Бондаренко (2009) представлені результати вивчення впливу типу локусу контролю особистості на оформлення зовнішності. Отримані авторами дані дають змогу зробити деякі узагальнення. По-перше, особи з високим рівнем соціального інтелекту здатні коректно прогнозувати поведінку людей, розуміють мову невербального спілкування, висловлюють швидкі й точні судження про людей, успішно прогнозують їхні реакції в заданих обставинах, проявляють далекоглядність у відносинах

з іншими. По-друге, є залежність між далекоглядністю в міжособистісних відносинах і локусом контролю. Можна припустити, що комбінація впевненості людей з інтернальним типом локусу контролю є підставою формування далекоглядності у разі прийняття рішень у міжособистісних відносинах. Є закономірним для осіб з інтернальним локусом контролю покладатися тільки на себе, не залежати від випадкових змін умов життя, як це звичайно відбувається в осіб з екстернальним локусом контролю.

Ще однією закономірністю далекоглядності є взаємозв'язок з такою властивістю особистості, як рефлексивність. Численні дослідження, які були проведені як вітчизняними, так і закордонними вченими, показали, що вже на початку будь-якої діяльності в суб'єкта формується уявлювана модель очікуваних результатів, «модель



потребного майбутнього» (Бернштейн, 1990). У роботі В.В. Мацути й С.О. Богомаза (2014), присвяченої вивченню зв'язку рефлексивності й соціального інтелекту, рефлексія (специфічна якість людини, за образним висловом О.О. Бодалева) розглядається як «істотний складник розвинутого спілкування й міжособистісного сприйняття» (Мацута, Богомаз, 2014: 55). Отримані результати збігаються з позицією Г.М. Андреевої, яка конкретизує це поняття, відзначаючи, що «рефлексія розуміється як усвідомлення діючим індивідом того, як він сприймається партнером по спілкуванню» (Андреева, 1980: 145), тим самим виділяючи далекоглядність як одну зі значимих для спілкування властивостей особистості.

2. Методологія та методи

Метою цієї статті є виклад результатів теоретико-емпіричного дослідження індивідуально-психологічних особливостей прийняття рішень в осіб з різним рівнем далекоглядності. Теоретико-методологічною основою дослідження послужила континуально-ієрархічна концепція особистості професіонала, а також дослідження рішимості особистості (Саннікова, 1995; Санніков, 2015). Приступаючи до дослідження, ми припустили, що особи з виразною й не виразною далекоглядністю розрізняються складом і рівнем сформованості індивідуально-психологічних властивостей особистості, що аранжують далекоглядність.

У роботі використовувалися теоретичні (системний аналіз наукових підходів до проблеми прийняття рішень) та емпіричні методи (тестування). Задля обробки даних застосовувалися методи кількісного (кореляційний) і якісного (метод «асів» і «профілів») аналізу. Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою комплексу математичних програм SPSS 13.0 for Windows.

Психодіагностичне тестування проводилося з використанням оригінальних надійних і валідних психодіагностичних методик, адекватних цілям і завданням дослідження. Для розв'язку завдань цього емпіричного дослідження, діагностики досліджуваних показників прийняття рішень особистістю використовувався діагностичний комплекс таких методик: «Особистісний опитувальник прийняття рішень» (ОФР-25) Т.В. Корнилової; методика «Шкала толерантності до невизначеності» (ТН) Д. МакЛейна, адаптація Є.М. Осіна; методика «Суб'єктивна самооцінка рішимості» (ССР) О.П. Саннікової, О.І. Саннікова, О.М. Свистули; Шкала SACS «Стратегії подолання стресових ситуацій» С. Хобфолла, адаптація Н.Є. Водоп'янової й О.С. Старченкової; «Індикатор типу особистості» К. Бриггс, І. Майерс (Санніков, 2015).

Емпіричне дослідження проводилося на базі Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського». Вибіркову сукупність утворювали студенти старших курсів і магістри денної та заочної форм навчання соціально-гуманітарного факультету. У дослідженні брали участь 105 осіб віком від 20 до 47 років.

3. Результати й дискусії

Аналіз результатів теоретико-емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення взаємозв'язків показників прийняття рішень і властивостей особистості, дасть змогу згрупувати простір досліджуваних ознак, зафіксувати закономірні взаємозв'язки між ними й розглянути їх у якісному аналізі. Взаємозв'язки показників прийняття рішень, стратегій реалізації рішень, індикатору типу особистості та властивостей, що також аранжують прийняття, представлено на рисунку 1.

За результатами кореляційного аналізу показників методик експериментального комплексу виділені закономірності взаємозв'язків далекоглядності з показниками властивостей особистості, яка ухваляє рішення, індикатору типу особистості й показниками стратегій реалізації вибору. Для більшої наочності розглянемо тільки статистично значимі зв'язки групи досліджуваних когнітивних показників рішимості. Вони утворюють єдиний симптомокомплекс прийняття рішень у складі: далекоглядність (FR+), розумність (Rzr+), докладність (Thr+) і раціональність прийняття рішень (Paц). Аналіз взаємозв'язків далекоглядності й властивостей особистості, яка приймає рішення, дають змогу висловити такі міркування.

Далекоглядність значимо пов'язана з показником стратегії асертивних дій, ДАС ($p = 0,216$ на 5% рівні), з мислячим типом особистості, Т-типом ($p = 0,403$ на 1% рівні). Статистично значимий зв'язок може вказувати на усталену перевагу у представників цієї групи (Т-типу) саме мислення під час прийняття рішень. Можна припустити, що в ситуації вибору ці особи намагаються бути логічними, неупередженими, керуються об'єктивними реальними цінностями.

Виділений значимий від'ємний зв'язок показника FR+ з F-типом по МБТІ, ($p = -0,403$ на 1% рівні) демонструє результат конфлікту раціонального початку (прийняття рішень, заснованих на логіці), з одного боку, й емоційного (блокування, нездатності обліку властивих F-типу соціальних відносин) – з іншого. Справді, далекоглядні люди більшою мірою орієнтуються в ситуації вибору на причинно-наслідкові зв'язки, доказовість, логічність знайде-

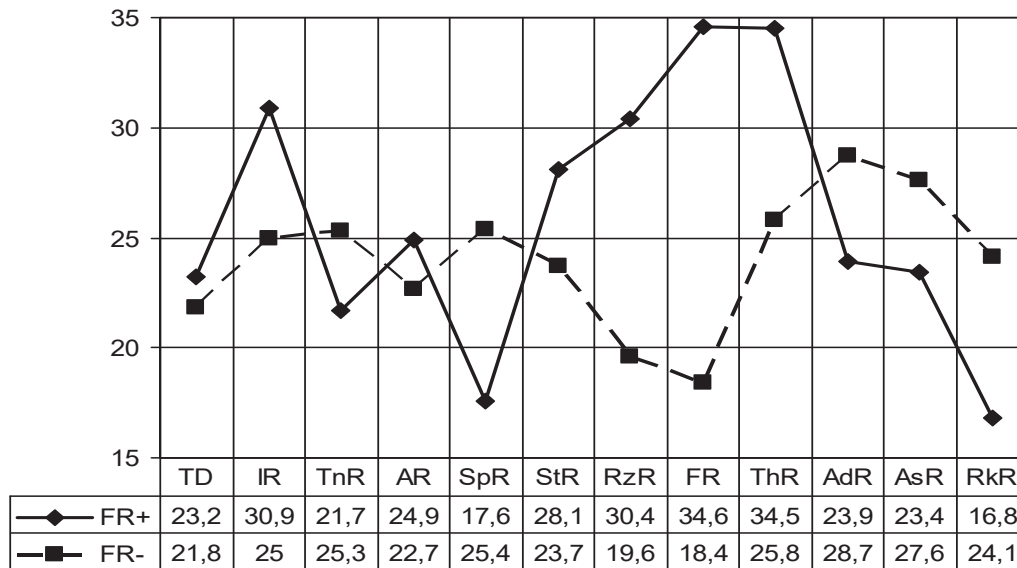


Рис. 2. Профілі показників прийняття рішень (за Суб'єктивною самооцінкою рішимості) у групах осіб, котрі відрізняються високими (FR+) і низькими значеннями (FR-) показника далекоглядності особистості

них аргументів і їх об'єктивність, ніж на суб'єктивні цінності інших людей. Для них не важливо, як їхнє рішення подіє на інших людей, розглядаються лише конструктивні наслідки його реалізації.

Оцінюючи взаємозв'язки далекоглядності (FR+) зі стратегіями дій за шкалою SACS, необхідно відзначити дві протилежні тенденції. Перша тенденція пов'язана із виявленими значущими статистично додатними взаємозв'язками показника просоціальних стратегій пошуку соціальної підтримки, ПсП (0,215 на 5% рівні значимості) і обережними діями, ОбД (0,291 на 1% рівні значимості). Друга тенденція демонструє від'ємні значущі зв'язки асоціальних стратегій – імпульсивних дій (ІмД), дій уникнення (УнД), непрямих дій (НеД), асоціальних (АсД) і агресивних дій (АгД) на 5% і 1% рівні значимості. Такі тенденції підтверджують спрямованість далекоглядної особистості на конструктивне рішення проблеми.

Не виключено, що ця особливість далекоглядності проявляється й у взаємозв'язках показників далекоглядності (FR+) у прийнятті рішень і толерантності до невизначеності. Виявлені від'ємні значимі взаємозв'язки показників відносини до ситуації невизначеності (Внс), прийняття невизначеності (Прн) і загального показника толерантності до невизначеності (Зптн) з далекоглядністю в прийнятті рішень на 5% і 1% рівні значимості (-0,232 і -0,253 на 5% рівні значимості, а також -0,257 на 1% рівні значимості відповідно).

Виділені від'ємні значимі взаємозв'язки показників далекоглядності (FR+) з ризикованістю (Rkr) і авантюрістю (Adr) на

1% рівні значимості (-0,286 і -0,331 відповідно). Розглядаючи взаємозв'язки показників авантюристичності й схильності до ризику, вдалося простежити таку тенденцію: схильність до авантюрного прийняття рішень супроводжується вираженою схильністю до ризику, але значно менш вираженою далекоглядністю. Вочевидь в осіб, не схильних до авантюристичності й ризику, далекоглядність у прийнятті рішень, а також рефлексивність і обачність виражені набагато сильніше.

Негативний зв'язок раціональності (Рац) зі спонтанністю, Spr (-0,550 на 1% рівні значимості) демонструє тенденцію, властиву проявам раціонального вибору. Це не може розглядатися як випадковість, яка була зроблена поспішно, без обмірковування наслідків, а по суті є проявом далекоглядності. Схильність до обміркованого вибору й нагромадження інформації не суперечить домінуванню раціональності (Рац). Крім того, виявлені додатні зв'язки (0,317 на 5% рівні значимості) раціональності (Рац) зі стратегією ОбД (обережними діями), що своєю чергою вказують на те, що: а) страх програти ініціює продумані кроки в напрямі пошуку адекватного варіанта рішення, в оцінці знайденого варіанта присутня логіка, здійснюється повторний аналіз як варіантів прийнятого рішення, так і передбаченого результату; б) взаємозв'язок з розумністю, Rzr+ (0,456 на 1% рівні значимості) дає змогу встановити границі, у межах яких прийняте рішення стає задоволеним.

Такі статистично значимі позитивні взаємозв'язки раціональності, розумності, далекоглядності демонструють стійкий прояв однієї з особливостей її структури –



далекоглядність має виражений прагматичний складник. Це означає, що високий рівень раціональності, розумності, докладності супроводжується цілеспрямованістю, пошуком і прагненням знайти «вигоду в конкретній ситуації». Саме тому виявлені високі й значимі кореляційні взаємозв'язки раціональності (Рац) з далекоглядністю (FR+) і розумністю (Rzr+). Виділений додатний зв'язок (0,397 на 1% рівні значимості) між раціональністю (Рац+) і вирішальним типом (J) по МБТИ, що також є очевидною. У представників вирішального типу (J) раціональність є однією з ведучих професійно важливих властивостей особистості.

Для осіб такого типу загалом характерно: тяжіння до прийняття відповідальних рішень, прагнення до упорядкованості й організації простору, до доведення справи до кінця, до підбиття підсумків розв'язку проблеми, до послідовного формування висновків. Вони непохитно схильні до розсудливості, прагнуть жити розплановано, структуровано у всіх напрямках професійної самореалізації.

Результати проведеного кореляційного аналізу підтвердили можливість порівняння психологічних характеристик рішимості у виділених груп випробуваних, що дало змогу нам приступити до якісного аналізу отриманих даних. Для цього був використаний метод «асів» (Санникова, 1995), котрий дав змогу сформулювати дві групи обстежених (I і IV кварталі розподілу значень показника далекоглядності представників вибірки). Перша група «далекоглядних» утворена обстеженими з високими значеннями показника далекоглядності (FR+, n=18), у другу групу «недалекоглядних» увійшли особи з низьким значенням показника далекоглядності (FR-, n=18).

На рисунку 2 представлені профілі показників рішимості двох груп обстежених, котрі різняться високими й низькими значеннями показника далекоглядності.

Відмінності, які ми спостерігаємо в порівнюваних групах, стосуються деяких показників рішимості: незалежності (IR), спонтанності (Spr), стійкості (Str). Крім того, у групі представників з високими значеннями далекоглядності більш високі всі показники мудрості (Rzr, FR, Thr) і більш низькі показники особистісних компонентів рішимості (Adr, Asr, Rkr). Це означає, що кожна досліджувана група осіб – представників різних рівнів далекоглядності, характеризується певною специфікою прийняття рішень, що проявляється як у специфічній комбінації параметрів, так і в рівнях, яких досягають показники. Це відбивається

насамперед в особливостях конфігурації кожного профілю в межах змін виділеної групи обстежених.

Високі значення показників мудрості, їх зв'язок з показником раціональності підтверджує наявність симптомокомплексу «далекоглядної» особистості. Далекоглядна особистість (FR+) відрізняється тим, що в її програмі («прийняття рішення») ураховується весь спектр не тільки можливих наслідків поточної ситуації (Thr+), але й наслідків довгострокового впливу факторів вибору, використовується не тільки стратегія досягнення мети, але й обґрунтовується зроблений вибір – здійснюється передбачення віддалених наслідків і прогнозується майбутнє (Rzr+). Дослідники відзначають, що в окремих людей ця властивість може бути вродженою.

Далекоглядність (передбачливість) орієнтує особистість на аналіз можливих наслідків прийняття рішень, організує ретельне планування процедури вибору й оцінки варіанта, його реалізацію з урахуванням реальних можливостей особистості, використання стратегії досягнення мети, з опорою в прийнятті рішення на прагматичність і раціональність. Стосовно недальновидної особистості можна стверджувати, що вона відрізняється неправильним вибором мети, відсутністю прогнозу наслідків прийнятого рішення, незначною продуманістю можливих відхилень у його реалізації, а також нездатністю використовувати знання характеристик минулого й сьогодення для прогнозування майбутнього змінюваних об'єктів.

Висновки

1. «Рішимість» розглядається як інтегральна характеристика особистості, психологічна сутність якої проявляється в здатності сміливо й незалежно приймати зрілі рішення, вибірково використовуючи при цьому особистісні ресурси. Провідною функцією рішимості є керування процесом прийняття рішення, актуалізація процесів активації й мобілізації різних ресурсів особистості для досягнення мети з урахуванням сформованих критеріїв вибору.

2. Когнітивний компонент у структурі «рішимості» утворюють властивості розумності, далекоглядності й докладності, загалом забезпечують аналіз ситуації, оцінку ефективності витрат особистості на рішення виниклої проблеми, прогноз наслідків вибору й прийняття рішень.

3. Далекоглядність проявляється в передбачливості, прогностичності, у пошуку й використанні стратегії досягнення мети, орієнтуванні на аналіз можливих наслідків, у прагматичності вибору.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Г.М. Современная социальная психология. Москва : Аспект Пресс, 2008. 576 с.
2. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность / под ред. О.Г. Газенко. Москва : Наука, 1990. 494 с.
3. Брушлинский А.В., Воловикова М.И. О мышлении как прогнозировании. *Вопросы психологии*. 1976. № 4. С. 32–41.
4. Екинцев В.И., Бондаренко И.В. Влияние локуса контроля личности на невербальную коммуникацию и межличностные отношения студентов вуза. *Вестник КАСУ*. 2009. № 5. С. 78–84.
5. Леонтьев Д.А., Шелобанова Е.В. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего. *Вопросы психологии*. 2001. № 1. С. 57–66.
6. Люсин Д.В., Ушаков Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект. От процессов к измерениям. Москва : ИП РАН, 2009. 351 с.
7. Мацута В.В., Богомаз С.А. Связь рефлексии и социального интеллекта у студентов первого курса. *Сибирский психологический журнал*. 2014. № 51. С. 53–64.
8. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка. 4-е изд. доп. Москва : Азбуковник, 1998. 943 с.
9. Помиткіна Л.В. Психологія прийняття особистістю стратегічних життєвих рішень. Київ : Кафедра, 2013. 381 с.
10. Роменець В.А. Ентузіазм вибору і прийняття рішення. Солілоква – мистецтво самопізнання. Ентоні Шефтсбері. *Історія психології: XVII століття. Епоха Просвітництва* : навчальний посібник для студентів вузів. Київ : Либідь, 2006. С. 175–185.
11. Роменець В.А. Принцип прийняття рішення в історії психології. Емоційний, інтуїтивний несвідомий фактор психічної активності. *Історія психології: XVII століття. Епоха Просвітництва* : навчальний посібник для студентів вузів. Київ : Либідь, 2006. С. 85–155.
12. Рубинштейн С.Л. О мышлении и путях его исследования. Москва : Изд-во АН СССР, 1958. 145 с.
13. Санников А.И. Психология жизненного выбора личности. Одесса : ВМВ, 2015. 440 с.
14. Санников А.И. «Решимость» и «решительность» в психологической системе принятия личностью жизненных решений. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Северодонецьк. 2016. № 1 (39). С. 201–213.
15. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности. Одесса : Хорс, 1995. 334 с.
16. Санников О.И. Від стилю прийняття рішень до стильових характеристик особистості: генеза уявлень. *Вісник післядипломної освіти* : збірник наукових праць. НАПН України, Ун-т менедж. освіти. Київ : АТОПОЛ ГРУП, 2017. Вип. 3 (32). С. 98–115.
17. Санников О.І., Санникова А.О. Розумність у структурі рішимої особистості. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Психологічні науки* : збірник наукових праць. 2020. Том 12, № 9(54). С. 118–130.
18. Тарасенко М.Л. Трудности межличностного общения студентов с разным уровнем социального интеллекта : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Сургут, 2008. 25 с.
19. Чернобровкін В.М. Психологія прийняття педагогічних рішень. Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2010. 448 с.
20. Южанинова А.Л. К проблеме диагностики социального интеллекта личности. *Проблемы оценивания в психологии*. Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 1984. С. 95–111.

REFERENCES:

1. Andreeva, G. (2008). *Sovremennaja social'naja psihologija [Modern social psychology]*. Moskva : Aspect Press [in Russian].
2. Bernshtejn, N. (1990). *Fiziologija dvizhenij i aktivnost' [Physiology of movements and activity]*. Gzenko O.G. (Ed.). Moskva : Nauka [in Russian].
3. Brushlinckij, A., Volovikova, M. (1976). O myshlenii kak prognozirovanii [About thinking as forecasting]. *Voprosy psihologii – Psychology issues*. No. 4, pp. 32–41 [in Russian].
4. Ekincev, V., Bondarenko, I. (2009). Vlijanie lokusa kontrolja lichnosti na neverbal'nuju kommunikaciju i mezhlichnostnye otnoshenija studentov vuza [The influence of the locus of personality control on non-verbal communication and interpersonal relations of university students]. *Vestnik KASU – Bulletin of KASU*. No. № 5, pp. 78–84 [in Kazakhstan].
5. Leont'ev, D., Shelobanova, E. (2001). Professional'noe samoopredelenie kak postroenie obrazov vozmoznogo budushhego [Professional self-determination as the construction of images of a possible future]. *Voprosy psihologii – Psychology issues*. № 1, pp. 57–66 [in Russian].
6. Ljusin, D., Ushakov, D. (2009). Social'nyj i jemocional'nyj intellekt [Social and emotional intelligence]. *Ot processov k izmerenijam [From processes to measurements]*. Moskva : IP RAN [in Russian].
7. Macuta, V., Bogomaz, S. (2014). Svjaz' refleksii i social'nogo intellekta v studentov pervogo kursa [The relationship of reflection and social intelligence in first-year students]. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal – Siberian Psychological Journal*. No. 51, pp. 53–64 [in Russian].
8. Ozhegov, C., Shvedova, N. (1999). *Tolkovyj slovar' russkogo jazyka [Explanatory dictionary of the Russian language]*. Moskva : Azbukovnik [in Russian].
9. Pomytkina, L.V. (2013). *Psyhholohiia pryiniattia osobystistiu stratehichnykh zhyttievyykh rishen [Psychology of personal strategic decision-making monohrafiia]*. Kyiv : Kafedra [in Ukrainian].
10. Romenets, V. A. (2006). Entuziazm vyboru i pryiniattia rishennia. Solilokviiia – mystetstvo samopiznannia. Entoni Sheftsberi : [Enthusiasm for choice and decision making. Soliloquia is the art of self-knowledge. Anthony Shaftesbury]. *Istoriia psykholohii: XVII stolittia. Epokha Prosvitnytstva – History of psychology: XVII century. Age of Enlightenment*. Kyiv : Lybid. Pp. 175–185 [in Ukrainian].



11. Romenets, V.A. (2006). Pryntsyp pryiniattia rishennia v istorii psykholohii. Emotsiyni, intuityvnyi nesvidomyi faktor psykhičnoi aktyvnosti. [The principle of decision making in the history of psychology. Emotional, intuitive unconscious factor of mental activity]. *Istoriia psykholohii: XVII stolittia. Epokha Prosvitnytstva [History of psychology: XVII century. Age of Enlightenment]*. Kyiv : Lybid. Pp. 85–155 [in Ukrainian].
12. Rubinshtejn, S. (1958). *O myshlenii i putjah ego issledovaniia [About thinking and ways of its research]*. Moskva : Izd-vo AN SSSR [in Russian].
13. Sannikov, A. (2015). *Psihologija zhiznennogo vybora lichnosti [Psychology of a person's life choice]*. Odessa: VMV [in Russian].
14. Sannikov, A.I. (2016). “Reshimost” i “reshitel’nost” v psihologicheskoy sisteme prinjatija lichnost’ju zhiznennyh reshenij [“Decision” and “decisiveness” in the psychological system of a person making life decisions]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii – Theoretical and applied problems of psychology*. Sieverodonetsk. No. 1 (39), pp. 201–213 [in Ukrainian].
15. Sannikova, O. (1995). *Jemocional’nost’ v strukture lichnosti [Emotionality in the structure of personality]*. Odessa : Hors [in Russian].
16. Sannikov, O.I. (2017). Vid stylu pryiniattia rishen do stylovykh kharakterystyk osobystosti: geneza uiaвлен [From decision-making style to stylistic characteristics of personality: the genesis of ideas]. *Visnyk pislidyplomnoi osvity – Bulletin of postgraduate education*. NAPN Ukrainy, Un-t menedzh. osvity. Kyiv : ATOPOL HRUP. Vyp. 3 (32), pp. 98–115 [in Ukrainian].
17. Sannikov, O.I., Sannikova, A.O. (2020). Rozumnist u strukturi rishymosti osobystosti [Reasonableness in the structure of determination of the individual]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Psykholohichni nauky – Scientific journal of NPU named after MP Drahomanov. Psychological sciences*. Tom 12, No. 9(54), pp. 118–130 [in Ukrainian].
18. Tarasenko, M. (2008). Trudnosti mezhlichnostnogo obshhenija studentov s raznym urovnem social’nogo intellekta [Difficulties of interpersonal communication of students with different levels of social intelligence]. *Extended abstract of candidate’s thesis*. Surgut [in Russian].
19. Chernobrovkin, V.M. (2010). *Psykholohiia pryiniattia pedahohichnykh rishen [Psychology of pedagogical decision-making monohrafiia]*. Luhansk : Vyd-vo DZ “LNU imeni Tarasa Shevchenka” [in Ukrainian].
20. Juzhaninova, A. (1984). K probleme diagnostiki social’nogo intellekta lichnosti [To the problem of the diagnosis of social intelligence of personality]. *Problemy ocenivaniia v psihologii [Assessment problems in psychology]*. Saratov : Izd-vo Sarat. un-ta, pp. 95–111 [in Russian].

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020.

УДК 392.61:[159.922.62+159.922.8]
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-6>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ ОСІБ ІЗ РІЗНИМ ТИПОМ ПРИВ’ЯЗАНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ТА ЗРІЛОМУ ВІЦІ

Семків Ірина Ігорівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та психотерапії
Український католицький університет

semkiv@ucu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-4139-2699>

Вонс Олена-Мирослава Степанівна,

магістр психології,
викладач кафедри психології та психотерапії
Український католицький університет

bandrivska@ucu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-9376-9462>

Метою статті є порівняння психологічних особливостей романтичних стосунків осіб з різним типом прив’язаності у двох групах досліджуваних: юнацького та зрілого віку.

Методи. Було здійснено теоретичний аналіз літератури з теорії прив’язаності та проведено емпіричне дослідження, у якому використано такі методики: «Тест якості прив’язаності» К. Карвера (MAQ) (адаптація І. Семків); «Шкала співзалежності Д. Фішера» (адаптація В. Москаленко); «Опитувальник оцінки стосунків» (RAQ) (адаптація А. Магоцька), модифікований «Тест Лірі» (авторська модифікація) та використані методи математичної статистики: кореляційний та порівняльний аналіз.

Результати. У результаті порівняльного аналізу виявилось, що середній рівень надійної прив'язаності є вищим у осіб середнього віку (на рівні тенденції); а середній рівень унікаючої прив'язаності у осіб середнього віку є статистично значимо нижчим. У результаті кореляційного аналізу виявилось, що надійна прив'язаність пов'язана з високою оцінкою власних стосунків, наданням значення цим стосункам, високою оцінкою себе у стосунках. Особи юнацького віку з надійною прив'язаністю схильні до непокірності та надмірної зануреності у стосунки, а особи зрілого віку схильні до поступливості та доброзичливості. Унікаюча прив'язаність пов'язана з незадоволеністю своїми стосунками та собою у них; у юнаків унікаюча прив'язаність пов'язана з низьким рівнем зацікавленості стосунками. Досліджувані з тривожно-амбівалентним типом прив'язаності проявили високий рівень співзалежності у стосунках, а також схильність до відчуття пригніченості в стосунках, тривоги та страхів щодо стосунків та низької оцінки власних стосунків.

Висновки. За результатами дослідження було виявлено відмінності між середніми рівнями різних типів прив'язаності досліджуваних двох груп. Прив'язаність може незначно змінитись з менш до більш надійної. Також у дослідженні вдалося виявити певні психологічні особливості романтичних стосунків осіб з різним типом прив'язаності у групах осіб юнацького та зрілого віку.

Ключові слова: надійна прив'язаність, унікаюча прив'язаність, тривожно-амбівалентна прив'язаність, якість стосунків, репрезентація прив'язаності.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ROMANTIC RELATIONSHIPS BETWEEN PEOPLE WITH DIFFERENT ATTACHMENT STYLES IN ADOLESCENCE AND ADULTHOOD

Semkiv Iryna Ihorivna,

Doctor of Psychology, Docent,

Associate Professor at the Department of Psychology and Psychotherapy

Ukrainian Catholic University

semkiv@ucu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-4139-2699>

Vons Olena-Myroslava Stepanivna,

Master of Psychology,

Teacher at the Department of Psychology and Psychotherapy

Ukrainian Catholic University

bandrivska@ucu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-9376-9462>

Purpose. The aim of the article is to compare the psychological features of romantic relationships between people with different attachment styles in two groups: adolescents and adults.

Methods. A theoretical analysis of the theory of attachment and an empirical study was made. The following methods were used in the study: Measure of Attachment Qualities (MAQ) C. Carver (adaptation of I. Semkiv); Fischer Codependency Scale (adapted by V. Moskalenko); The Relational Assessment Questionnaire (RAQ) (adapted by A. Magotska); the modified Leary Test (author's modification). We used correlation and comparative statistical analysis.

Results. The comparative analysis has shown that the average level of secure attachment is slightly higher in middle-aged people, while the average level of avoidant attachment in middle-aged people is statistically significantly lower. The correlation analyze has shown that a secure attachment is associated with a high appreciation of relationships, the importance of those relationships, and a high self-esteem in those relationships. Adolescents with a secure attachment are characterized by a tendency to disobedience and excessive immersion in the relationship. Adults with secure attachment are more likely to give in to a partner and be friendly in relationships. An avoidant attachment, is related to dissatisfaction with relationship and oneself in that relationship. Young men's avoidant attachment is associated with a low level of interest in their relationships. The respondents with an anxious-ambivalent attachment showed a high level of interdependence in relationships, they characterized by feelings of depression in relationships, anxiety and fear about the relationships and low self-esteem.

Conclusions. The findings of the study revealed the differences between the two groups in terms of middle level of attachment style. Attachments may slightly change from less to more secure. The study also identified certain psychological features of romantic relationships between people with different attachment styles in groups of adolescents and adults.

Key words: secure attachment, avoidant attachment, anxious ambivalent attachment, quality of the relationships, attachment representation.



Вступ

Наявність теплих приятних та близьких стосунків є одним із важливих чинників відчуття людиною щастя та задоволеності життям. Проте у сучасному технологізованому світі стосунковість – вміння створювати та підтримувати близькі стосунки, щоразу то більше відходить на задній план, втрачаючи своє первинне значення. Добрий стосунок, особливо у ранньому дитинстві, – той психологічний простір, у якому може розвиватись здорова психіка дитини, натомість відсутність такого стосунку у ранньому дитинстві може призвести до порушень психічного розвитку або до тяжких розладів поведінки, що залишаються протягом усього життя. Ранні дитячі травми, які особа переживає у своїх перших значимих стосунках, мають неабиякий вплив на її функціонування у дорослому віці.

Отже, важливим є визначення можливого впливу раннього досвіду та формування типу прив'язаності на соціальні стосунки; виявлення особливостей взаємозв'язку між сформованим типом прив'язаності (репрезентацією прив'язаності) особистості та перебігом стосунків у різні вікові періоди.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

В основі вміння будувати та підтримувати конструктивні міжособистісні стосунки лежить досвід перших років життя. Таке твердження було висунуте ще у перші роки виникнення психоаналізу З. Фройдом (Фройд, 2019). Проте вже нині безліч теоретиків наголошують на тому, що ранні стосунки з матір'ю або особою, яка її заміняє, є передумовою якості всіх майбутніх стосунків (Кернберг, 2004). Ранні значимі стосунки любові та прив'язаності є умовою та чинником психічного і навіть фізичного здоров'я особистості (Шпиц, 2019).

На фоні цих теоретичних тенденцій виникає «теорія прив'язаності», яка не лише припускає, але й емпірично доводить значущість раннього стосунку з матір'ю в усіх подальших відносинах, у тому числі і романтичних. На думку Дж. Боулбі, автора теорії прив'язаності, новонароджена дитина сприймає себе й маму окремо один від одного й не перебуває в злитті з нею, як раніше описували психоаналітики. А тому вже з перших моментів життя дитина та мати починають будувати стосунки – перший стосунок у житті дитини, який згодом стає взірцем усіх інших стосунків (Боулбі, 2003). К.Г. Бріш, спираючись на теорію Дж. Боулбі, визначає систему прив'язаності таким чином: «Система прив'язаності – це генетично закодована базова мотиваційна система, що виникає

у немовляти після народження за чіткими біологічними детермінантами. Вона слугує для контакту дитини з первинною спорідненою особою та забезпечує її виживання» (Бріш, 2012: 38).

М. Ейнсворт продовжила теоретико-практичні спостереження Дж. Боулбі, дослідниця розробила експериментальну методику виявлення типу прив'язаності, яку назвала «незнайома ситуація». Методика була спрямована на діагностику типу прив'язаності дитини залежно від її реакції на розлуку з матір'ю (Ainsworth, 1969). Спираючись на експеримент з «незнайомою ситуацією», авторам удалось діагностувати один найбільш здоровий тип прив'язаності – надійну прив'язаність та три типи, які відображають певні особливості порушення стосунків з матір'ю: унікаючий, тривожно-амбівалентний та дезорганізований типи прив'язаності.

Надійна прив'язаність. Відображає такий тип ставлення дитини до матері, в якому відображається прихильність та позитивне ставлення до неї. Коли мама відлучається на якийсь час, то дитина проявляє сум, плач та тугу за нею, проте відразу після повернення матері дитина заспокоюється та може ділити свої емоції з мамою, гратися з нею. У дорослому віці такі особи характеризуються високим рівнем довіри до інших, здатні любити та створювати тривалі глибокі стосунки (Боулбі, 2015).

М. Ейнсворт зазначає, що тонкочуттєвість матері (чутливість, емпатійність до потреб і сигналів дитини та здатність вчасно та адекватно на них реагувати) на першому році життя є передумовою для формування безпечної, надійної прив'язаності (Ainsworth, 1978).

Унікаюча прив'язаність. Цей тип характеризує ставлення дитини до матері, в якому дитина неначе байдужа щодо присутності чи відсутності матері – дитина не проявляє ані яскравого суму, коли мама відлучається, ані радості, коли вона повертається. Вдаваність такої байдужості дітей з унікаючою прив'язаністю доводять експерименти, у яких під час відходу та повернення матері фіксували значні стрибки фізіологічних реакцій, які свідчать про стрес, проте явних ознак цього стресу дитина не проявляла (Бріш, 2012). У дорослому віці особи з репрезентацією унікаючої прив'язаності проявляють потребу втечі та дистанціювання у стосунках в ситуації виникнення конфліктів. З досліджень М. Ейнсворт (Ainsworth, 1978) випливає, що у матерів, діти яких володіють унікаючою прив'язаністю, слабо розвинений описаний вище ключовий патерн поведінки – тонкочуттєвість матері.

Тривожно-амбівалентна прив'язаність. Дитина з таким типом прив'язаності одночасно відчуває любов та гостру потребу в матері, з одного боку, і злість та образу на матір – з іншого. Немовля гостро виявляє сум та страждання тоді, коли мати відходить, аж до неможливості заспокоєння, але відразу після приходу матері немовля не може вгамуватись, натомість починає злитись на матір за її відсутність та відштовхує її. Отже, у цьому власне і розгортається амбівалентне ставлення дитини до матері (Ainsworth, 1982). Такий тип прив'язаності, на думку дослідників, формується через амбівалентність та тривожність самої матері – під час свого контакту з дитиною мати виявляє надмірну увагу до дитини, заохочує її до гри, але потім швидко виснажується та відштовхує дитину. У дорослому віці такі люди частіше за все не підпускають до себе інших надто близько та не довіряють іншим через страх втрати; з іншого боку, у більш тривалих стосунках можуть надмірно підозрювати свого партнера у зраді, злитись за недостатню кількість уваги, прогнозувати майбутній розрив та боятись близькості.

Дезорганізована прив'язаність. Трохи згодом дослідники М. Мейн і Дж. Соломон (Main, 1986) на основі результатів власних експериментів виділили четвертий тип прив'язаності, назвавши його дезорганізованим. Дезорганізована прив'язаність характеризується непередбачуваною та імпульсивною поведінкою (Боулбі, 2005). Найчастіше дезорганізований тип прив'язаності діагностують у осіб із серйозними психічними порушеннями.

Дослідники теорії прив'язаності наголошують на тому, що тип прив'язаності, який сформувався у дитинстві, носить характеристику «безперервності», тобто проявляється у всіх або більшості майбутніх стосунків зі значущими людьми. Дж. Боулбі пояснює безперервність прив'язаності тим, що в людини формуються певні стабільні моделі поведінки, які він називає внутрішніми робочими моделями. Ці внутрішні робочі моделі розвиваються протягом першого року життя внаслідок засвоєння дитиною багатьох інтеракцій, у яких мама з дитиною перебуває разом. Внутрішні робочі моделі покликані забезпечувати передбачувану поведінку дитини й дорослого в різних ситуаціях. Проте у стосунку з матір'ю, як найбільш значущою людиною, формується основна модель, натомість щодо кожного наступного за важливістю стосунку у дитини формується окрема робоча модель (Боулбі, 2003). У міру розвитку дитини робоча модель від гнучкої стає більш стабільною, згодом змінюється

на «репрезентацію прив'язаності» та стає частиною психічної структури особистості (Бріш, 2012). Така внутрішня репрезентація прив'язаності і стає моделлю майбутніх міжособистісних (дружніх та романтичних) стосунків у дорослому віці.

Ідеєю, яку дослідники хотіли донести до наукового світу, є те, що саме мати визначає подальшу стосунковість дитини незалежно від статі цієї дитини. Ранні дослідники теорії прив'язаності говорять про те, що той емоційний зв'язок, який утворився між дитиною і матір'ю в перший рік життя, залишається таким і в старшому віці та переноситься на партнерські стосунки.

Услід за ідеями засновників теорії прив'язаності С. Хазан та Ф. Шейвер розглядають саме романтичні стосунки у контексті теорії прив'язаності і вважають, що ранній соціальний довід, що формує певний тип взаємостосунків, проявляється в романтичній любові дорослих (Kazan, 1987). Як і їх попередники, вони пишуть про безперервність типу прив'язаності, яка може вказувати на те, що дорослий тип прив'язаності в романтичних стосунках також залежить від дитячого досвіду (Kazan, 1987). Дослідження Дж. Сімпсон та В.А. Колінса і їхніх колег це підтверджують (Simpson, 2007).

Проте, поряд з наголошенням на тому, що внутрішня робоча модель стосунків формується у дитини у ранньому дитинстві, Дж. Боулбі звертає увагу, що вона може змінюватись у іншому значимому стосунку, що надалі описується теоретиками прив'язаності та формується у окремий напрям психотерапії – терапії розладів прив'язаності (Бріш, 2012). Ідеї автора лягають в основу припущення, можливостей модифікації ненадійних репрезентацій у надійні репрезентації у значимих надійних стосунках з іншими протягом усього життя. Тому такі ідеї лягли в основу гіпотези нашого дослідження. Отже, мета дослідження – дослідити те, чи розподіл та особливості типу прив'язаності у зрілому віці будуть відрізнятись від розподілу та психологічної картини типів прив'язаності у юнацькому віці. Адже є ймовірність того, що внутрішні репрезентації були модифіковані у сторону підвищення надійності у зрілому віці.

2. Методологія та методи

Для досягнення мети дослідження був здійснений теоретичний аналіз літератури та емпіричне дослідження прив'язаності осіб різного віку.

У процесі теоретичного аналізу літератури було встановлено, що той тип прив'язаності, який сформувався у ранньому дитинстві, є відносно стабільним протягом усього життя та відображає індивідуальну



репрезентацію прив'язаності у стосунках у дорослому віці. Така репрезентація прив'язаності може виявлятися у індивідуальному стилі встановлення, втримання та розривання стосунків. Найбільш загальною класифікацією репрезентацій прив'язаності є типологія, запропонована Дж. Боулбі та М. Ейнсворт, – надійна, унікаюча, тривожно-амбівалентна та дезорганізована прив'язаність (Ainsworth, 1969).

У емпіричному дослідженні особливостей прив'язаності осіб різного віку взяли участь 55 осіб, з яких – 30 осіб юнацького віку (17–19 років) та 25 осіб зрілого віку (35–50 років). У дослідженні було використано низку методик:

1. Тест на визначення якості прив'язаності К. Карвера (MAQ) (адаптація І. Семків). Тест базується на відповідях по типу самозвіту. Питання у тесті групуються у 4 шкали, які відповідають 4 типам прив'язаності, описаним вище: «безпека», «уникнення», «амбівалентність занепокоєння», що відповідає тривожно-амбівалентній прив'язаності, та «амбівалентність заглиблення у себе», що відповідає дезорганізованому типу прив'язаності.

2. Шкала співзалежності Д. Фішера (адаптація В. Москаленко), що вимірює рівень співзалежності у стосунках.

3. «Опитувальник оцінки стосунків В. Снела та П. Фінея (RAQ) (адаптація А. Магоцька) дає змогу оцінити власне самопочуття в стосунках, а також схильність до переважання залежності та відчуття пригніченості в стосунках.

4. Модифікований «Тест Лірі» – для проведення дослідження нами була змінена інструкція до тесту Лірі («ідеальний партнер» замість «ідеальне Я»), щоб дослідити образ ідеального партнера.

Емпіричне дослідження було проведено за допомогою методів математичної статистики, а саме кореляційний аналіз Пірсона, порівняльний аналіз за t-критерієм Стюдента. Обчислення даних здійснювалось за допомогою програмного забезпечення Excel та Statistica.

3. Результати та дискусії

Для виявлення того, чи репрезентація прив'язаності може бути різною у різ-

ному віці, тобто змінюватись з віком, було проведено дослідження осіб різного віку та розподілено їх у 2 вікові групи: група 1 – 17–19 років та група 2 – 35–50 років, та здійснено порівняльний аналіз типу прив'язаності двох груп, а також зв'язку типу прив'язаності з іншими психологічними характеристиками стосунків у кожній групі.

На першому етапі дослідження було здійснено порівняльний аналіз типу прив'язаності між двома групами: група 1 (17–19 років) та група 2 (35–55 років) (рис. 1).

У процесі порівняння рівнів різних типів прив'язаності у групі зрілих осіб (група 2) та у групі осіб юнацького віку (група 1) було виявлено незначимі відмінності у збільшенні рівня надійної прив'язаності (див. табл. 1). Виявилось, що немає статистично значимої різниці між двома групами за надійним типом прив'язаності. Проте все ж є певна тенденція у підвищенні середнього рівня надійної прив'язаності у групі осіб зрілого віку ($M = 9,3$) порівняно з рівнем надійної прив'язаності у групі осіб юнацького віку ($M = 7,3$).

Натомість є значима різниця ($t = -1,8$; $p \leq 0,05$) між середнім рівнем унікаючої прив'язаності у юнацькому віці ($M = 11,08$) та середньому віці ($M = 9,5$). Отже, за таким результатом можна зробити висновок, що рівень ненадійних типів прив'язаності знижується у процесі життя, а надійної – дещо підвищується.

Такий результат, з одного боку, свідчить про те, що справді репрезентація прив'язаності, отримана у дитячому віці, найбільш ймовірно є досить стабільною та мало підлягає змінам протягом життя у звичайних соціальних стосунках (психотерапевтична корекція репрезентації прив'язаності нами не досліджувалась). Проте, з іншого боку, більша кількість осіб з репрезентацією надійної прив'язаності у осіб зрілого віку може свідчити про те, що з віком справді може незначно, але ж змінитись прив'язаність з менш надійної до більш надійної. Наголошуємо тут на тому, що дослідження не є лонгітюдним, тому результати порівняння також можуть поряд з іншим відобразити те, що досліджувані юнаць-

Таблиця 1

Результати порівняльного аналізу (Т-критерій Стюдента) за тестом якості прив'язаності К. Карвера

	Надійна прив'язаність	Унікаюча	Тривожно-амбівалентна	Дезорганізована
Юнаки (М)	7,3	11,08	6,96	5,92
Дорослі (М)	9,3	9,5	6,4	5,5
t-value	0,96	-1,8	0,08	0,06
P	0,09	0,05	0,9	0,8

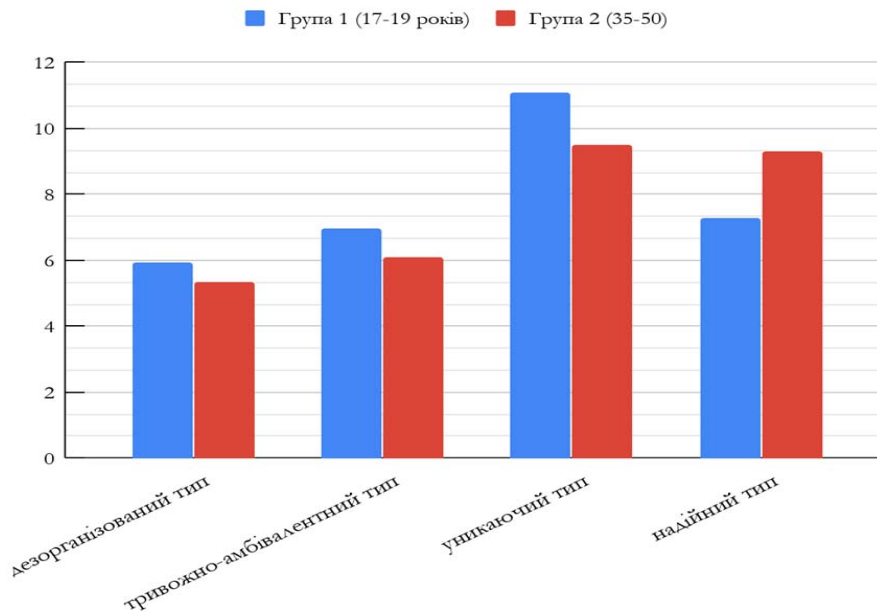


Рис. 1. Порівняння середнього рівня типів прив'язаності за тестом якості прив'язаності К. Карвера у групі 1 та групі 2

кого віку та зрілого віку зростали у різні періоди, що теж могло визначати тип їхньої прив'язаності.

Для отримання більш яскравої психологічної картини прив'язаності у осіб різного віку на другому етапі дослідження був проведений кореляційний аналіз типів прив'язаності та інших психологічних характеристик стосунків у кожній групі.

Психологічні особливості вияву надійної прив'язаності у юнацькому та зрілому віці. Було виявлено, що у юнацькому віці надійна прив'язаність перебуває у зв'язку з більшою кількістю соціально-психологічних характеристик стосунків ніж у зрілому віці. Отже, підвищення рівня надійної прив'язаності у групі осіб юнацького віку пов'язане зі збільшенням зануреності у стосунки ($r = 0,44$; $p < 0,01$) (рис. 2).

Зануреність у стосунки згідно зі шкалою оцінки стосунків відображає рівень нав'язливого фантазування про уявні чи реальні романтичні стосунки. Зі збільшенням надійної прив'язаності у осіб юнацького віку зростає рівень значимості стосунків та нав'язливий характер думок про них. Натомість у групі осіб зрілого віку такого зв'язку не спостерігається. Тобто надійна прив'язаність не пов'язана із нав'язливими думками про стосунки у зрілому віці. Такий результат відображає характерні особливості відмінностей перебігу стосунків у юнацькому та зрілому віці. З одного боку, це співвідноситься з теорією О. Кернберга, що люди потребують близькості та залежності в стосунках (Кернберг, 2004), але, з іншого боку, це

вказує на те, що у юнацькому та зрілому віці ця близькість переживається по-різному. Також про це писала М. Кляйн (Кляйн, 2007), говорячи про те, що люди несвідомо прагнуть до злиття зі своїм партнером, особливо на першій стадії стосунків. Під час першої стадії стосунків людина найбільше прагне злиття (Уайнхолд, 2011), тобто бути одним цілим зі значущим об'єктом. Юнацький вік і є здебільшого віком вибору романтичного партнера та встановлення стосунків з ним, натомість у зрілому віці стосунки вже більш стабілізовані.

Зі збільшенням рівня надійної прив'язаності зростає рівень позитивної оцінки себе у стосунках як у групі юнацького віку ($r = 0,44$; $p < 0,01$), так і у групі зрілих осіб ($r = 0,48$; $p < 0,01$) (рис. 2). Отже, у осіб, у яких вищий рівень надійної прив'язаності, проявляється вищий рівень задоволеності собою у стосунках, задоволеністю стосунками та значенням стосунків для себе. Тому позитивне ставлення до стосунків та прийняття себе у стосунках є тісно пов'язаним з надійною прив'язаністю у будь-якому віці, а тому може також бути запорукою тривалих стосунків.

Цікавим є також те, що у групі осіб зрілого віку зі збільшенням надійної прив'язаності підвищується рівень підпорядкування за методикою Лірі ($r = 0,45$; $p < 0,01$). Натомість у групі юнацького віку спостерігається протилежний зв'язок: зі збільшенням надійності у прив'язаності підпорядкування спадає ($r = -0,46$; $p < 0,01$)

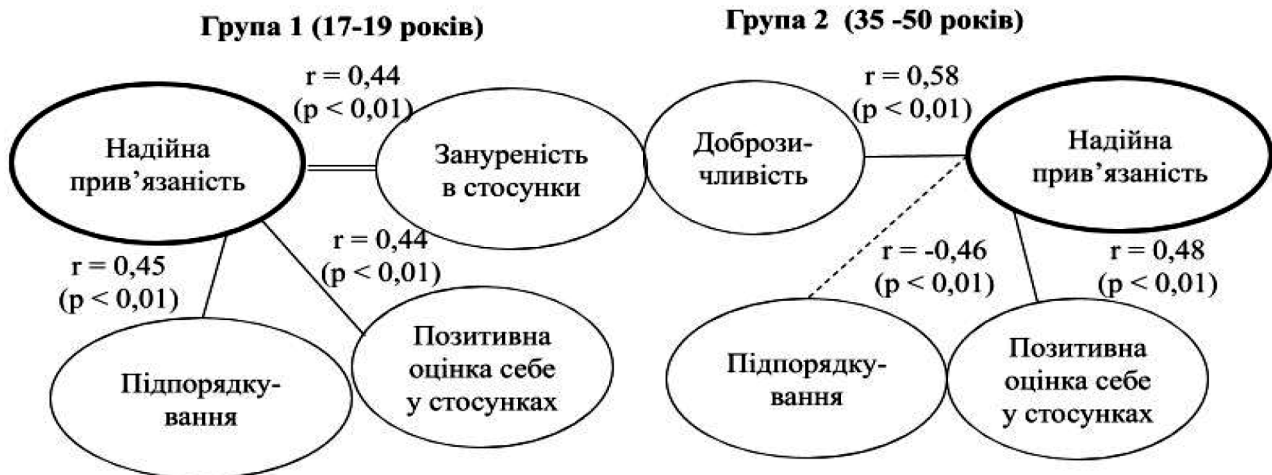


Рис. 2. Кореляційна плеяда за тестом MAQ, RAQ та Лірі у групах 1 і 2

(рис. 2). Підпорядкування за методикою Т. Лірі відображає схильність ставити себе на менш чільне місце ніж партнера у стосунках, а також схильність поступатись партнерові.

Обґрунтовуючи такий результат, можна знову повернутись до стадій стосунків, в яких перебувають молоді люди та дорослі. Вочевидь, бунтарство є тією рисою в молодому віці, яка допомагає відстояти себе у стосунках та бути собою у них, таке бунтарство не відображає прагнення зруйнувати стосунки, а лише зробити їх більш справжніми та менш ідеалізованими. Натомість у зрілому віці, особливо у тривалих стосунках, бунтарство може мати зовсім інше значення, адже у цьому віці уже не мало б виникати потреби відстоювати свої границі у стосунках, бо передбачувано, що ця потреба мала б бути задоволеною в юності.

Ще одним зв'язком, який властивий для надійної прив'язаності, є доброзичливість, цей зв'язок проявляється лише у групі зрілих осіб ($r=0,58$; $p<0,01$), натомість у групі осіб юнацького віку такого зв'язку немає (рис. 2). Доброзичливість за методикою Т. Лірі відображає прагнення виявляти люб'язність у стосунках та поступатись партнерові у спілкуванні.

Отже, досліджувані з надійною прив'язаністю у молодому віці схильні бути задоволені собою у стосунках та власними стосунками взагалі, відчують високу поглиненість стосунками та нав'язливий характер думок про них, проявляють низьку підпорядкованість у стосунках та низький рівень поступливості у стосунках з партнером. Натомість досліджувані зрілого віку, які володіють надійною прив'язаністю, як і юні, схильні високо оцінювати себе, як і партнера у стосунках, схильні

цінувати свої стосунки, проте не володіють високою нав'язливістю думок про стосунки, для них притаманний високий рівень підпорядкування у стосунках, поступливості та доброзичливості.

Такі відмінності можна пояснити тим, що у більшості юнаки та дівчата перебувають на першій та другій стадії стосунків (стадії злиття та диференціації) (Уайнхолд, 2011), а тому нормальний перебіг цих стадій передбачає, з одного боку, прагнення злиття та поглиненості стосунками, а з іншого – природним завданням відстоювання границь та диференціації. Натомість у більш зрілому віці більш відповідна до стадій стосунків потреба – це прийняття та доброзичливість. Такий результат також узгоджується з теорією тонкочуттєвості М. Ейнсворт, яка наголошує на тому, що за наявності репрезентанти надійної прив'язаності особа володіє високою тонкочуттєвістю, що означає, що вона добре оцінює та аналізує ситуацію, яка складається в стосунках і швидко та адекватно (а не однаково) реагує на неї.

Психологічні особливості вияву унікаючої прив'язаності у юнацькому та зрілому віці. Аналізуючи соціально-психологічну картину унікаючого типу прив'язаності у юнацькому та зрілому віці, можна також побачити певні відмінності, проте загальні тенденції залишаються такими ж. Зі збільшенням рівня унікаючої прив'язаності знижується рівень позитивної оцінки себе у стосунках як осіб юнацького віку ($r=-0,54$; $p<0,05$), так і у зрілих осіб ($r=-0,58$; $p<0,05$) (рис. 3).

Таким чином, можна зробити висновок про те, що у осіб з унікаючою прив'язаністю спостерігається низька оцінка власних стосунків та себе у цих стосунках, а також низький рівень значення стосунків.

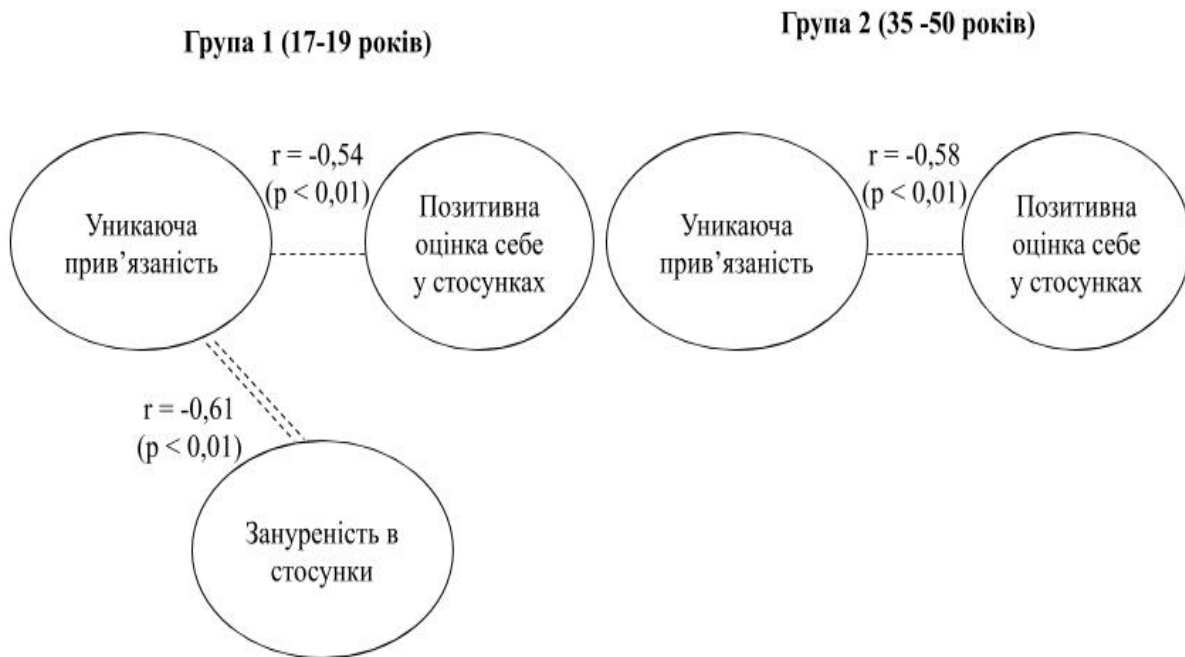


Рис. 3. Кореляційна плеяда за тестом MAQ та RAQ у групі 1 і групі 2

Зі збільшенням рівня унікаючої прив'язаності у юнацькому віці знижується рівень поглиненості власними стосунками ($r = -0,61$; $p < 0,01$), натомість у групі осіб зрілого віку таких зв'язків не спостерігається (рис. 3).

Отже, результат у групі осіб з репрезентацією унікаючої прив'язаності демонструє подібну, але протилежну за знаком картину, як і у ситуації з надійною прив'язаністю. Поглиненість власними стосунками, яка виявляється у нав'язливому характері думок про стосунки та віддання належного темі стосунків, пов'язане з репрезентацією прив'язаності у юнацькому віці (позитивно у ситуації надійної прив'язаності та негативно у ситуації унікаючої прив'язаності), та не визначає прив'язаності у зрілому віці.

Таким чином, досліджувані з унікаючим типом прив'язаності як у юнацькому, так і у зрілому віці відчують незадоволеність собою у стосунках і незадоволені своїми стосунками взагалі, вони більш схильні декларувати більшу байдужість щодо стосунків.

Такий результат вказує на те, що у осіб з надійною та ненадійною унікаючою прив'язаністю спостерігається протилежна картина ставлення до своїх стосунків та оцінки своїх стосунків, що відображає вдавану чи явну байдужість у стосунках у унікаючого типу прив'язаності, описану у теоретичній частині. Низька захопленість стосунками у юнацькому віці теж може свідчити про низьку тонкочуттєвість осіб з унікаючою прив'язаністю.

Психологічні особливості вияву тривожно-амбівалентної прив'язаності у юнацькому та зрілому віці. Тривожно-амбівалентний тип прив'язаності згідно з методикою MAQ виражається у шкалі – амбівалентне занепокоєння. Підвищення рівня амбівалентного занепокоєння пов'язане з підвищенням рівня співзалежності у стосунках як у юнацькому ($r = 0,42$; $p < 0,01$), так і у зрілому віці ($r = 0,54$; $p < 0,01$) (рис. 4).

Таким чином, особи з амбівалентною прив'язаністю характеризуються високим рівнем співзалежності у стосунках, що проявляється у частому відчутті страху та тривоги у стосунках, низькому рівні асертивності, труднощами з усвідомленням власних потреб. У юнаків не спостерігається інших зв'язків амбівалентності та соціально-психологічних характеристик стосунків. Натомість у групі зрілих осіб підвищення рівня тривожно-амбівалентної прив'язаності супроводжується підвищенням рівня депресивності у стосунках ($r = 0,73$; $p < 0,01$), що виражається у відчутті пригнічення від стосунків, незадоволеністю своїм умінням підтримувати стосунки, тривогою та страхом щодо стосунків. Поряд з цим подібно до картини з унікаючою прив'язаністю у осіб з тривожно-амбівалентною прив'язаністю спостерігається низький рівень оцінки власних стосунків ($r = 0,56$; $p < 0,05$) (рис. 4).

Отже, тривожно-амбівалентна прив'язаність у досліджуваних обох вікових груп пов'язана з високим рівнем співзалежності, що характеризується слабкістю гра-

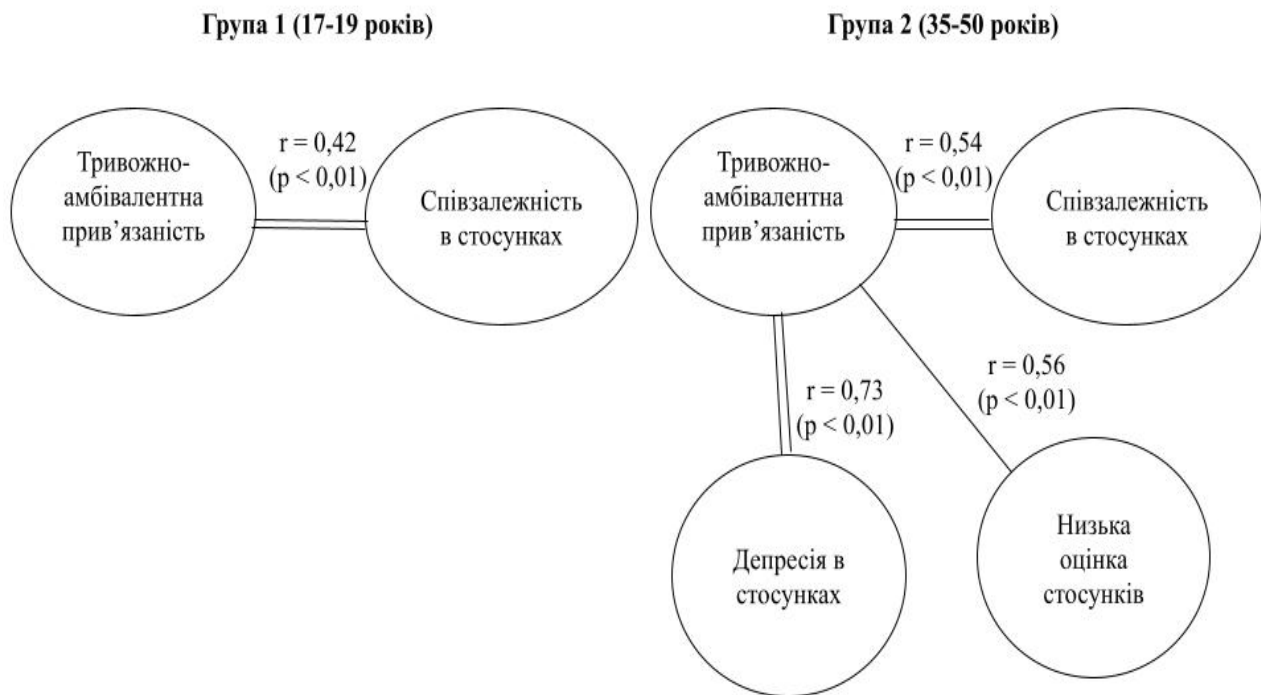


Рис. 4. Кореляційна плеяда за тестом MAQ та RAQ у групі 1 і групі 2

ниць, невмінням відстоювати себе та низькою чутливістю щодо власних потреб. Вживаючи концепт тонкочуттєвості, згідно з теорією М. Ейнсворт, можна сказати, що особи з високим рівнем тривожно-амбівалентної прив'язаності володіють надзвичайно низьким рівнем тонкочуттєвості як у ставленні до інших, так і у ставленні до самих себе, на що вказує високий рівень їх співзалежності. Іншою важливою характеристикою стосунків осіб з високим рівнем тривожно-амбівалентної прив'язаності є високий рівень депресії у стосунках. Така депресія у стосунках виявляється у сумуванні щодо стосунків, тривоги, страхом щодо них та низьким рівнем задоволеності своїми стосунками. Останні два фактори є характеристиками стосунків осіб з тривожно-амбівалентною репрезентацією прив'язаності, але лише у осіб зрілого віку, що може свідчити про те, що у зрілому віці кількість невдалих стосунків є вже досить великою, що викликає розчарування та депресію.

Висновки

На основі проведеного теоретичного аналізу проблеми прив'язаності встановлено, що прив'язаність – це вроджена здатність кожної людини емоційно пов'язуватись з особою, яка дбає про безпеку та задоволення базових потреб. У цьому контексті важливо наголосити, що об'єкт прив'язаності, зазвичай мати, своєю поведінкою впливає на формування типу прив'язаності. Цей тип прив'язаності може бути надійним (надійна прив'язаність) або

ненадійним (уникаюча, тривожно-амбівалентна та дезорганізована прив'язаності) залежно від того, наскільки тонкочуттєвою є мати. Тому сформований у дитинстві тип прив'язаності визначає способи встановлення, підтримування та розірвання стосунків у дорослому віці, а також визначає психічне здоров'я особистості.

У процесі емпіричного дослідження встановлено, що середній рівень надійної прив'язаності у юнацькому віці є дещо нижчим ніж у зрілому віці, натомість рівень уникаючої прив'язаності є значимо вищим у юнацькому віці ніж у середньому віці.

Аналіз психологічних особливостей усіх чотирьох типів прив'язаності у групі досліджуваних юнацького та зрілого віку показав низку особливостей. По-перше, надійна прив'язаність асоціюється з високою оцінкою власних стосунків, наданням значення цим стосункам, а також високою оцінкою себе у цих стосунках. Крім цього, для осіб юнацького віку з надійною прив'язаністю характерними є нав'язливість думок про стосунки та про свого романтичного партнера, з одночасною схильністю до непокірності.

Натомість у осіб зрілого віку, які володіють надійною прив'язаністю, більш властивими були підпорядкування та доброзичливість у стосунках. По-друге, уникаюча прив'язаність у досліджених пов'язана з низькою оцінкою себе у стосунках та низьким значенням стосунків взагалі. Окрім цього, у юнацькому віці уникаюча

прив'язаність пов'язана з низьким рівнем осмислювання стосунків та відсутністю думок про них. Таким чином, для осіб з унікальною прив'язаністю більш властивим є удавана чи реальна байдужість щодо власних стосунків разом з низькою оцінкою цих стосунків. По-третє, особи з тривожно-амбівалентною прив'язаністю проявили високий рівень співзалежності у стосунках. А у досліджуваних зрілого віку поряд з цим

спостерігається низька оцінка власних стосунків та депресивність у стосунках.

Таким чином, у дослідженні вдалось виявити певні соціально-психологічні особливості стосунків осіб з різним типом прив'язаності у різні вікові періоди. Перспективними у цьому контексті могли б бути дослідження осіб, які пройшли психотерапевтичний вплив, та тих, які його не мали.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Боулби Д. Привязанность. / Пер. с англ.; общ. ред. и вступ. статья Г.В. Бурменской. Москва : Гардарики, 2003. 480 с.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. / Пер. с англ. В.В. Старовойтова. 2-е изд. Москва : Академический Проект, 2004. 232 с.
3. Бріш К.Г. Розлади прив'язаності від теорії до терапії : посібник. Львів : 2012. С. 38.
4. Кернберг О. Отношения любви: норма и патология. / Пер. с англ. М.Н. Георгиевой. *Библиотека психологии и психотерапии*. Москва : Независимая фирма «Класс», 2017. Вып. 76. 256 с.
5. Кляйн М. Развитие одного ребенка. Работы 1920–1928 гг. *Психоаналитические труды*. Ижевск : ERGO, 2008. Том 1. 374 с.
6. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Бегство от близости. Избавление ваших отношений от контрзависимости – другой стороны созависимости. *Помоги себе сам*. Санкт-Петербург : ИГ «Весь», 2011. 528 с.
7. Фройд З. Тлумачення снів. / Пер. В.Б. Чайковського. Харків : Фоліо, 2019. 603с.
8. Шпиц Р.А. Психоанализ раннего детского возраста. Москва : Канон+РООИ «Реабилитация», 2019. 256 с.
9. Ainsworth M.D.S. Attachment: Retrospect and prospect. *The place attachment in human behavior*. / C.M. Parkers, J. Stevenson-Hinc (eds.). New York, 1982.
10. Ainsworth M.D.S., & Wittig B.A. Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. / In B.M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behavior*. London : Methuen, 1969. Vol. 4. Pp. 111–136.
11. Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., & Wall S. Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ : Erlbaum, 1978. 392 p.
12. Bowlby J. A Secure Base. *Behavioral Sciences*. London : Routledge, 2005. Ed. 1. 224 p.
13. Kazan C. and Shaver P. Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. Vol 52. No. 3. Pp. 511–524.
14. Main M., & Solomon J. Discovery of a new, insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. / In M. Yogman & T.B. Brazelton (Eds.). *Affective development in infancy*. Norwood, NJ : Ablex, 1986. Pp. 95–124.
15. Simpson J.A., W. Collins A., Tran S., Haydon K.C. Attachment and the Experience and Expression of Emotions in Romantic Relationships: A Developmental Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007. Vol. 92. No. 2. Pp. 355–367.

REFERENCES:

1. Bowlby, J. (2003). Privjazannost'. [Attachment]. Trans. from English by G.V. Burmenskoj. Moscow : Gardariki [in Russian].
2. Bowlby, J. (2004). Sozdanie i razrushenie jemocional'nyh svjazej. [Creation and destruction of emotional bonds.]. Trans. from English by V.V. Starovojtova. Moscow : Akademicheskij Proekt [in Russian].
3. Brisch, K.H. (2012) Rozlady pryv'jazanosti vid teorii do terapii. [Attachment disorders from theory to therapy]. Lviv [in Ukrainian].
4. Kernberg, O. (2017). Otnoshenija ljubvi: norma i patologija. [Love Relations: Normality And Pathology]. Trans. from English by M.N. Georgievoj. *Библиотека психологии и психотерапии – Library of Psychology and Psychotherapy*, 76. Moscow : Nezavisimaja firma “Klass” [in Russian].
5. Klein, M. (2008). Razvitie odnogo rebenka. Raboty 1920–1928 gg. [The development of one child. Works of 1920–1928]. *Psihoanaliticheskie trudy – Psychoanalytic works*, Vol. 1. Izhevsk: ERGO [in Russian].
6. Weinhold, B., Weinhold, Dzh. (2011). Begstvo ot blizosti. Izbavlenie vashih otnoshenij ot kontrzavisimosti – drugoj storony sozavisimosti. [The Flight from Intimacy: Healing Your Relationship of Counter-dependence The Other Side of Co-dependency]. *Pomogi sebe sam – Help yourself*. Sankt Peterburg : IG “Ves” [in Russian].
7. Freud, S. (2019). Tlumachennia sniv. [The Interpretation of Dreams]. Trans. V.B. Chaikovskoho. Kharkiv : Folio [in Ukrainian].
8. Shpic, R.A. (2019). Psihoanaliz rannego detskogo vozrasta. [Psychoanalysis of early childhood]. Moscow: Kanon+ROOI “Reabilitacija” [in Russian].
9. Ainsworth, M.D.S. (1982). Attachment: Retrospect and prospect. *The place attachment in human behavior*. C.M. Parkers, J. Stevenson-Hinc (eds.). New York.
10. Ainsworth, M.D.S., & Wittig, B.A. (1969). Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In B.M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behavior*, 4, 111–136.
11. Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ : Erlbaum.



12. Bowlby, J. (2005). A Secure Base. *Behavioral Sciences*, 1. London.
13. Kazan, C. and Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511–524.
14. Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of a new, insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In M. Yogman & T.B. Brazelton (Eds.). *Affective development in infancy*, 95–124.
15. Simpson, J.A., W. Collins A., Tran S., Haydon K.C. (2007). Attachment and the Experience and Expression of Emotions in Romantic Relationships: A Developmental Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (2), 355–367.

Стаття надійшла до редакції 19.06.2020.
The article was received 19 June 2020.

УДК 159.922:355.08-058ю833-055.2:316.6
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-7>

ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ДРУЖИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ

Сорокіна Олена Анатоліївна,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет імені Бориса Грінченка
o.sorokina@kubg.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0002-6600-2979>

Шинкарьова Любов Володимирівна,
студентка другого (магістерського) рівня освітньої програми
053.00.05 «Екстремальна та кризова психологія»
Київський університет імені Бориса Грінченка
lvshynkarova.il19@kubg.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0001-7327-756X>

Мета – виявлення складних життєвих ситуацій, з якими стикаються дружини учасників бойових дій; аналізування досвіду жінок щодо актуалізації різних видів особистісних ресурсів для подолання зазначених ситуацій.

Методи. У дослідженні використано методи вивчення наукових джерел, напівструктуроване інтерв'ю, авторська анкета. Вибірка становила 50 дружин військових віком від 21 до 52 років.

Результати. Виявлено відмінності життєвих труднощів під час відсутності чоловіка та після його повернення. З'ясовано, що на першому етапі жінка стає головою сім'ї: відбувається розширення сфери її відповідальності та обов'язків, вона відчуває фізичне та психологічне навантаження, іноді фінансові труднощі. Після повернення чоловіка його психологічний стан та життєві настанови часто не співпадають з очікуваннями дружини. Майже третина опитаних вказала на наявність сімейного дискомфорту, напруження у стосунках та появу конфліктів після повернення чоловіка із зони бойових дій. Встановлено, що зовнішній, соціальний ресурс не завжди відіграє конструктивну функцію. Дружини вказували на неоднозначність ставлення з боку оточення: підтримка близьких надає сили, а зневіра чи прихований осуд з боку оточуючих викликає тривогу, іноді агресію. Тому суспільне ставлення до збройного конфлікту та військових відіграють важливу роль у поновленні особистісних ресурсів дружин бійців. Про необхідність психологічної підтримки висловились половина респонденток. Серед актуальних питань жінки називають такі як: проблема адаптації чоловіка до мирного (сімейного) життя і подолання його агресивності, особливості комунікації з ним, пошук власних ресурсів для відновлення емоційної рівноваженості та особистісного зростання.

Висновки. Отримані результати вказують, що пошук та використання дружинами військовослужбовців особистісних ресурсів здійснюється індивідуально, часто безпосередньо в процесі переживання складної життєвої ситуації. Результати дослідження важливі для створення психоедукаційної програми для опанування жінками навичок ефективного використання особистісних ресурсів, засобів самопомоги та самозбереження.

Ключові слова: ресурси особистості, дружини учасників бойових дій, сімейні стосунки, емоційний стан, вплив соціального оточення.

PERSONAL RESOURCES OF WIVES OF PARTICIPANTS IN FIGHTING DIFFICULT LIFE SITUATIONS

Sorokina Olena Anatoliivna,

Ph.D. in Psychology, Associate Professor,
Associate Professor at the Department Psychology of Personality and Social Practices
Borys Grinchenko Kyiv University

o.sorokina@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-6600-2979>

Shynkarova Liubov Volodymyrivna,

Student the Second (Master's) Level of the Education Program
053.00.05 "Extreme and Crisis Psychology"

Borys Grinchenko Kyiv University

lvshynkarova.il19@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0001-7327-756X>

Purpose. This study was aimed at identifying difficult life situations of military actions participants' wives. The experience of women actualizing different types of personal resources in order to overcome these situations was analyzed.

Methods. There were used such methods: the study of scientific literature, semi-structured interview, and the author's questionnaire was used in this research. The sample consists of 50 soldiers' wives aged from 21 to 52 years.

Results. The study revealed differences in life difficulties, which wives face during their husbands' absence and after their return. The woman becomes the head of the family in the first stage when the husband is absent – the range of her responsibilities becomes considerably wider. She experiences physical and psychological stress, sometimes financial difficulties. The psychological state and life values of husband, who has returned from military actions, often do not match with the wife's expectations. Almost a third of respondents indicated family discomfort, the tension in a relationship, and conflicts after the husband's homecoming from the war zone. The study found that external social resource does not always play a constructive role. Women pointed out the ambiguity of the attitude from other people: support from relatives gives strength, however disappointment or hidden disapproval from others caused anxiety and sometimes aggression. Therefore, public attitudes towards armed conflict and the military play an important role in the renewing of combatants' wives' personal resources. Half of the respondents reported the need for psychological support. Among the issues, women have named following: the problem of a man's adaptation to a peaceful (family) life and overcoming his aggression, specifics of communication with husband, search for individual resources required to restore emotional balance and continue personal growth.

Conclusions. The results indicate that wives of military actions participants' seek and use personal resources often directly in the process of experiencing difficult life situations. Study results are important for the creation of psychoeducational women programs aimed at mastering skills of effective personal resources applying, learning means of self-help, and self-preservation.

Key words: *personal resources, wives of combatants, family relations, emotional state, the influence of social environment.*

Вступ

Згідно з даними Міністерства у справах ветеранів України, станом на 1 липня 2019 року нараховується майже 370 тисяч осіб, які отримали статус учасника бойових дій (У Мінветеранів..., 2019). За їх відсутності тягар відповідальності за сім'ю несуть дружини військових: вони змушені не тільки займатися повсякденними виробничими та побутовими справами, а й приймати важливі рішення щодо дітей, батьків; відстоювати інтереси родини, звертаючись до органів державної влади та ін. Але і після повернення чоловіка ситуація може ще ускладнитися: у чоловіка можуть з'явитися ознаки посттравматичного стресового розладу або фізична травма, відчуженість

та прагнення до усамітнення, навпаки, агресивність та схильність до алкоголізації. Перед жінкою постає дуже складна життєва ситуація, вона змушена пристосуватися до нових умов сімейного життя, про які вона навіть ніколи не замислювалася. Такі кардинальні зміни потребують наявності ресурсів як у чоловіка, щоб адаптується до мирних умов життя, так і в дружини, що також має звикнути до нової ситуації. Нині все більше з'являється публікацій, присвячених військовим, що повертаються додому, але складності переживання дружинами ситуації, що склалася, залишаються поза увагою науковців. Саме необхідність дослідження психологічних ресурсів дружин учасників збройного конфлікту в мінливих та непе-



редбачуваних умовах сучасності визначає актуальність нашої роботи.

Тому метою дослідження є визначення особистісних ресурсів дружин учасників бойових дій в умовах складних життєвих ситуацій. Відповідно до мети сформульовано такі завдання дослідження: виявити специфічні життєві ситуації, з якими стикаються дружини військовослужбовців під час перебування чоловіків у зоні конфлікту та після їх повернення; проаналізувати особистісні ресурси жінок, які актуалізуються (формується) в процесі переживання зазначених ситуацій.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Ресурсний підхід почав активно розвиватися в гуманістичній психології в другій половині минулого століття. Ресурси особистості – це те, що підтримує, надає енергію і дає можливість забезпечувати певні потреби людини. На сучасному етапі розвитку науки поняття ресурсів розглядають у рамках теорії психологічного стресу. Зокрема, В. Бодров вважає, що ресурси, а саме фізичні і духовні можливості людини, мобілізуються і тим самим запобігають або применшують дії стресора (Бодров, 2006). Своєю чергою К. Муздыбаєв наголошує на адаптаційних можливостях психологічних ресурсів у ситуації подолання несприятливих життєвих обставин (Муздыбаєв, 1998). Найбільш зрозумілою є концепція С. Хобфолла, який зазначає, що психологічні ресурси є значущими для людини засобами адаптації до складних життєвих ситуацій. Він виокремлює такі групи ресурсів, як матеріальні об'єкти (дохід, нерухомість) та нематеріальні (цілі, ідеї, прагнення); зовнішні, що включають соціальну підтримку, родину, друзів, роботу, соціальний статус і внутрішні ресурси, до яких належать самоповага, професійні вміння і навички, здібності, інтереси, захоплення, риси характеру, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, систему вірувань (Hobfoll, 2001). Саме втрата психологічного ресурсу, за С. Хобфоллом, переживається людиною як стан психологічного стресу.

Н. Водоп'янова також поділяє ресурси на внутрішні й зовнішні змінні, які сприяють психологічній стійкості в стресових ситуаціях; це емоційні, мотиваційно-вольові, когнітивні та поведінкові конструкти, які людина використовує для адаптації до стресових життєвих ситуацій; також це засоби, що використовуються людиною для трансформації взаємодії зі стресовою ситуацією (Водоп'янова, 2009). Тема ресурсності нині актуальна та поступово набуває міждисциплінарної поширеності. Проблема способів формування, збереження, відновлення

особистісних ресурсів найчастіше вивчається у військовослужбовців, адже від того, в якому стані перебуває борець, залежить його боєздатність. О. Блінов аналізує вплив страху на психологічний ресурс особистості військовослужбовця (Блінов, 2006). Н. Юр'єва розглядає мотиваційні чинники стресостійкості військовослужбовців Національної гвардії України (Юр'єва, 2017). У роботі Н. Олексюк розкрита ідея ресурсів соціального супроводу сімей військового в умовах реформування Збройних сил України (Олексюк, 2012). Найбільш послідовними нами вважаються дослідження Н. Журавльової, яка розглядає питання вторинної травматизації дружин ветеранів війни в ракурсі надання їм ефективної психологічної допомоги (Журавльова, 2017). Дослідження Н. Денисевич також сфокусовані на пошуках психотерапевтичних стратегій для дружин демобілізованих військових та членів родини (Денисевич, 2017). Але питання ресурсності дружин військових мало вивчене. Не визначеними залишаються закономірності переживання жінками складних життєвих ситуацій, пов'язаних із перебуванням чоловіка в зоні бойових дій; які конкретні стрес-фактори будуть властиві для всіх дружин військових, а які мають індивідуальний вплив. А головним залишається питання, які фактори сприяють підтримці та відновленню особистісних ресурсів дружин військових.

Розглядаючи поняття «життєва ситуація», варто зазначити, що це – сукупність обставин життєдіяльності, що безпосередньо або опосередковано мають вплив на стан особистості, поведінку, установки та цінності, цим самим формуючи вектор та зміст індивідуального розвитку людини (Пророк, 2018). Така ситуація спрямована на когнітивну та емоційно-мотиваційну сфери, передбачає переживання її як процесу. Варто зазначити, що за достатньої наявності ресурсів особистість здатна впоратися самостійно зі складною подією.

2. Методологія та методи

Дослідження ґрунтується на засадах ресурсного підходу, який спирається на ідею, що особистість повинна володіти такими ресурсами, які дозволять їй через розвиток механізму «самості» (самопізнання, самоактуалізації, саморозвитку, самореалізації) прийняти виклики часу і опанувати їх, визначити свій життєвий шлях самостійно через свій вибір і відповідальність, гармонійно співіснуючи із соціумом (Маркін, 2011). Ресурси є як реальними можливостями людини, так і джерелом розвитку.

З огляду на те, що предметом дослідження була така чутлива тема, як сімейні

стосунки та особистісні переживання, на етапі пілотажного дослідження нами було застосовано метод напівструктурованого глибинного інтерв'ю. Було опитано десять дружин учасників бойових дій. Наголос робився на усвідомленні та вербалізації жінками ситуацій, де насамперед відбувалася актуалізація особистісних ресурсів. На підставі отриманих даних була розроблена авторська анкета, спрямована на визначення когнітивних, конотативних та афективних реакцій дружин бійців. Анкета містила три блоки питань, що стосувалися різних етапів життя жінок: перший етап – коли жінка дізналася, що чоловік вирішив взяти участь у військових діях; другий – життя родини за відсутності чоловіка; третій – після його повернення. Анкета складалася із 17 питань, 12 з яких були відкритими. У подальшому дослідженні взяли участь 50 дружин військовослужбовців віком від 21 до 52 років.

3. Результати та дискусії

Аналіз емпіричних даних дав змогу визначити, що життєву ситуацію дружин військових можна умовно поділити на два етапи: перший – коли чоловік перебуває в зоні бойових дій, а другий – після його повернення.

Зокрема, на питання інтерв'ю, якою була перша реакція (думка), коли дружина дізналася про необхідність чоловіка брати участь у воєнних діях, ми отримали різні відповіді: від відчуття страху, розпачу та незнання як далі будувати життя до розуміння обов'язку чоловіка йти захищати країну. Така різноспрямованість поглядів підтверджує положення про провідну роль суб'єктивного сприйняття, а, відповідно, і ставлення до складних життєвих ситуацій. Також ми запитували, якими були дії жінок, поки чоловіка не було вдома. Більшість дружин очікували бійця, працюючи та доглядаючи дітей, допомагаючи батькам. Дві респондентки відзначили, що в цей час намагалися максимально завантажити себе роботою, щоб не було часу думати про погане. Одна з дружин сказала про прагнення поїхати до чоловіка в зону бойових дій і також захищати країну, а інша допомагала шукати спорядження для чоловіка та його побратимів.

Також дружини виокремили основні труднощі, з якими стикнулися за час відсутності чоловіка. Насамперед це неможливість підтримувати постійний зв'язок з чоловіком, нестача правдивої інформації, несвоєчасність та обмеженість офіційних повідомлень. Жінки змушені шукати альтернативні джерела новин, телефонувати іншим дружинам, звертатися до соціальних мереж та ін.

Аналіз результатів анкетування дав змогу визначити основні труднощі цього пері-

оду: про емоційне виснаження висловились 83% опитаних; побутові проблеми визнали 63%; відсутність підтримки чоловіка, відчуття самотності переживали 61%; про економічні труднощі зауважила третина жінок. Фінансові проблеми пов'язані не лише з тим, що жінка змушена самотійно забезпечувати сім'ю, часто потрібно купувати одяг та спорядження для чоловіка, який перебуває у зоні бойових дій. Додавалися і організаційні складності, які до цього розв'язував чоловік: технічний ремонт житла, пристроїв, інші незаплановані та непередбачувані побутові ситуації. Жінки мали пристосуватися до нової життєвої ситуації. І якщо на турботу про спільні сімейні справи, дітей та рідних вистачало сил, то турбота про себе залишалася на останньому місці. Опитувані скаржилися на фізичну та емоційну виснаженість, втрату почуття перспективи життя; важко було стежити за своїм здоров'ям, харчуванням, відпочинком, дотримуватися нормативності робочого дня.

Майже кожна шоста респондентка (15%) сказала, що відчувала соціальний тиск: якщо підтримка та позитивне ставлення близьких давали сили, то жалість з боку оточуючих, навпаки, дратувала, а розмови про те, що чоловік може загинути або повернутися з каліцтвом виснажували, викликали тривогу та агресію. Тобто ми бачимо, що зовнішній ресурс – соціум є важливим складником життя дружин. Соціальне оточення може відігравати як конструктивну, так і деструктивну функцію. Тому можемо припустити, що ставлення до збройного конфлікту та військових, яке панує у суспільстві, безпосередньо впливає на емоційний стан дружин бійців, часто негативно. Жінки змушені шукати референтне коло спілкування, обмежувати комунікації з недоброзичливими знайомими, іноді навіть родичами, накопичувати новий досвід у соціальній сфері. Непередбачувані труднощі іноді виникали в сім'ях, коли треба було пояснити дітям, куди подівся батько, що він робить, особливо це стосувалося дітей дошкільного віку.

Після повернення військовослужбовця додому виникає інша низка проблем. Під час інтерв'ю ми запитали про очікування жінок щодо повернення військового до мирного життя. Частина дружин сказали, що не будували очікувань, вони не знали, як може розвиватися ситуація далі, мріяли просто швидше зустрітися з рідною людиною. Дехто чекав, що чоловік розповідатиме про воєнні дії, але ця тема виявилася закритою та необговорюваною. Одна з респонденток очікувала уваги та любові,



але зустріла іншу «дорослу» людину. Вона зазначила, що вони змінилися обоє, але їхні стосунки погіршилися. Інша жінка відзначила появу нервовості, агресії, відстороненості у чоловіка. Її очікування співпали з реальністю. У іншому випадку, навпаки, дружина очікувала появи ПТСР, суїцидальних думок, але її чоловік натомість почав більш цінувати сім'ю, життя, бережно ставитися до рідних. Сам період очікування може бути виснажливим. Але неспівпадіння задуманого і реальності може загострювати ситуацію, виснажувати, вимагати значних затрат додаткових ресурсів, аби адаптуватися до змін та прийняти чоловіка з його новими переконаннями та цінностями.

Жінки вказують також на складності щодо працевлаштування чоловіка. Вони мають як об'єктивний характер – велика кількість безробітних у державі, так і суб'єктивний: чоловік відмовляється працювати на старому місці роботи, починає шукати себе в новій професії, як правило, невдало. Через психологічні зміни йому буває складно утриматися на роботі, дотримуватися правил, підпорядковуватися керівництву, пристосуватися до умов мирного життя взагалі. Ситуація обтяжується появою чи посиленням адиктивної поведінки алкогольної, наркотичної чи ігрової; виникають віддалені наслідки посттравматичного стресового розладу чи контузії, з'являються нові соматичні захворювання. Замість допомоги та фінансової підтримки жінка отримує низку нових проблем.

Варто зазначити, що психологічний стан демобілізованого багато в чому впливає на емоційний стан дружини. Частина опитаних (42%) відзначили покращення стосунків, появу цінності життя загалом та один одного зокрема. Але для багатьох військових період повернення стає справжнім випробуванням, як зауважують військові психологи, вихід з травматичної ситуації (участь у бойових діях) є стресовим, здебільшого травматичним. На цей стан нашаровуються соціальні труднощі: значна кількість перешкод та тривалість отримання статусу учасника бойових дій і оформлення наданих державою пільг. Це створює відчуття, що людина з досвідом війни не потрібна суспільству, тема війни не популярна серед мирного населення, і суспільство опосередковано формує комплекс провини у демобілізованого, що ускладнює адаптацію до мирного життя загалом і сімейного зокрема. За умови психологічно складного, іноді непередбачуваного стану чоловіка, жінці важко підібрати спосіб ефективної комунікації з ним – вона не може визначитися: чи потрібно посилити

піклування чи, навпаки, дистанціюватися від зараженого негативними емоціями військовослужбовця. Третина жінок (28%) помітили появу відчуття відстороненості, відсутність спільних тем та інтересів, віддаленість, нерозуміння один одного. Ще частина респондентів (12%) зазначили наявність конфліктів, агресії, навіть ознак насильства у стосунках. Також у самих жінок підвищується тривожність, дратівливість, втома, безсоння, загострюється страх за подальшу долю родини загалом.

Аналіз інтерв'ю дає змогу уявити процес відновлення родини. Одна з жінок описує, що перший рік після демобілізації був особливо складний – постійні сварки та непорозуміння, чоловік відмовлявся ходити на роботу, де раніше працював, він не відчував себе потрібним у мирному житті та хотів повернутися до побратимів, також йому було складно вибудувати спілкування з донькою дошкільного віку, яка за час відсутності батька відвикла і не могла його згадати. Інша дружина говорить, що, навпаки, дуже переживала, як відбудеться возз'єднання сім'ї, адже у них теж була дитина-дошкільник і батька не було півроку. Але у їхній родині контакт вибудувався швидко і в дитини не було довгого періоду звикання до батька. Ще одна жінка відзначає, що з моменту демобілізації минуло 3 роки, але їхні стосунки і досі залишаються складними та напруженими. Три родини помітили, навпаки, покращення стосунків та цінність один одного і чотири сім'ї зазначили, що ситуація спілкування мало змінилася. Тобто залежно від характеру, змісту та якості комунікації ми також можемо розглядати фактор спілкування як ресурс і, навпаки, як обмеження.

Результати опитування підтвердили, що складна життєва ситуація, в яку потрапила жінка, стала випробуванням її фізичної і психологічної стійкості, пружності; змусила переглянути ставлення до себе, близьких, суспільства. Аналіз відповідей дав змогу визначити вісім основних сфер життєдіяльності, які для жінок можуть виступати як ресурси: родина, здоров'я, стосунки, мирне життя, саморозвиток, фінансове забезпечення, відпочинок, задоволення власних потреб. У ході дослідження виявилось, що особистісні ресурси наділені певними властивостями: по-перше, вони унікальні – кожна жінка індивідуально переживає свою життєву ситуацію – усвідомлює та оцінює наявність труднощів і вибирає шляхи допомоги: можлива внутрішня динаміка розкриття власних ресурсів або звернення по допомогу до інших. Кожна жінка проявляє рішучість та активну пошукову поведінку

задля збереження родини і продовження, по можливості, повноцінного життя навіть за відсутності чоловіка. По-друге, окремі особистісні ресурси можуть формуватися вже безпосередньо в процесі життєдіяльності: це може бути і пошук роботи з більш високою заробітною платою, і неочікувана підтримка від родичів, друзів; більш глибокий рівень спілкування з дітьми, їх допомога; залучення до волонтерської діяльності, зв'язок з жінками, які потрапили в схожу ситуацію, врешті-решт, звернення до психолога. Не можна сказати, що індивідуальний набір ресурсів – це стале утворення, стереотипний алгоритм поведінки, стабільний у часі. Ресурс – це динамічна особистісна установка на подолання складної життєвої ситуації. Варто відзначити, що саме відповідальність жінок за родину, дітей, батьків найчастіше стає основним джерелом мужності та життєстійкості.

Остання частина анкети містила питання щодо потреби дружин військових у психологічній підтримці. Половина респонденток відповіли, що здатні самотійно впоратися із ситуацією. Решта визнали необхідність та важливість психологічної допомоги саме в період відсутності чоловіка: тому що коли жінка залишається вдома самотньою, вона не знає, що відбувається на фронті та перебуває в стані невизначеності, який дуже виснажує. Саме в цей час психологічна підтримка може стати в нагоді: допоможе пристосуватися до нових умов, емоційно налаштуватися на період очікування та опанувати правила самозбереження та турботи про себе.

Деякі жінки зауважили, що допомога скоріше була потрібна їхнім чоловікам, щоб упоратися з агресивністю, дратівливістю, тривогою. Нам здається така точка зору не зовсім виваженою, жінки не враховують, що відбиток перебування чоловіка у зоні збройного конфлікту глибокий, не тимчасовий, а сім'я – це система, тому зміна одного складника призводить до зміни сімейних стосунків загалом.

Розглядаючи результати анкети, виявилось, що третина респонденток мають можливість відвідувати психолога, і лише 13% дружин сказали про неможливість отримувати психологічну підтримку. Також дружини зазначили основні питання, які цікавлять їх у роботі з психологом найбільше: як допомогти адаптуватися чоловіку до мирного життя, прояви агресивності військового, пошук власних ресурсів, як налагодити стосунки з чоловіком, як допомогти знайти взаємодію дітям з батьком, як впоратися з власним емоційним та фізичним виснаженням. Загалом, жінки відзначають важливість кваліфікованої психологічної допомоги.

Висновки

Таким чином, питання особистісних ресурсів є важливим для дружин учасників бойових дій. Отримані результати вказують, що пошук та використання дружинами військовослужбовців особистісних ресурсів здійснюється індивідуально, часто безпосередньо в процесі переживання складної життєвої ситуації: відбувається оцінка ситуації та переосмислення своєї життєдіяльності. Кожна жінка використовує власне сполучення ресурсів, які можуть формуватися і змінюватися в цей період. Відповідальність за родину та дітей виступає основним чинником, що спонукає до активного пошуку зовнішніх та внутрішніх ресурсів. За відсутності чоловіка відбувається трансформація сімейної ролі, яку здійснює жінка: побутові проблеми визнали 63% опитаних, про економічні труднощі зауважила третина жінок. Додаткове навантаження відбивається на психологічному стані: про емоційне виснаження висловились 83% опитаних, відсутність підтримки чоловіка, відчуття самотності переживали 61%. Про покращення стосунків після повернення чоловіка висловились 42% дружин, але третина респонденток засвідчили суттєве погіршення стосунків, 12% повідомили про загострення конфліктів, випадки домашнього насильства.

Основними сферами життєдіяльності, які жінки використовують як ресурси, є такі як: родина, здоров'я, стосунки, мирне життя, саморозвиток, фінансове забезпечення, відпочинок, задоволення власних потреб. Через неоднозначність сприйняття збройного конфлікту в суспільстві соціальне оточення може виступати як ресурсом, так і стрес-фактором – 15% опитаних повідомили, що відчують негативне ставлення з боку оточуючих. Усі досліджувані визнають, що наявність розуміння і допомоги з боку близьких виступає найбільш значущим підтримуючим чинником. Половина опитаних жінок висловили впевненість у можливості самотійного подолання складної ситуації, що склалася в їхньому житті.

Перспективами нашого подальшого дослідження є розробка та впровадження психоедукаційної програми для дружин, яка буде спрямована на збалансування емоційного стану жінок, вироблення навичок ефективної комунікації, визначення тригерів, що запускають дію стресу.

Важливим елементом програми має стати розгляд принципів самопомоги, пошук можливостей відновлення особистих ресурсів для покращення адаптації та повноцінного функціонування родин учасників бойових дій.



ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О.А. Вплив стрес-факторів діяльності на військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ, 2006. № 2. С. 118–124.
2. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. Москва : Пер Сэ, 2006. 528 с.
3. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 330 с.
4. Денисевич Н.Ю. Моделі психологічної допомоги дружинам демобілізованих військовослужбовців. *Проблеми політичної психології*. 2017. № 5. С. 33–42.
5. Журавльова Н.Ю. Психологічна допомога дружинам демобілізованих військовослужбовців: можливості гуманістичної психотерапії. *Сучасні наукові дослідження у психології та педагогіці – прогрес майбутнього* : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. м. Одеса, 19 травня 2017. Одеса, 2017. С. 14–16.
6. Маркин В.Н. Акмеологический принцип развития и самоорганизации человека как парадигма развития социума. *Мир психологии*. 2011. № 4. С. 251–259.
7. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ. *Журнал социологии и социальной антропологии*. 1998. № 2. С. 100–109.
8. Олексюк Н.С. Основні ресурси соціального супроводу сімей військовослужбовців в умовах реформування Збройних сил України. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Соціально-педагогічна*. Кам'янець-Подільський, 2012. № 18. С. 154–162.
9. Пророк Н. Основы реабилитационной психологии: преодоления последствий кризиса : навчальний посібник. Київ, ОБСС, 2018. 208 с.
10. У Міністерстві порохували кількість учасників бойових дій. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2019/09/18/novyna/suspilstvo/minveteraniv-poraxuvaly-killist-uchasnykiv-bojovyx-dij> (дата звернення: 10.06.2019).
11. Юр'єва Н.В. Мотиваційні ресурси стресостійкості військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з конвоювання, екстрадиції та охорони підсудних : монографія. Харків : Національна академія НГУ, 2017. 226 с.
12. Hobfoll S.E. The influence of culture, community, and the nest-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*. 2001. No. 50. Pp. 337–421.

REFERENCES:

1. Blinov, O.A. (2006) Vplyv stres-faktoriv diialnosti na viiskovosluzhbovtziv [Influence of stress factors on military personnel]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy – Bulletin of the National University of Defense of Ukraine*, 6. 118–124 [in Ukrainian].
2. Bodrov, V.A. (2006). *Psihologicheskij stress: razvitie i preodolenie* [Psychological stress: development and overcoming]. Moscow: Per Se [in Russian].
3. Vodop'yanova, N.E. (2009). *Psihodiagnostika stressa* [Psychodiagnosis of stress]. Saint Petersburg: Piter [in Russian].
4. Denysevych, N.Yu. (2017). Modeli psykhologichnoi dopomohy druzhynam demobilizovanykh viiskovosluzhbovtziv [Models of psychological assistance to wives of demobilized servicemen]. *Problemy politychnoi psykhologii – Problems of Military Psychology*, 5, 33–42 [in Ukrainian].
5. Zhuravliova, N.Yu., & Hurlieva, T.S. (2017). Psykhologichna dopomoha druzhynam demobilizovanykh viiskovosluzhbovtziv: mozhlyvosti humanistychnoi psykhoterapii [Psychological help to the wives of demobilized servicemen: the possibilities of humanistic psychotherapy]. *Zbirnyk naukovykh robit uchasnykiv mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii "Suchasni naukovi doslidzhennia u psykhologii ta pedahohitsi – prohres maibutnoho"* [A collection of scientific works of participants of the international scientific-practical conference "Modern scientific research in psychology and pedagogy is the progress of the future"] (pp. 14–16) Odesa [in Ukrainian].
6. Markin, V.N. (2011). Akmeologicheskij princip razvitija i samoorganizacii cheloveka kak paradigma razvitija sociuma [Acmeological principle of human development and self-organization as a paradigm for the development of society]. *Mir psihologii – World of psychology*, 4, 251–259 [in Russian].
7. Muzdybaev, K. (1998). Stratehiya sovladanya s zhyznennymy trudnostiamy. Teoretycheskyi analiz [Life coping strategy. Theoretical analysis]. *Zhurnal sotsyolohyy y sotsyalnoi antropolohyy – Journal of Sociology and Social Anthropology*. 2, 100–109 [in Russian].
8. Oleksiuk, N.S. (2012). Osnovni resursy sotsialnoho suprovodu simei viiskovosluzhbovtziv v umovakh reformuvannia Zbroinykh syl Ukrainy [The main resources of social support of families of servicemen in the conditions of reforming the Armed Forces of Ukraine]. *Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Serii: Sotsialno-pedahohichna*. [A collection of scientific works Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University] (pp. 154–162). Kamenets-Podilskyi [in Ukrainian].
9. Prorok, N. (2018). Osnovy reabilitatsiinoi psykhologii: podolannia naslidkiv kryzy. [Fundamentals of rehabilitation psychology: overcoming the effects of the crisis]. Kyiv: OBSE [in Ukrainian].
10. Sait "Slovo i dilo" (2019, Sep. 18). U Minveteraniv poraxuvaly killist uchasnykiv boiovykh dii [The Ministry of veterans calculated the number of combatants]. Retrieved from: www.slovoidilo.ua/2019/09/18/novyna/suspilstvo/minveteraniv-poraxuvaly-killist-uchasnykiv-bojovyx-dij [in Ukrainian].
11. Yurieva, N.V. Motyvatsiini resursy stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv pidrozdiliv Natsionalnoi hvardii Ukrainy z konvoiuvannia, ekstradytsii ta okhorony pidsudnykh: monohrafiia. [Motivational resources of the stress resistance of servicemen of convoy, extradition, guard of prisoners units of National Guard of Ukraine] Kharkiv: Natsionalna akademiia [in Ukrainian].
12. Hobfoll, S.E. (2001). The influence of culture, community, and the nest-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*, 50, 337–421.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020

УДК [159.9.072.52+159.923.2]:81'23
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-8>

МЕТАФОРИЧНІ АСОЦІАТИВНІ КАРТИ ЯК ВІЗУАЛЬНО-НАРАТИВНИЙ СТИМУЛ ДЛЯ ПСИХОЛІНГВІСТИЧНОГО АНАЛІЗУ ДІАЛОГУ З ТІЛЕСНИМ Я

Туркова Дар'я Михайлівна,

кандидат психологічних наук,
докторант кафедри практичної психології

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

tdariamail@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-3788-1185>

У роботі йдеться про апробацію засобів відновлення діалогу з тілесним Я засобами візуально-нарративного підходу та психолінгвістичного аналізу психотерапевтичного процесу. Тілесне Я є компонентом Я-концепції, який відповідає за когнітивний і емоційний супровід тілесного функціонування, забезпечує його регулятивний ефект, що реалізується в процесі внутрішнього діалогу з тілесним Я, із самим собою про тіло. Розкривається алгоритм психотерапевтичного процесу за етапами персоніфікації, асоціації, візуалізації, аналогізації (ПАВА), на кожному з яких використано метафоричні асоціативні карти.

Метою статті є апробація програми розвитку тілесного Я та психосоматичної компетентності у візуально-нарративному підході. Методологічну основу нашого дослідження склали психолінгвістичний, візуально-нарративний, проєктивний, психосоматичний, ідеографічний підходи. Серед **методів** нами було задіяно: аналіз, синтез, порівняння, систематизацію, узагальнення, асоціативний експеримент та методи психологічної діагностики. На етапі емпіричного дослідження використовувалась авторська колода метафоричних асоціативних карт (МАК) «Перелом» © Туркова Д.М. та система прийомів розвитку тілесного Я за етапами методики ПАВА © Хомуленко Т.Б.

Результати дослідження дали змогу довести ефективність психотерапевтичного процесу у візуально-нарративному підході за етапами ПАВА. Кожна вибрана метафорична карта виступила візуально-нарративним стимулом і вигідно доповнила етапи методики ПАВА, додала елементів для більш ґрунтовного аналізу. Такий прийом особливо ефективний на перших сесіях з клієнтом, коли ще не встановлений оптимальний рівень професійного контакту й клієнту комфортніше взаємодіяти опосередковано через метафоричні карти аніж продукувати візуальні образи лише в уяві.

Висновок: проведене дослідження демонструє ефективність поєднання двох методик: використання МАК «Перелом» та ПАВА як умови та джерела діагностико-психокорекційної роботи з налагодження діалогу з тілесним Я.

Ключові слова: МАК «Перелом», тілесне Я, персоніфікація, асоціації, візуалізація, аналогізація, психосоматична компетентність.

METAPHORIC CARDS OF ASSOCIATION AS A VISUAL-NARRATIVE STIMULUS FOR PSYCHOLINGUISTIC ANALYSIS OF BODILY-SELF'S DIALOG

Turkova Daria Mykhailivna,

Ph.D in Psychology,

Doctoral Student at the Practical Psychology Department

H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

tdariamail@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-3788-1185>

In the article the question is about approbation of facilities of proceeding in a dialogue with bodily-self through visual-narrative approach and psycholinguistic analysis of psychotherapy process. Bodily-self is a component of self-conceptions, that is responsible for cognitive and emotional accompaniment of the bodily functioning, provides his effect of regulation that will be realized in the process of internal dialogue with bodily-self, by itself about a body. The algorithm of psychotherapy process opens up after the stages of personification, association, visualization, analogization (PAVA) on each of that is used the metaphoric cards of association.

The aim of the article is approbation of the program of bodily-self development and to the psychosomatic competence in the visual-narrative approach. Methodological basis of our research was psycholinguistic, visual-narrative, projective, psychosomatic, ideographical approaches. Among methods it was involved by us: analysis, synthesis, comparison, systematization, generalization, associative experiment and methods of psychological diagnostics. On the stage of empiric research was used the metaphoric cards of association MCA "Fracture" ©Turkova D.M. and system of receptions of bodily-self development after the stages of methodology PAVA ©Khomulenko T.B.



The results of the research gave an opportunity to prove efficiency of psychotherapy process in the visual-narrative approach after the stages PAVA. Every chosen metaphoric cards of association forward as a visual-narrative stimulus and advantageously PAVA complemented the stages of methodology, added elements for more analysis. Such reception is especially effective on the first sessions with a client, when the optimal level of professional contact is not yet set and to the client more comfortably to co-operate mediated through metaphorical cards what to product visual characters only in imagination.

Conclusion: the conducted research demonstrates efficiency of combination of two methodologies: the use MCA “Fracture” and PAVA as a condition and source of diagnostic and psychocorrectional work on adjusting of bodily-self dialogue.

Key words: MCA “Fracture”, bodily-self, personification, association, visualization, analogization, psychosomatic competence.

Вступ

Встановлення внутрішнього діалогу з тілесним Я є основою розвитку психосоматичної компетентності особистості. Зазвичай хвороби психосоматичного спектра чи психосоматичні розлади є показником втрати такого діалогу, а його відновлення задача не з легких, адже особистість уже перебуває в такому стані, що має прояви у тілесних дисфункціях. Процес налагодження взаємин з тілесним Я клієнта має відбуватися спочатку в психотерапевтичному процесі, а його ефективність буде сприяти процесові інтеріоризації діалогу.

Як показали результати нашої практики й досвід роботи у психосоматичному підході, психолінгвістичні механізми у роботі з клієнтом є ефективним джерелом збору інформації й засобом терапевтичного втручання. Наше попереднє дослідження (Туркова, 2019) дало змогу виявити мовні конструкції, що описують ставлення до власного тіла членів родини. Так, визначеними категоріями позитивної модальності стали: відповідальність, активність, спорт, витривалість, повага, догляд. До негативних: втома, неповага, біль, напруга, вразливість, невірність. На якісному рівні було виявлено, що саме поняття «мовна свідомість тілесного Я» перебуває в зоні передсвідомості. Про тіло говорити не прийнято або воно сприймається як даність. Досліджуваним складно було дібрати потрібні епітети для опису не через брак словникового запасу, а через «закритість» такої теми для обговорення.

Отже, саме створення умов для «відкритості» клієнтів до діалогу спонукає нас звернути увагу на можливості нарративного підходу в цьому контексті. Дослідники цього напрямку (Афанасьєва, 2013; Жебелева, 2014; Уайт, 2010; Brockmeier, 1997; Herman, 2009; та ін.) у власних дослідженнях демонструють ефективність роботи з нарративним матеріалом як джерелом інтерпретації внутрішньої реальності клієнта.

На нашу думку, здобутки нарративної психології знаходять вдале поєднання із психосоматичним підходом. Умовно кажучи, тіло

говорить про розлад, а ми говоримо про тіло і намагаємось встановити діалог з ним. Психосоматичний підхід має свої особливості й ґрунтове методологічне підґрунтя (Александр, 2002; Лоуэн, 1998; Морозова, Белогай, 2007; Никитин, 2006; Пезешкиан, 1996 та ін.)

У нашому дослідженні ми виходимо з розуміння психосоматичної компетентності (ПСК) як системи здатностей когнітивного компонента тілесного Я, що пов'язана із прийняттям свого тіла як складової частини цілісного організму та зумовлює можливість ефекту саморегуляції, заснованого на досвіді застосування внутрішнього діалогу з тілесним Я (Хомуленко, 2017).

Тілесне Я (bodilyself) є компонентом Я-концепції (поряд із соціальним Я, духовним Я, культурним Я, фізичним Я тощо), який відповідає за когнітивний і емоційний супровід тілесного функціонування, забезпечує його регулятивний ефект, що реалізується в процесі внутрішнього діалогу з тілесним Я, із самим собою про тіло (Хомуленко, 2017).

У процесі розвитку свідомого ставлення й відповідальності за власне психічне й фізичне здоров'я ми звертаємось до категорії тілесного локусу контролю, який ми розуміємо як тенденцію приписувати причини того, що діється з тілом у сфері фізичної активності і здоров'я, аліментарної і сексуальної поведінки зовнішнім або внутрішнім факторам (Хомуленко, 2019). У такому разі інтернальний тілесний локус контролю – це тенденція вбачати причини того, що діється з тілом у власній активності та схильність до прийняття відповідальності за стан та особливості функціонування власного тіла (Хомуленко, 2019).

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Вийти на діалогічний рівень з тілесним Я можливо за рахунок опосередкованої роботи з продуктами психічної діяльності: нарративною розповіддю, візуалізаціями, асоціаціями, метафорами. Поєднання психосоматичного підходу з нарративним й проєктивним уможливорює поєднати вищезазначені методи й прийоми.

Варто звернути увагу в цьому аспекті на візуальну наратологію, що передбачає створення ментального образу оповідної реальності, тобто активності, яка вимагає картографування виразних складників цієї реальності. Отже, застосування «візуальних карт» до аналізу наративного тексту уможливорює вивчення просторової й топографічної організації текстуального світу, а також з'ясування специфіки метафоричного простору, який вибудовується мережею внутрішніх взаємозв'язків, які об'єднують теми, образи, звукове оформлення художнього твору (Савчук, 2015).

Візуально-нاراتивний підхід виокремився як поєднання вербального творчого продукту з метафоричними асоціативними картами, фотографіями, листівками, малюнками, мандалами тощо (Шебанова, Тавровецька, 2018). Проведене дослідження та досвід науково-практичної роботи дали змогу В. Шебановій та Н. Тавровецькій дійти висновку, що застосування візуально-нاراتивного підходу (як поєднання візуальних стимулів та «письменства» тексту з подальшим аналізом їхніх зв'язків з реальною життєвою історією) у роботі з людьми з розладами травматичного спектра є високоефективним та має значний ресурсний потенціал завдяки вирішенню цілого комплексу психокорекційних завдань, серед яких можна виокремити такі: поліпшення суб'єктивного самопочуття і зміцнення психічного здоров'я; самодослідження учасників групи (клієнтів у індивідуальній терапії) для виявлення психологічних проблем («проблемних моментів життя»); розвиток навичок та внутрішніх механізмів опанування складними переживаннями, усвідомлення та вираження складних переживань; переосмислення минулого та орієнтація на позитивне майбутнє, набуття сенсу життя на основі розвитку самосвідомості, зростання самоприйняття та самоповаги як основи стабілізації емоційного стану та поведінкових змін; встановлення та розвиток взаємозв'язків з іншими людьми; вивчення способів міжособистісної взаємодії для створення основи ефективного і гармонійного спілкування з іншими; сприяння процесу особистісного розвитку, реалізації творчого потенціалу, досягненню оптимального рівня життєдіяльності.

Тобто продукти вербальної продукції, викликані візуальним стимулом, є беззаперечним джерелом для психолінгвістичного аналізу. А проговорення відчуттів, що виникає в цей час у тілі, – запорукою вирішення проблем психосоматичного спектра.

На прикладі порушень харчової поведінки можемо побачити, яким чином це

виявляється у мовній самопрезентації за результатами дослідження В. Шебанової та Т. Яблонської (Шебанова, Яблонська, 2019). Так, мовна самопрезентація у процесі інтернет-комунікації дає змогу користувачу створювати власний віртуальний образ і керувати враженням партнерів по комунікації відповідно до цілей спілкування. Нікнейм, як атрибут мовної самопрезентації, є символічною проекцією реальної особистості з її досвідом, психологічними особливостями та проблемами. Зокрема, нікнейм як засіб мовної самопрезентації осіб з розладами харчової поведінки в Інтернеті часто відображає специфічну харчову проблему та самостворення особи у зв'язку з нею.

Таким чином, **мета** нашого дослідження – апробувати програму розвитку тілесного Я та психосоматичної компетентності у візуально-нاراتивному підході.

2. Методологія та методи

Методологічну основу нашого дослідження склали такі підходи: психолінгвістичний, візуально-нاراتивний, проективний, психосоматичний, ідеографічний.

Серед методів нами було використано теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення теоретико-методологічних засад досліджуваної проблеми; емпіричні – експериментальні та психодіагностичні методи, асоціативний експеримент.

На етапі емпіричного дослідження використувалась авторська колода метафоричних асоціативних карт (МАК) «Перелом» © Туркова Д.М. та система прийомів розвитку тілесного Я за етапами методики ПАВА © Хомуленко Т.Б.

Трапляються ситуації, коли життя ділиться на «до і після», які знаменують переломний момент. Колода (МАК) «Перелом» (Туркова, 2017) створена з метою відпрацювання травматичних подій минулого і сьогодення. МАК «Перелом» допомагає повернутися до витоків проблеми, дозволити коректно пережити істинні емоції травматичної події і почати будувати шлях до свого Я, яке загубилося в інших людях або якійсь одній людині. Ресурсна частина колоди містить трансформаційний потенціал для особистості щодо побудови планів на майбутнє.

Система прийомів розвитку тілесного Я відображена в методиці ПАВА (персоніфікація, асоціація, візуалізація, аналогізація, що є також назвами етапів методики). Методика ПАВА спрямована на сприяння розвитку здатності до внутрішнього діалогу з тілесним Я. Використання методики може приводити до усвідомлення символіки тілес-



них сигналів як джерела інформації про суть внутрішніх конфліктів, які зумовили процес соматизації (Хомуленко, 2017: 13).

У роботі подається психотерапевтичний кейс апробації комбінованого використання МАК «Перелом» за етапами методики ПАВА. Клієнткою виступає жінка 35 років.

3. Результати та дискусії

І етап методики ПАВА – «Персоніфікація», на якому здійснюються дві трансформації: інтеріоризація та інтерналізація.

1. Стадія інтеріоризації внутрішнього діалогу з тілесним Я як діалог «Я – інший», де другий суб'єкт діалогу представлений персоніфікованою проблемною частиною тіла. Це реалізується в завданнях типу: виберіть метафоричну карту колоди «Перелом», що відображає стан вашого тіла, окремого органу чи проблемної ситуації. Добре розгляньте вибрану карту й прокоментуйте відчуття, що вона передає (натхнення, втому, бадьорість, сумнів тощо).

Виберіть метафоричну карту колоди, що відображає стан вашого тіла, окремого органу чи проблемної ситуації.

Вона як би «перегоріла» (рис. 1), їй здається що вже нічого не відчуває... Хоча, ні – оніміння, оніміння душі й тіла. У ній ще теплиться щось живе, як у тому келиху, але вона насправді не знає, відчуває вона ще це, чи просто бажає, щоб це почуття не померло...



Рис. 1. Асоціативна карта, що ініціювала відповідь на питання щодо стану тіла, окремого органу чи проблемної ситуації

Які бажання цієї карти, чого вона хоче (уникнути, отримати, досягнути, позбутися, тощо)? Бажання... дивлячись на вибрану карту, то – уникнути, але я думала, що хочу отримати, саме отримати. Можливо, занадто багато і крах оцих сподівань такий болючий...

Що вона переживає (страх, радість, злість, захват, тощо)? Відчуває... зараз

уже щось нейтральне, але все ще чекає... чекати нестерпно та вплинути на ситуацію вона не здатна, точніше не може собі цього дозволити, бо втрапить самоповагу.

Опишіть поведінку і характер зображеного. Подумайте, що може бути властивим і вам з описаного. Складіть невеличку розповідь про зображення вибраної вами метафоричної карти. Це жінка. Справжня жінка: самодостатня, впевнена, красива, із шармом. Це така жінка, яку неможливо не помітити. Вона наче вогник у темряві. Чоловіки нею захоплюються, а жінки заздрять, засуджують чи ненавидять, бо не витримують конкуренції з нею. Ця жінка благородна, з почуттям власної гідності та честі. Зазвичай їй і самій добре та зараз їй самотньо, вона спустошена, і, мабуть, вона вже не бажає бути однією. Те, що вона так висміювала в інших жінках... таку собі «жіночність»: чоловік, сім'я, діти... йти на поступки, вибачати, бо чоловіки постійно «косячать» – це було не для неї. Та зараз вона дозволяє бути собі «як усі» і занурилася у страждання «як всі», від неї вимагається пробачити те, чого вона раніше не пробачала, просто розверталася і йшла,.. незважаючи на мольбу на її адресу. Її завжди не влаштовувала трата часу, що чоловіки так повільно визначаються, хто їм потрібен і коли вони зволікали, вона ніби вичікувала: «ось зроби помилку і я тебе покину, бо ти прямо чи ні, але знехтував мною». Зараз вона «в шоці»: від себе, від своїх реакцій, від значення іншого в її житті. Розгубленість. Біль. Біль від того, що завжди могла вплинути на ситуацію, а зараз – ні. Вона впливала своїм уходом. Зараз вона не може піти. Разом із тим вона не знає, чи є де залишатися, чи потрібна вона там. Їй треба чекати. Тобто робити те, чого вона ніколи не робила. Від цього вити хочеться.

2. Стадія інтерналізації внутрішнього діалогу з тілесним Я як діалог «Я – частина Я», де другий суб'єкт діалогу представлений проблемною частиною тіла, з якою ідентифікується людина. Це реалізується в завданнях типу: виберіть другу метафоричну карту, що символізує чи нагадує вам відчуття у частині тіла, що ви зараз відчуваєте найбільше (рис. 2).

Живіт. Найбільше в тілі я зараз відчуваю живіт. Він ніби роздутий. І тиск у районі сонячного сплетіння. Наче там якась «бульбочка», якесь м'яке і зайве утворення, ніби пухлина. Вона не збільшується і не зникає. Завмерло. Все завмерло.

Які думки приходять щодо вибраної карти? (інтерналізація локусу контролю за тілом реалізується в завданнях типу: замініть вислів «У мене гіпертонія» на

«Я гіпертоную»). Проговоріть це. Як змінюються ваші почуття, думки? Знайдіть відмінність між першим і другим варіантом вислову. «Все замерло» на «я завмираю»?!. Я завмираю. Це звучить для мене рівнозначно, що «я помираю». Зараз у мене почалася печія у сонячному сплетінні і ніби та «пухлина» почала розсмоктуватися, але, виділяючи якісь токсичні пари, гази, розтікається у череві кислотою. Дуже повільно, але вона сочиться. «Вона сочиться» на «я сочуся»... Я сочуся. Так, я сочуся, але всередині, ніби моя енергія, якої забагато, ходить по колу, замкнена... хоче вийти назовні, а не може пройти крізь оболонки.



Рис. 2. Метафорична карта, що символізує чи нагадує клієнтці відчуття у частині тіла, що нині відчувається найбільше

Зараз ніби кисню не вистачає... Я повітрям не дихаю, а ніби краду його похапцем, ніби мені не можна... Мене лишили кисню. «Мене лишили кисню» на «Я знекиснюю»... Я знекиснюю. Це я. Я п'ю із себе соки, я лишаю себе кисню. Я себе караю. Караю за те, що вчинила не як зазвичай. Мені не можна.

Чому не можна? Хто заборонив? – Звичайно, що я сама, але перша думка була що мама.

Виберіть картку, що відображає вас хворим та ту, як ви вибираєте себе хворим (рис. 3).

Тут я відчуваю себе хворою (рис. 3): квітка зів'яла, але може видужати, як її добре полити, винести на сонце, на свіже повітря...

«Вибирати себе хворою» – важке почуття. Це ніби ти сам винний у своєму стані. Ой.... зараз я розумію, що так і в мене зараз, але прийняти складно. Складно прийняти, що я винна у своєму стані, хоча факти про це й говорять. Дівчина на картці – сумна. Їй боляче. Їй болить, що треба вибрати себе хворою. Мені болить... Мені це

болить. (Знову виникла печія, але вона опустилась із сонячного сплетіння до низу живота).



Рис. 3. Асоціативні карти, що вибрала клієнтка як образ себе під час хвороби та коли вона вибирала себе хворою

II етап методики ПАВА – «Асоціації», на якому здійснюється діалог із самим собою про тіло, у результаті чого людина отримує зворотний зв'язок на користь переваг інтернального локусу контролю стосовно тілесних подій. У процесі такого діалогу активізується асоціативне мислення, яке дає основу для визначення символіки тілесних симптомів чи сигналів.

1. Просторово-часові зв'язки:

Які події співпадають у часі з появою симптому? Розлучення батьків. Батьки якраз розходилися й моя ситуація нашарувалася на їхню сварку. Там не зрозуміло хто уходив... тато створив ситуацію, щоб піти, проте лишився. А мама пішла та не пішла. Обидва нікуди не ділися, але він з думкою, що ним знехтували, проганяють чи щось таке,.. а вона «типу пішла», то сприймайте мене голограмою.



В якому віці з'явився симптом? Знаєте, симптом нібито й з'явився нещодавно, але коли я заговорила про батьків, то пригадую, що в старших класах школи. Батьки теж сварилися. Сварилися між собою, а мати звинувачувала мене. Що я не допомагаю, а навпаки руйную родину. Зараз думаю, як я могла? Які у мене на це сили і воля руйнувати те, що не було мною створене?! Проте тоді я відчувала страх і відповідальність. Я на своїх плечах почала нести гембель під назвою «родина». і стало все добре. Ну, як зазвичай. Я ніколи не думала добре чи ні. Мені не дозволяли. У нас усе добре – так було прийнято вважати.

В якому віці припинився симптом чи змінилась його динаміка та насиченість? З якими життєвими ситуаціями це може бути пов'язане?

Симптом припинився після закінчення інституту. Я стала більш самостійною. Хлебнула волі. Часто їздила у відрядження. Стала відсторонюватися від родини. Стала вільною. Але чужою для батьків.

Уявіть собі, що ви одужали. Виберіть метафоричну картку, що цьому відповідає (рис. 4).

Яким чином змінився ваш простір? Це свобода. Відкритий простір – природа. Я справді людина-природа і так завжди було. Бачу своє єднання з природою.



Рис. 4. Асоціативна картка, що відображає стан, коли видужала

Ким ви себе бачите? Дитиною. Дівчинкою років 12. Та я ніколи не була безтурботною в тому віці. А можливо це не минуло,.. це теперішнє. Я зараз дівчинка років 12. Зараз.

Де ви себе бачите? Десь у сільській місцині. Типу Закарпаття чи Прикарпаття. Насичено зелена, соковита трава. Росяниста і трохи прохолодна. Я йду по ній босоніж. Кристально чисте гірське повітря. У мене ніколи не було раніше такого досвіду, це

я зараз «вигадую», але враження, що це все насправді. Що я це відчуваю зараз. Навіть кінчик носа трохи змерз (посміхається).

Що би ви зробили, щоб досягти цього? Все. Те, що я описала – це життя. Не здійснити цього – це позбавити себе життя.

2. Причинно-наслідкові зв'язки:

Що передувало появі симптому, захворюванню, збою у функціонуванні органу (системи організму)? Непорозуміння з чоловіком. Дуже складний період у взаєминах.

Запропонуйте варіанти завершення незакінчених речень: «Мій симптом причина... покинутості», «Мій симптом наслідок... зради».

Дайте відповідь на запитання: чому це відбувається саме зі мною? Бо я дозволила цьому бути.

Що змінилося у діях людини в результаті прояву симптому: фізичні можливості, думки, переживання, вісцеральні прояви. Я стала байдкувати. Дозволила собі просто лежати і нічого корисного не робити. Дозволила плакати, коли кортіло. Не спати ночами і досипати удень. У мене збився режим дня, праці і відпочинку... Це був стан «мама, народи мене знову». Я у позі немовляти, під ковдрою тихенько лежу і нікого не чіпаю і мене щоб не чіпали.

Подумайте, чи не було необхідності чи доцільності у вашому житті саме так змінити свою активність до початку хвороби чи появи симптому. Була. У мене був дуже насичений ритм на роботі. Я фактично себе знесилювала там. Допрацювалася до почуття тошноти.

Перелічіть, які вигоди ви отримали в результаті появи симптому або захворювання. Себе у негативш. Я собі не дозволяла такого інколи. Я занурилася у сум з головою. Щоб ви розуміли, я ціную ш дуже люблю час на самоті. Мені інколи не буває нудно чи скучно. Я завжди знаю, як себе розрадити. Мені ніхто не потрібен. Я самодостатня. Приєднались – добре, ні – ні. Як приєднались, то не заважайте: робіть те, що я або йдсть геть... і тут я «не мита не розчесана», без мейкапу... не працюю... можу й не поїсти. Я випустила свою тінь. Якщо існує анти-Я, то це була вона. Пригадала першу картку, що витягла (посмішка). Дуже схожа на ту даму (посмішка). Хоча вона доглянута і гарна та стан був саме такий.

Подумайте, реалізація якого вашого наміру була втілена у хворобі? Любити мене у негативі. Розумієте, навшт коли у мене застуда навколишній світ цього не бачить, адже я завжди доглянута. Лише голос може видати, що болить горло і все. А тут. Я ніби кричала, як менш погано і дозволила лише ледачим цього не побачити.



Рис. 5. Кадри фільму життя клієнтки

III етап методики ПАВА – «Візуалізація», на якому здійснюється оволодіння прийомами регуляції I рівня – регуляції наслідку.

Якби вам довелося себе побачити зі сторони під час хвороби, то які б карти відповідали цьому. Виберіть необхідні метафоричні карти, що слугуватимуть кадрами фільму вашого життя. Опишіть ваші думки й почуття з цього приводу. Опишіть відчуття в тілі, що виникають з цього приводу.

Дивлюся на ці кадри мого фільму (рис. 5) і думаю, що хотіла себе довести до сказу. Зараз серце відчуваю в горлі. Аж подих перехопило і ковтнути було боляче.

Виберіть картку, яка може прийняти на себе весь негатив, що ви зараз відчували (рис. 6). Лишіть усе негативне в тій карті.



Рис. 6. Метафорична картка, що бере на себе весь негатив, на думку клієнтки

Думаю, ця картка може прийняти увесь біль і негатив (рис. 6). Вона має потонути у тому болоті. Але я цього не хочу. Я їй цього не бажаю. Хочу, щоб вона впливала. Вийшла з тієї мутної води, і чомусь із почуттям вдячності.

Оголена жінка на березі річки з лататтям, довге волосся аж до стегон. Вона йде босоніж мокрим піском від води посеред ночі. Один погляд через ліве плече у сторону води, легка посмішка, і йде далі до дерев. Як лісова Мавка.

Уявіть візуально, як ви рухаетесь у майбутнє. Це може бути рух від попереднього

дня до наступного або рух від однієї події до іншої. Виберіть метафоричну картку, що відображає це (рис. 7).

Мабуть, я продовжу про ту дівчину з озера... Ось вона: така спокійна, виважена, розсудлива, поміркована, насичена, мудра. Такою вона мала стати для майбутнього, що собі бажала. Саме такою. Я задоволена навіть (посмішка).

А чи не здається вам, що є щось спільне між образом цієї дівчини і останньою карткою, що ви вибрали для вашого фільму (рис. 5)? Так. Абсолютно.

Схоже, що ви вже та сама дівчина...

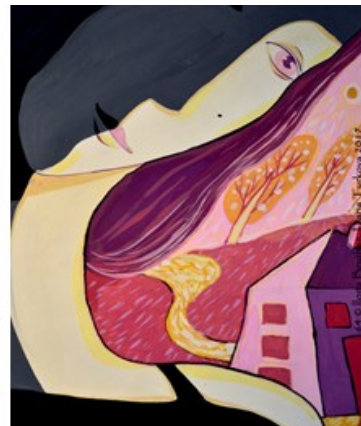


Рис. 7. Метафорична картка, що демонструє рух у майбутнє

IV етап методики ПАВА – «Аналогізація». Здійснюється використання аналогії для сприймання симптому (тілесного сигналу) як символічного послання безсвідомого через тіло.

Виберіть метафоричну картку, що відповідає аналізованому захворюванню (рис. 8).

Знаєте, у мене зараз відчуття легкості, в голові наче вітерець гуляє... Зникла «пухлина» в череві, а в животі відчуття, ніби я прес шойно качала. Такий приємний тонус м'яз у животі. Картка мого захворювання – дівчина, що народила (рис. 8). Але воно мало статися саме собою, а я все викликала передчасні пологи... Це те, що мало статися природно і невимушено. А я чинила опір, хоча думала, що пришвидшую процес.



Рис. 8. Метафорична карта, що відповідає аналізованому захворюванню

Протилежністю до стану буде моя картка тієї вагітної жінки (рис. 2). Вона була обтяжена вагітністю, вона страждала через те, що захотіла народити, але не могла на це вплинути...

Виберіть ресурсну карту, що є аналогією джерела сили для видозміни стану чи ставлення до вашого стану (рис. 9).



Рис. 9. Ресурсна метафорична карта

Все ж таки я мрію про цю картку,.. хочу притиснутись до чоловіка, готова вибачити, щоб це зробити... Вибачити себе і його... Але це все в мені... можливо, я сама себе обнімаю зараз, це і є мій ресурс. Дякую.

Висновки

Проведене дослідження демонструє ефективність поєднання двох методик: використання МАК «Перелом» та ПАВА як умови та джерела діагностико-психокорекційної роботи з налагодження діалогу з тілесним Я. Наданий фрагмент психотерапевтичної зустрічі не вичерпує всієї глибини отриманої інформації про клієнтку, адже кожна відповідь, складена розповідь містять нарацію і виступають ресурсом для психолінгвістичного аналізу, побудови психотерапевтичного діалогу з клієнтом, що уповні не було представлено в цій роботі. Кожна вибрана метафорична карта виступила візуально-нарративним стимулом й вигідно доповнила етапи методики ПАВА, додала елементів для більш ґрунтовного аналізу. Такий прийом особливо ефективний на перших сесіях роботи з клієнтом, коли ще не встановлений оптимальний рівень професійного контакту, й клієнту комфортніше взаємодіяти опосередковано через метафоричні карти, ніж продукувати візуальні образи лише в уяві. У цьому дослідженні метафоричні асоціативні карти, використані на етапах персоналізації, асоціації, візуалізації та аналогізації, підтвердили свою ефективність як стимулу продукування лінгвістичних конструкцій для глибокого аналізу психотерапевтичної ситуації.

Перспективою подальших досліджень вважаємо апробацію системи технік розвитку тілесного Я у візуально-нарративно му підході.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александер, Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и применение. Москва : Эксмо-Пресс, 2002. 352 с.
2. Афанасьєва Н.Є. Наративізація життєвого досвіду в процесі психологічного консультування. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Збірник наукових праць. Вип. 14. Частина III. Харків : НУЦЗУ, 2013. С. 28–34.
3. Жебелева П.В. Аналіз сучасних психологічних підходів до розуміння феномена «нарратив». *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 121. С. 132–136.
4. Лоуэн А. Предательство тела. Москва : Институт Общегуманитарных Исследований, 1998. 336 с.
5. Морозова И.С., Белогай К.Н. Проблематика образа тела в контексте психологии развития. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2007. № 8. С. 43–46.
6. Никитин В.Н. Онтология телесности: смыслы, парадоксы, абсурд. Москва : Когито-Центр, 2006. 320 с.
7. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия. Москва : Медицина, 1996. 538 с.
8. Савчук Р.І. Історія становлення наратології: від античної поетики до нових нарративних практик студіювання художнього тексту. *Науковий вісник кафедри ЮНЕСКО КНЛУ. Серія Філологія. Педагогіка. Психологія*. 2015. Вип. 31. С. 111–119.
9. Туркова Д.М. Колода МАК «Перелом» в работе с телесным Я паллиативных клиентов. *Proceedings of the III International Scientific and Practical Conference "The Top Actual Researches in Modern Science" (July 31, 2017, Ajman, UAE)*. UAE, August 2017. № 8 (24). Vol. 2. С. 51–56.
10. Туркова Д.М. Мовна свідомість тілесного Я. *Теорія і практика сучасної психології*. Збірник наукових праць. Класичний приватний університет. Запоріжжя, 2019. № 5. С. 157–162.

11. Уайт М. Карты нарративной практики: введение в нарративную терапию. Москва : Генезис, 2010. 326 с.
12. Хомуленко Т.Б. Психосоматичний підхід до характеристики змісту оздоровчої психотехнології: базові дефініції. *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей): матеріали III міжрегіональної наук.-практ. конф.*, м. Харків, 26 жовтня 2019 р., ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Харків : Діса плюс, 2019. С. 64–65.
13. Хомуленко Т.Б. Психотехнології саморегуляції тілесного. Харків : «Діса плюс», 2017. 44 с.
14. Шебанова В., Тавровецька Н. Застосування інструментарію візуально-нарративного підходу у психологічній допомозі особистості. *Psycholinguistics. Психолінгвістика. Психолінгвістика*. 2018. Вип. 24(1). С. 381–402.
15. Шебанова В., Яблонська Т. Нікнейм як засіб мовної самопрезентації в Інтернеті осіб з порушеннями харчової поведінки. *Psycholinguistics. Психолінгвістика. Психолінгвістика*. 2019. Вип. 25 (1). С. 409–430.
16. Brockmeier J. Autobiography, narrative, and the Freudian conception of the history. *Philosophy, Psychiatry, Psychology*. 1997. V. 4. P. 175–199.
17. Herman D. Basic elements of narrative. London : Wiley-Blackwell, 2009. 272 p.

REFERENCES:

1. Aleksander, F. (2002). Psihosomaticheskaia medicina. Principy i primeneniye [Psychosomatic medicine. Principles and application]. Moskva: Jeksmo-Press, 352 s. [in Russian].
2. Afanasieva, N.Ye. (2013). Naratyvizatsiia zhyttievoho dosvidu v protsesi psykholohichnoho konsultuvannia [Narectization of life experience in the psychological counseling process]. *Problemy eksperymentalnoi ta kryzovoi psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats. – Problems of extreme and crisis psychology. The collection of scientific works*, 14. Chastyna III. Kharkiv: NUTsZU, 28–34 [in Ukrainian].
3. Zhebielieva, P.V. (2014) Analiz suchasnykh psykholohichnykh pidkhodiv do rozuminnia fenomenu “naratyv” [The analysis of modern psychological approaches to the understanding of narrative phenomenon]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Seriiia “Psykholohichni nauky” – Bulletin of the Chernihiv national pedagogical university. Series “Psychological sciences”*, 121. 132–136 [in Ukrainian].
4. Loujen, A. (1998). Predatel'stvo tela [Betrayal of the body]. Moskva: Institut Obshhegumanitarnykh Issledovaniy [in Russian].
5. Morozova, I.S., & Belogaj, K.N. (2007). Problematika obraza tela v kontekste psihologii razvitiia [Problems of the body image in the context of developmental psychology]. *Obshchestvo: sociologiya, psihologiya, pedagogika – Society: sociology, psychology, pedagogy*, 8. 43–46 [in Russian].
6. Nikitin, V.N. (2006). Ontologiya telesnosti: Smysly, paradoksy, absurd [Ontology of corporeality: Meanings, paradoxes, the absurd]. Moskva: Kogito-Tsentr [in Russian].
7. Pezeshkian, N. (1996). Psihosomatika i pozitivnaja psihoterapiia [Psychosomatics and positive psychotherapy]. Moskva: Medicina [in Russian].
8. Savchuk, R.I. (2015). Istoriia stanovlennia naratolohii: vid antychnoi poetyky do novykh naratyvnykh praktyk studiuvannia khudozhnoho tekstu [History of the narrative formation: from ancient poetics to new narrative practices of the literary text]. *Naukovyi visnyk kafedry YUNESKO KNLU. Seriiia Filolohiia. Pedahohika. Psykholohiia – Scientific messenger of the UNESCO department of Kyiv national linguistic university. Series Philology. Pedagogy. Psychology*, 31. 111–119 [in Ukrainian].
9. Turkova, D.M. (2017). Koloda MAK “Perelom” v rabote s telesnym Ja palliativnykh klientov [The metaphoric cards of association “Fracture” in the work with bodily-self of palliative clients]. *Proceedings of the III International Scientific and Practical Conference “The Top Actual Researches in Modern Science”* (July 31, 2017, Ajman, UAE). UAE, No. 8 (24). Vol. 2. Pp. 51–56 [in Russian].
10. Turkova, D.M. (2019). Movna svidomist tilesnoho Ya [Language consciousness of bodily-self]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats. – Theory and practice of modern psychology. The collection of scientific works*, 5. 157–162 [in Ukrainian].
11. Uajit, M. (2010). Karty narrativnoy praktiki: vvvedenie v narrativnuju terapiju [Maps of narrative practice: an introduction to narrative therapy]. Moskva: Genезis [in Russian].
12. Khomulenko, T.B. (2019). Psykhosomatychnyi pidkhid do kharakterystyky zmistu ozdorovchoi psykhotekhnolohii: bazovi definitysii [Psychosomatic approach to characterization of health psychotechnologies content: basic definitions]. *Kharkivskiyi osinnii marafon psykhotekhnolohii (kataloh psykhotekhnolohii; tezy dopovidei): materialy III mizhrehionalnoi nauk.-prakt. konf. – Kharkiv autumn marathon of psychotechnologies: materials of sciences-practice conferences*. m. Kharkiv, 26 zhovtnia 2019 r., KhNPU imeni H.S. Skovorody. Kharkiv: Disa plus, S. 64–65 [in Ukrainian].
13. Khomulenko, T.B. (2017). Psykhotekhnolohii samorehuliatcii tilesnoho [The psychotechnologies of a bodily's regulation]. Kharkiv: “Disa plus”. [in Ukrainian].
14. Shebanova, V., & Tavrovetska, N. (2018). Zastosuvannia instrumentarii vizualno-narativnoho pidkhodu u psykholohichnii dopomozii osobystosti [Application of the instrumentarium of a visual-narrative approach in psychological assistance to personality]. *Psycholinguistics. Psykholinhvistyka. Psykholinhvistyka*, 24(1). 381–402 [in Ukrainian].
15. Shebanova, V., & Yablonska, T. (2019). Nikneim yak zasib movnoi samoprezentatsii v Interneti osib z porushenniamy kharchovoi povedinky [Nickname as a means of linguistic self-presentation in the Internet of people with eating disorders]. *Psycholinguistics. Psykholinhvistyka. Psykholinhvistyka*, 25(1). 409–430 [in Ukrainian].
16. Brockmeier, J. (1997). Autobiography, narrative, and the Freudian conception of the history. *Philosophy, Psychiatry, Psychology*, 4. 175–199.
17. Herman, D. (2009). Basic elements of narrative. London: Wiley-Blackwell, 272 p.

Стаття надійшла до редакції 19.06.2020.

The article was received 19 June 2020.



УДК 159.923+159.942
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-9>

СПІВВІДНОШЕННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Ульянова Тетяна Юрївна,

кандидат психологічних наук,

викладач кафедри загальної та диференціальної психології

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського

ulikta@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-8643-2063>

Анотація. У цій статті презентовані результати емпіричного дослідження особливостей життєстійкості осіб з різними типами емоційності. Метою дослідження є теоретичне вивчення та емпіричне дослідження співвідношення між психологічними особливостями життєстійкості та емоційності особистості.

Методи. Як методика, що вивчає життєстійкість особистості, використовується «Тест життєстійкості» (Д.О. Леонтьєв, О.І. Расказова, 2006); для діагностики патернів стійких емоційних переживань застосовується «Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» (О.П. Саннікова, 1995). Використання кореляційного аналізу було спрямоване на пошук взаємозв'язків між показниками життєстійкості: залученість (commitment), контроль (control), прийняття ризику (challenge), життєстійкість (hardiness) та показниками емоційності: «радість» (Р), «гнів» (Г), «страх» (С), «печаль» (П). Якісний аналіз був виконаний за допомогою методу «асів», який включив угруповання досліджуваних за певними ознаками показників емоційності, та методу «профільв», що дав змогу встановити особливості життєстійкості у осіб з різними типами емоційності.

Результати. Вивчено специфіку взаємозв'язку між життєстійкістю та емоційністю. Надано визначення понять «життєстійкість» і «емоційність». В результаті кореляційного аналізу встановлено, що між показниками життєстійкості та емоційності є додатні та від'ємні значущі кореляційні зв'язки. Виокремлено 4 типи емоційності: один мономодальний тип – Р-тип (радість) та три полімодальні – ГП-тип (гнів–печаль), СП-тип (страх–печаль), ГСП-тип (гнів–страх–печаль). Складено й описано індивідуально-психологічну характеристику життєстійкості особистості залежно від якісних особливостей емоційності.

Висновки. Загалом, можна стверджувати, що кожному типу емоційності відповідають певні особливості життєстійкості. Наявність таких співвідношень дала змогу вивчити особливості життєстійкості у представників різних типів емоційності.

Ключові слова: життєстійкість, індивідуально-психологічні особливості, кількісний аналіз, особистість, типи емоційності, якісний аналіз.

RELATIONSHIP HARDINESS AND EMOTIONALITY OF PERSONALITY

Ulianova Tetiana Yuriivna,

Ph.D in Psychology,

Lecturer at the Department of General and Differential Psychology

South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushinsky

ulikta@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-8643-2063>

Abstract. This article presents the results of an empirical research of the hardiness of people with different types of emotions. The purpose of the research is a theoretical and empirical study of the relationship between the psychological characteristics of hardiness and emotionality of personality.

Definition of “hardiness” and “emotionality” are given.

Methods. A reliable and well-founded set of psychodiagnostic methods, adequate to the subject of research, was chosen. The “Hardness test” (S. Muddy, translation and adaptation) (D.O. Leontiev, O.I. Raskazova), and the “Four-modal test-questionnaire of emotionality” (O.P. Sannikova) are used.

The use of correlation analysis was aimed at finding relationships between the studied indicators of hardiness: commitment, control, challenge, hardiness and indicators of emotionality: “joy” (J), “anger” (A), “fear” (F), “sadness” (S). Qualitative analysis was performed using the method of “aces”, which included the grouping of the studied indicators of emotionality, and the method of “profiles”, which allowed to establish the characteristics of hardiness in people with different types of emotionality.

Results. The specifics of the relationship between hardiness and emotionality are studied. Correlation analysis has established the fact that there are positive and negative significant correlations between

the indicators of hardiness and emotionality. There are 4 types of emotionality: one monomodal type – J-type (joy) and three polymodal – AS-type (anger–sadness), FS-type (fear–sadness), AFS-type (anger–fear–sadness). The individual-psychological characteristic of hardiness of the person depending on qualitative features of emotionality is made and described.

Conclusions. In general, it can be argued that each type of emotionality corresponds to certain features of hardiness. The presence of these relationships allowed us to study the features of hardiness in representatives of different types of emotionality.

Key words: *hardiness, individual psychological features, quantitative analysis, personality, types of emotionality, qualitative analysis.*

Вступ

Життєдіяльність сучасної людини протікає здебільшого в складних, а іноді й в екстремальних умовах. Натепер у зв'язку зі стрімким поширенням коронавірусу COVID-19 уперше в історії людства понад мільярд людей на всій планеті опинилися у вкрай важких ситуаціях невизначеності. Політична нестабільність, економічна криза, втрата соціальної безпеки, такі особистісні негаразди, як безробіття або перспектива скорочення, стимулюють розвиток стресу. Все це робить життя сучасного суспільства стресогенним, а іноді навіть екстремальним і критичним, що позначається і на здоров'ї людини. У цих умовах все більшої актуальності набуває проблема вивчення факторів формування долаючої поведінки, а також особистісних якостей (оптимізм, життєрадісність, життєстійкість, толерантність до невизначеності), що забезпечують успішне подолання стресу. Здатність особистості успішно долати несприятливі умови навколишнього середовища – життєстійкість, нині є вкрай необхідною для оптимізації процесів особистісної, професійно-особистісної адаптації, опанування життєвими і професійними стресами (Фоміна, Федосєєва, 2016).

Емоції і емоційність (Ільїн, 2001, Саннікова, 2003) беруть участь у регуляції діяльності, є детермінантами успішності діяльності і спілкування. За допомогою емоцій люди краще розуміють один одного та оцінюють стан співрозмовника й комунікативну ситуацію. Людські емоції – то внутрішня мова, система сигналів, за допомогою яких індивід дізнається про те, що відбувається з ним і з іншими. Емоційність являє собою цілий комплекс властивостей: формально-динамічних параметрів – сили, інтенсивності, тривалості, швидкості пробігу і змін, експресії; якісних характеристик – інформації про модальність і переживання емоцій (задоволення – радість, невдоволення – страх, гнів); змістових характеристик емоційності, властивих для самого об'єкта переживання (його модальність і знак). Саме ці три чинники є найважливішими в характеристиці емоційності. Вони і є ланками зв'язку між темпераментом і особистістю (Ільїн, 2001).

Студентський період є найбільш сприятливим періодом для формування життєстійкості особистості, оскільки життєстійкість може сприяти підвищенню фізичного і психічного здоров'я молоді для подолання криз і реалізації себе як фахівця в майбутній професійній діяльності (Логінова, 2010). Тоді проблема життєстійкості особистості стає особливо актуальною і виходить на передній план наукового осмислення. Є об'єктивна необхідність у вивченні змісту життєстійкості студентів у взаємозв'язку з їх особистісними ресурсами, зумовленими особливостями темпераменту, а саме емоційністю. Це особливо важливо для майбутніх психологів. Життєстійкість необхідна майбутнім психологам, щоб уникнути різних деструктивних змін особистості в результаті професійного вигорання, часто властивого представникам саме цієї професії (Фоміна, Федосєєва, 2016). Саме тому сучасна психологічна наука проявляє підвищений інтерес до вивчення цього феномена, його ролі в підтримці ментального здоров'я людини. У зв'язку з цим особливий інтерес являє дослідження характеру взаємозв'язків життєстійкості та її компонентів (залучення, контролю, прийняття ризику) з емоційністю.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Результати численних досліджень (Леонтьєв, Рассказова, 2006; Овчарова, 2019; Титаренко, Ларіна, 2009; Khoshaba, Maddi, 1999; Maddi, 2004; Serdiuk, Chykhantsova, 2016; Фоміна, Федосєєва, 2016; Чиханцова, 2018), спрямованих на пошук психологічних факторів успішного протистояння стресу в умовах професійного, навчального й інших видів діяльності, переконливо свідчать про існування такої особистісної особливості, як життєстійкість (англ. – hardiness). Уперше це поняття сформулювали С. Кобейса й С. Мадді (Кобейса, 1979, Мадді, 2004).

Життєстійкість характеризує здатність витримувати стреси і навантаження, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішність діяльності. У психології щодо вивчення життєстійкості найбільш відомою є концепція С. Мадді (Мадді, 2004), автор розглядає життєстійкість як



систему переконань про себе, про світ, про стосунки зі світом.

Нині відомі три основні напрями трактування феномена життестійкості: життестійкість як ресурс потенціалу особистості, що може бути потрібний у визначених ситуаціях; життестійкість як інтегральна психологічна властивість особистості; життестійкість як здатність до соціально-психологічної адаптації на основі динаміки смислової саморегуляції (Нікітіна, 2017).

Теорія С. Мадді про особливі особистісні якості "hardiness" виникла у зв'язку з розробкою ним проблем творчого потенціалу особистості та регулювання стресу. З точки зору автора ці проблеми найбільш логічно пов'язуються, аналізуються й інтегруються в рамках розробленої ним концепції "hardiness". Через поглиблення атитюдів залученості, контролю і прийняття ризику, позначених як "hardiness", людина може одночасно розвиватися, збагачувати свій потенціал і впоратися зі стресами, що трапляються на її життєвому шляху (Baranauskienė, Serdiuk, Chykhantsova, 2016).

Поняття "hardiness" відображає психологічну живучість та розширену ефективність людини, а також є показником її психічного здоров'я. Воно підкреслює атитюди, що мотивують людину перетворювати стресогенні життєві події. Відношення людини до змін, як і її можливості використовувати наявні внутрішні ресурси, що ефективно допомагають управляти ними, визначають, наскільки особистість здатна долати труднощі, з якими вона стикається щодня. Концепція "hardiness" не тільки допомагає долати якісь життєві негаразди, але й допомагає знаходити цілі та сенс у житті, передбачає право вибору особистого розвитку (Чиханцова, 2018).

Досліди С. Мадді підтверджують той факт, що в умовах особистісного вибору люди, що володіють високими показниками життестійкості, вибирають напрям невідомого майбутнього всупереч звичному життю і добре знайомій ситуації. Але все ж остаточне рішення залишається за людиною, таким чином, визначаючи її життєвий шлях. Тому феномен життестійкості – це не тільки протидія стресу, а й сприймання «одного з ключових параметрів індивідуальної здатності до зрілих і складних форм саморегуляції» (Мадді, 2004).

Поняття життестійкості, запропоноване С. Мадді, тісно пов'язане з його теорією особистості. Вчений визначає свою концепцію як варіант моделі узгодженості. Вона підкреслює важливість інформації та емоційного досвіду, які людина отримує в результаті взаємодії з навколишнім світом. У рамках цієї моделі вважається, що інформація та емо-

ційний досвід розвивають особистість, впливають на взаємодію зі світом (Мадді, 2004).

У вітчизняній літературі прийнято перекладати "hardiness" як «стійкість» або «життестійкість». Згідно з Великим англо-російським словником, "hardiness" – витривалість, фортеця, здоров'я, сміливість, відвага, безстрашність, зухвалість, нахабство. Відповідно, "hardy" – витривала, стійка, загартована, смілива, відважна, зухвала, безрозсудна людина (Леонтьев, Рассказова, 2006).

На теорії С. Мадді базуються особливості поняття життестійкості. Вчений вважає, що високі резерви опору стресу зумовлені особливою особистісною диспозицією. "Hardiness" – це інтегративна особистісна риса, що проявляється твердістю, міцністю, силою протистояння і включає в себе три компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику (виклик). Виразність цих компонентів і життестійкості загалом перешкоджає виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого опановування зі стресами і сприйняття їх як менш значущих. Перший компонент – прийняття на себе безумовних обставин, що ведуть до ідентифікації себе з наміром виконати дію та її з результатом. Другий – контроль. Суб'єкт контролює дію, відчуваючи себе здатним панувати над обставинами та протистояти тяжким моментам життя. Третій компонент – виклик. Небезпека сприймається як складне завдання, що знаменує собою черговий поворот життя, який стимулює людину до безперервного росту. Кожна подія переживається як стимул для розвитку власних можливостей (С. Мадді, 2004). Стверджуючи положення про те, що властивості особистості опосередковують вплив ситуації, С. Мадді зазначає, що особистісні диспозиції можуть впливати на процеси подолання стресової ситуації.

Підсумовуючи, можна сказати, що "hardiness" – це особливий патерн установок і навичок, що дають змогу перетворити зміни на можливості.

Специфічною формою взаємодії людини з навколишнім світом є її емоції. Вони являють собою психічний спосіб ставлення індивіда до соціуму, до інших людей, до самого себе, психічне відображення у формі безпосереднього переживання життєвого змісту, явищ і ситуацій. Почуття успіху і невдачі, досягнення мети і краху ідеалів – усе це сприймається особистістю емоційно. І від того, наскільки різноманітними є життєві ситуації, настільки багатішими будуть людські емоції (Саннікова, 2003). За визначенням К. Ізарда, емоція являє собою складний процес, що включає нейрофізіологічний, нервово-м'язовий

(мімічна діяльність) і феноменологічний (переживання) аспекти. Емоції є головною характеристикою людської особистості і подібно до мислення, пам'яті емоції є психічним явищем (Ізард, 1999). Кожна людина на своєму життєвому шляху переживає вікові кризи і соціальні катаклізми, родинні негаразди і стихійні лиха, побутові сварки і національні конфлікти. Однак усі їх переносять по-різному. Одні отримують душевні рани і стають дезадаптантами: хворіють, замикаються в собі, поводяться агресивно, залучаються до наркотиків, поповнюють ряди потенційних суїцидентів. Інші ж, навпаки, проявляючи соціальну компетентність, не тільки зберігають психічне і психологічне здоров'я, але й особистісно розвиваються, розширюючи свої адаптаційні можливості.

Емоційна стійкість особи у важких життєвих ситуаціях визначається її життєвою стійкістю. Емоційність відіграє у формуванні життєстійкості не останню роль – чим вища життєстійкість, тим легше особистості справитися зі своїми емоціями. Крім того, вміння людини керувати своїми емоціями – це професійно значима якість особистості, тому що емоції регулюють діяльність, справляючи цілком визначений на неї вплив залежно від характеру й інтенсивності емоційного переживання. Емоційність як стійка властивість особистості, як одна з психологічних складових частин темпераменту виконує системоутворюючу функцію в структурі властивостей особистості й окремих її якостей; емоції і емоційність беруть участь у регуляції діяльності, є детермінантами успішності діяльності і спілкування (Саннікова, 1995, 2003).

Усе вищезазначене дає змогу допустити те, що емоційність як риса особистості, як риса, що сформувалася в певний момент психічного розвитку під впливом і біологічних (конституція, властивості нервової системи), і соціальних (розвиток у процесі життєдіяльності) факторів, не тільки селективно впливає на формування формально-динамічних, змістовно-особистісних і соціально-імперативних характеристик особистості, але й задає певні межі (діапазон) реакцій індивіда на навколишню дійсність. Сформована життєва стійкість і відповідний тип емоційності – це фактори саморозвитку особистості, становлення особистості професіонала, творче відношення до навколишнього середовища.

Метою дослідження є теоретичне вивчення та емпіричне дослідження співвідношення між психологічними особливостями життєстійкості та емоційності особистості.

Для його виконання ставимо такі науково-дослідницькі завдання: на підставі аналізу теоретико-емпіричної літератури узагальнити

уявлення про феномени життєстійкості та емоційності особистості; розглянути психологічний зміст зазначених явищ, їх співвідношення; відібрати надійні та валідні психологічні методики, спрямовані на діагностику життєстійкості та емоційності особистості; емпірично дослідити показники життєстійкості та якісні показники емоційності; визначити типи емоційності у досліджуваних; визначити особливості життєстійкості у осіб з різними типами емоційності.

2. Методи та методики дослідження

Як психодіагностичний інструментарій були використані «Тест життєстійкості» (С. Мадді, переклад та адаптація Д.О. Леонтьєва, О.І. Рассказової), «Чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» (О.П. Саннікової).

У дослідженні взяли участь магістранти соціально-гуманітарного факультету спеціальності «Психологія» Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського» у кількості 67 осіб віком 25–45 років.

Відповідно до зазначеної мети аналіз отриманих у результаті діагностики емпіричних даних передбачав використання кількісних, а саме кореляційного аналізу, який був здійснений за допомогою статистичної програми SPSS for Windows 17.0, та якісного (методів «асів», «профілів») аналізу.

3. Результати та дискусії

Розглянемо результати кількісного (кореляційного) аналізу між показниками життєстійкості: залученість (commitment), контроль (control), прийняття ризику (challenge) і загальний показник життєстійкості (hardiness) та показниками емоційності: «радість» (Р), «гнів» (Г), «страх» (С), «печаль» (П) (див. табл. 1).

З таблиці 1 ми бачимо, що показники життєстійкості залученість (commitment), контроль (control), прийняття ризику (challenge) і загальний показник життєстійкості (hardiness) додатно значуще корелюють з показником емоційної модальності «радість» (Р) ($p < 0,01$) і від'ємно значуще – з показниками «гнів» (Г) ($p < 0,05$), «страх» (С) ($p < 0,01$), та «печаль» (П) ($p < 0,05$).

Результати попереднього кореляційного аналізу підтвердили зіставність психологічних характеристик, що вивчаються ($p < 0,01$), ($p < 0,05$), що дало змогу нам приступити до якісного аналізу даних (метод «асів» та «профілів»).

Одним з основних завдань нашого дослідження було угруповання випробуваних за типами емоційності. Для цього ми діагностували домінуючі емоційні модальності (типи емоційності). У процесі проведення дослідження були виділені 4 типи: один мономодальний та три



Таблиця 1

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками життєстійкості та емоційності

Показники життєстійкості	Показники емоційності			
	Р	Г	С	П
З	.593**	-.333**		-.559**
К	.481**	-.309*	-.288*	-.500**
ПР	.500**	-.347**		-.431**
ЗПЖ	.592**	-.361**		-.567**

Примітка: 1) у таблиці нулі й коми опущені; 2)* - $p < 0,01$, ** - $p < 0,05$. Умовні позначення за методикою «Тест життєстійкості»: З – залученість (commitment), К – контроль (control), ПР – прийняття ризику (challenge), ЗПЖ – загальний показник життєстійкості; за методикою «Чотириохмодальнісний тест-опитувальник емоційності»: Р – радість, Г – гнів, С – страх, П – печаль

полімодальних. Мономодальний тип представлений Р-типом – група осіб з домінуванням емоційної модальності «радість», та група полімодальних типів представлена такими типами: ГП-тип – група осіб з домінуванням емоційних модальностей «гнів» та «печаль», СП-тип – група осіб з домінуванням емоційних модальностей «страх» та «печаль»; ГСП-тип – група осіб з домінуванням емоційних модальностей «гнів», «страх», «печаль».

Нами було припущено, що особи, які розрізняються за типом емоційності, можуть мати специфіку в проявах життєстійкості. Для того щоб перевірити таке припущення та вивчити особливості життєстійкості у представників різних типів емоційності, ми використовували метод «профілів».

У таблиці 2 представлені профілі життєстійкості в осіб з різними типами емоційності: «радість» (Р); «гнів» та «печаль» (ГП); «страх», «печаль» (СП); «гнів», «страх», «печаль» (ГСП). Всього чотири групи. Під час аналізу профілів нас насамперед цікавили значущі відмінності в однойменних показниках. Візуальний аналіз указаних профілів виявив суттєву різницю між ними.

На осі (Х) розташовані показники всіх чотирьох субшкал життєстійкості, на осі (У) їх значення, виражені в процентилях. Середня лінія ряду проходить через 50 процентиля. Значення, що лежать у площині вище середньої лінії ряду, характеризують високі показники життєстійкості. Про яскраву вираженість відповідного показника свідчать значення показників вище

75 процентиля. Значення показників нижче середньої лінії ряду свідчать про невираженість життєстійкості. Значення кожної крапки на графіку являє собою середню арифметичну відповідних показників.

Аналіз отриманих профілів показав, що кожна досліджувана група осіб – представників різних типів емоційності характеризується специфікою життєстійкості, що проявляється як у специфічному поєднанні параметрів, так і в рівнях, котрих досягають показники. Це відбивається перш за все в особливостях конфігурації кожного профілю і його розташуванні відносно середньої лінії ряду, що наголошується візуально між однойменними показниками профілів.

Порівнюємо профілі життєстійкості в осіб з різними типами емоційності попарно.

Між профілями життєстійкості представників групи «радість» (Р) і групи «гнів», «печаль» (ГП) виражені значущі відмінності за такими показниками, як залученість (З), контроль (К), прийняття ризику (ПР), життєстійкість (ЗПЖ). Усі показники життєстійкості у представників групи «радість» (Р) лежать у площині вище середньої лінії ряду, а представників групи «гнів», «печаль» (ГП) – у площині нижче середньої лінії ряду.

Між профілями життєстійкості представників групи «радість» (Р) і групи «страх», «печаль» (СП) виражені значущі відмінності за такими показниками життєстійкості, як залученість (З), контроль (К) та загальний показник життєстійкості (ЗПЖ). До того ж різниця між показниками полягає і у тому,

Таблиця 2

Специфіка життєстійкості в осіб з різними типами емоційності

Ранг	Типи емоційності			
	Р	ГП	СП	ГСП
1	К +	ЗПЖ -	З -	ПР -
2	ЗПЖ +	ПР -	К -	З -
3	З +	З -	ПР +	К -
4	ПР +	К -	ЗПЖ +	ЗПЖ -

Примітка: значення показників життєстійкості в осіб з різними типами емоційності, ранжовані у порядку зменшення

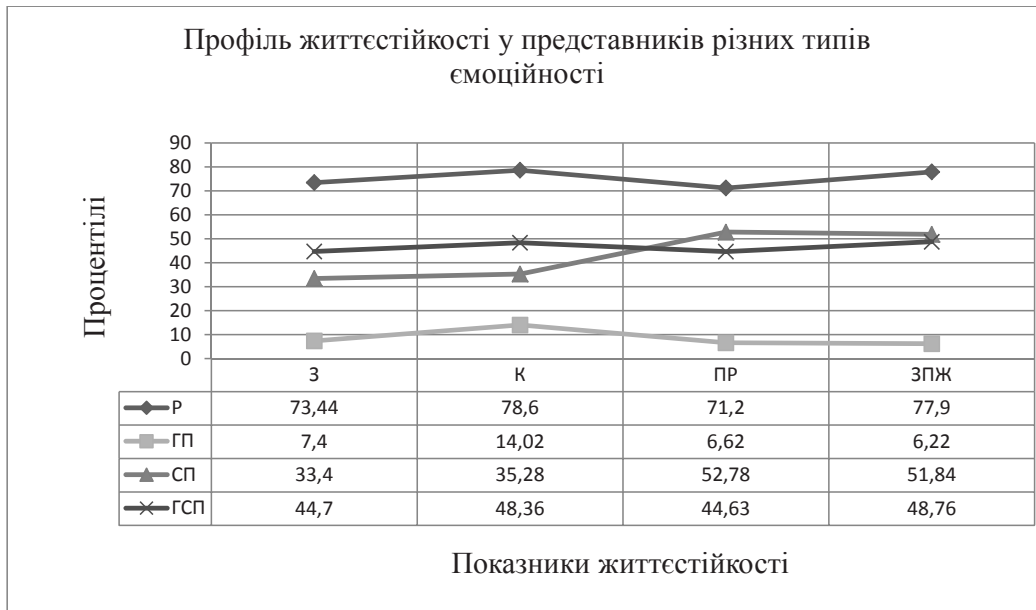


Рис. 1. Профілі життестійкості в осіб з різними типами емоційності

Примітка: 1) «радість» (Р); «гнів», «печаль» (ГП); «страх, печаль» (СП), «гнів», «страх», «печаль» (ГСП); 2) залученість (З), контроль (К), прийняття ризику (ПР), загальний показник життестійкості (ЗПЖ)

що вони перебувають на різних площинах. Показники життестійкості групи «радість» (Р) лежать у площині вище середньої лінії ряду, однойменні показники групи «страх», «печаль» (СП) лежать у площині нижче середньої лінії ряду. Середню лінію ряду займають показник прийняття ризику (ПР) та загальний показник життестійкості (ЗПЖ).

Між профілями життестійкості представників типу «радість» (Р) і представників типу «гнів», «страх», «печаль» (ГСП) виражені значущі відмінності за такими показниками, як залученість (З), контроль (К), прийняття ризику (ПР) та загальним показником життестійкості (ЗПЖ). До того ж різниця між показниками полягає і у тому, що вони перебувають на різних площинах. У представників типу «радість» (Р) показники лежать у площині вище середньої лінії ряду, у представників типу «гнів», «страх», «печаль» (ГСП) – близько середньої лінії ряду.

Між профілями життестійкості представників типу «гнів», «печаль» (ГП) і «страх», «печаль» (СП), виражені значущі відмінності за такими показниками, як залученість (З), контроль (К), прийняття ризику (ПР), загальний показник життестійкості (ЗПЖ). Всі показники типу «гнів», «печаль» (ГП) лежать у площині нижче середньої лінії ряду, а у представників типу «страх», «печаль» (СП) показники залученість (З), контроль (К) – нижче середньої лінії ряду, водночас показники прийняття ризику (ПР), загальний показник життестійкості (ЗПЖ) – близько середньої лінії ряду.

Між профілями життестійкості представників типу «гнів», «печаль» (ГП) і «гнів», «страх», «печаль» (ГСП) виражені значущі відмінності за всіма показниками життестійкості. Всі показники життестійкості у представників першої групи перебувають у площині нижче середньої лінії ряду, а у представників типу «гнів», «страх», «печаль» (ГСП) – близько середньої лінії ряду.

Між профілями життестійкості представників типу «страх», «печаль» (СП) і «гнів», «страх», «печаль» (ГСП) значущі відмінності виражені за таким показниками, як залученість (З) та контроль (К). Ці показники вищі в першій досліджуваній групі.

Для більш детального вивчення особливостей життестійкості у представників різних типів емоційності показники життестійкості були ранжовані за ступенем їх вираженості (від більших показників до менших) у кожному профілі життестійкості. Результати аналізу представлені в табл. 2.

Аналіз таблиці, а також зіставлення отриманих даних з даними літературних джерел (Мадді, 2004; Леонтьев, Рассказова, 2006; Varanauskienė, Serdiuk, Chykhantsova, 2016 Чиханцова, 2018) дали змогу нам описати специфіку життестійкості осіб, що розрізняються емоційністю.

Специфіка життестійкості у осіб з типом «радість» (Р). Представники такого типу вважають, що саме вони вибирають власну діяльність, свій шлях (К). Властива внутрішня несуперечність, гармонійність. Зазна



чені риси поєднуються з почуттям відкритості, впевненості в собі, «єднання з усім світом». Такий тип відрізняється високою адаптивністю, пристосованістю до життя. Суттєво те, що ці риси наче органічно йому притаманні і не є плодом спеціальних зусиль із самоорганізації поведінки. Люблять і вміють заводити знайомства в компанії навіть незнайомій, відчувають себе вільно і на своєму місці (ЗПЖ). Вони добре орієнтуються в навколишньому світі і їм властиве досягнення успіху в нових починаннях, про це свідчить висока емоційна стабільність, емоційна стійкість, упевненість у собі, про невдачі швидко забувають, не роблять належних висновків із пережитих невдач, отримують задоволення від власної діяльності (З). Негативні відчуття та емоції представників такого типу не турбують. Вони прямолінійно діють у напрямі ясних цілей, не помічаючи труднощів. Такі властивості, як сміливість, рішучість, потяг до ризикуючих відчуттів, активність, бадьорість, емоційна виразність, контактність, що поєднуються з прагненням домінувати, з тенденцією до незалежності суджень самостійності, часто сприяють висуненню в лідери. Для них є цікавою та діяльністю, яка пов'язана із суперництвом, змаганням або ризиком (ПР).

Специфіка життєстійкості у осіб з типом «гнів», «печаль» (ГП). Особи цього типу відрізняються внутрішньою тривожністю, агресивною формою поведінки. Агресивність спрямована не стільки на вирішення проблем, скільки на пошук і усунення причин, що їх викликали. Шукаються винуватці невдач і вихід знаходиться в обвинуваченні обставин, суспільства, держави. Прагнуть переконати оточуючих у несправедливості й ворожості світу, який так багато вимагає від нього (ЗПЖ). Не вибирають діяльність, яка потребує конкуренції та суперництва (ПР). Вони почуваються знехтуваними, «поза» життям. Їм властива ознака невдоволення собою, своїми успіхами. Досягнення, які оцінюються як неуспіх, найчастіше відображають лише «суб'єктивний неуспіх», що пов'язано з їх підвищеною потребою в досягненнях. Звідси занижена неадекватність самооцінки об'єктивними результатами діяльності (З). Представники цього типу не здатні контролювати власну діяльність, свій шлях. Зовні це проявляється як поганий емоційний контроль. Тривожність поєднується з активним прагненням до незалежності, в основі якого лежать високі домагання і потреба домінувати. Глибока внутрішня напруженість, імпульсивність, низька емоційна стійкість заважають тверезо оцінювати дійсність, збільшуючи тим самим фрустрацію і занепокоєння.

Для такого типу характерна недовірливість і підозрілість у стосунках з оточуючими людьми. У відношенні з іншими немає внутрішньої свободи. Завжди прагнуть керувати, нав'язувати свою думку. Якщо домінувати не вдається, виявляється зневага, ворожість, агресія. Прагнення до спілкування гальмується через високу критичність до інших людей, не сприяє накопиченню позитивного досвіду спілкування (К).

Специфіка життєстійкості у осіб з типом «страх», «печаль» (СП). Представники цього типу мають деякі прояви на рівні тенденцій і не демонструють свої властивості. Так, вони не зовсім люблять змін, не зовсім впевнені у власній діяльності (З). Не зовсім здатні стійко справлятися зі стресами і сприймати їх як менш значущі. Час від часу живуть у постійному неспокої про своє майбутнє. Прагнуть відокремитися, піти в себе, приховати свої думки і почуття. Навколишній світ часто видається загрозливим, що сприяє внутрішній напруженості. Прагнення до усамітнення і скритності, з одного боку, і бажання знайти у інших підтримку своїм думкам і почуттям, поведінки – з іншого, вказують на суперечливість натури. Для представників такого типу характерна тривожність і пасивність. Важливо, що підвищена тривожність пов'язана з невдачами в сфері спілкування.

Схильні до страху і, відповідно, відчувають потребу в схваленні своєї поведінки. Постійне почуття невпевненості в собі, загальне занепокоєння поєднуються з боязкістю в усіх тих випадках, коли доводиться спілкуватися, особливо з малознайомими людьми, у спілкуванні виявляють поступливість і підпорядкованість. Це, проте, не заважає досить проникливого й обачливого, здатного до рефлексії, розумінню і точному оцінюванню себе і своїх вчинків. Ці якості істотно допомагають вирішувати життєві проблеми (К). Такі особи слухняні, пригнічені, тяжіють поганими передчуттями, не вміють відстоювати свою точку зору, покійно йдуть за більш сильними, самі поступаються дорогою іншим, не вірять у себе і свої сили, недооцінюють свої можливості, принижують свою компетентність, знання і здібності, постійно очікують можливих невдач (ПР).

Специфіка життєстійкості у осіб з типом «гнів», «страх», «печаль» (ГСП). Для представників такого типу, як і для представників групи «СП», характерні лише тенденції з неясковими проявами показників ПР, З, К, ЗПЖ.

Висновки. Таким чином, провівши аналіз описаних емпіричних даних, можна зробити такі висновки.

1. Аналіз кожного профілю окремо дає змогу виявити домінуючі чинники, які характеризують специфіку життєстійкості у осіб з різними типами емоційності. 2. Порівняльний аналіз профілів життєстійкості у представників різних типів емоційності показав, що є як загальні тенденції, так і відмінності між ними. Це можна пояснити психологічною сутністю домінуючих у такій групі досліджуваних емоцій, характерних для представників того чи іншого типу емоційності.

Таким чином, загалом можна стверджувати, що кожному типу емоційності відповідають певні особливості життєстійкості. Наявність таких співвідношень дала змогу вивчити особливості життєстійкості у представників різних типів емоційності. Виявлені в нашому дослідженні особливості життєстійкості у осіб з різними типами емоційності повністю узгоджуються з психологічними характеристиками представників різних типів емоційності, отриманими у відомих дослідженнях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Земскова А.А., Кравцова Н.А. Жизнестойкость как интегральная характеристика личности у курсантов МЧС России. *Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях*. 2019. № 3. С. 94–105. URL: <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2019-0-3-94-105/> (дата звернення: 11.06.2020).
2. Изард К.Э. Психология эмоций. Санкт-Петербург : Питер, 1999. 464 с.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 752 с.
4. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Москва : Смысл, 2006. 63 с.
5. Ларіна Т.О. Життєстійкість як життєве завдання особистості. *Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика*. / За ред. Н.В. Чепелевої. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. Том 2, вип. 5. С. 131–138.
6. Логинова М.В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов : дис. на соиск. учен. степ. кандидата психол. наук : спец. 19.00.01. Москва, 2010. 238 с.
7. Никитина Е.В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования. *Academy. Психологически науки*. 2017. С. 100–103.
8. Овчарова Р.В. Методология исследования жизнестойкости личности. *Вестник Курганского государственного университета*. 2019. № 2 (53). С. 59–65.
9. Санникова О.П. Феноменология личности: Избранные психологические труды. Одесса : СМІЛ, 2003. 256 с.
10. Сердюк Л.З., Купрєєва О.І. Особистісний ресурс життєстійкості студентів із соматичними захворюваннями. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. Том IX. Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. Вип. 7. С. 311–317.
11. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ : Марич, 2009. 76 с.
12. Фомина Н.Ф., Федосеева Т.Е. Исследование показателей жизнестойкости в аспекте личности профессионала. *Современные проблемы науки и образования*. 2016. № 6. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25947> (дата звернення: 15.06.2020).
13. Чиханцова О. Життєстійкість та її зв'язок із цінностями особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2018, Том 42. С. 211–231. DOI 10.32626/2227-6246.2018-42.211-231. URL: <http://journals.urau.ua/index.php/2227-6246/article/view/156471/> (дата звернення: 10.06.2020).
14. Чухрова М.Г., Митрофанова О.Е., Филь Т.А., Пронин С.В., Александрова А.А. Анализ жизнестойкости в контексте агрессивности личности. *Мир науки, культуры, образования*. № 5 (72), 2018. С. 359–362. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-zhiznestroykosti-v-kontekste-agressivnosti-lichnosti/> (дата звернення: 12.06.2020).
15. Barauskienė I., Serdiuk L., & Chykhantsova O. Psychological characteristics of school-leavers' hardiness at their professional self determination. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2016. No. 2 (7). Pp. 64–73.
16. Kobasa S.C. Stressful Life Events, Personality and Health: an Inquiry into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. No. 37 (1). Pp. 1–11. DOI: 10.1037 // 0022-3514.37.1.1 (дата звернення: 14.06.2020).
17. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. Vol. 44, Issue 3, 2004. Pp. 279–298. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0022167804266101/> (дата звернення: 13.06.2020).
18. Maksimenko S., & Serdiuk L. Psychological potential of personal self-realization. *Social welfare: interdisciplinary approach*, 2016. No. 1 (6). Pp. 92–100.

REFERENCES:

1. Zemskova, A.A., Kravtsova, N.A. (2019). Zhiznestroykost', kak integral'naja harakteristika lichnosti u kursantov MChS Rossii. [Hardiness as an integral characteristic of personality among cadets of Emercom of Russia]. *Mediko-biologicheskie i social'no-psihologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychajnyh situacijah – Medico-Biological and Socio-Psychological Problems of Safety in Emergency Situations*. (3): 94–105. Retrieved from: <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2019-0-3-94-105/> [in Russian].
2. Izard, K.Je. (1999). Psihologija jemocij [Psychology of emotions]. Sankt-Petrburg: Piter, 464 [in Russian].
3. Il'in, E.P. (2001). Jemocii i chuvstva [Emotions and feelings]. Sankt-Petrburg: Piter, 752 [in Russian].
4. Leont'ev, D.A., Rasskazova E.I. (2006). Test zhiznestroykosti [Hardiness Test]. Moskva: Smysl, 63 [in Russian].
5. Larina, T.O. (2007). Zhyttiistiikist yak zhyttieve zavdannya osobystosti [Hardiness as a vital task of the individual].



- Aktualni problemy psikhologii: Psikhologichna hermenevtika – *Actual problems of psychology: Psychological hermeneutics*. Za red. N.V. Chepelevoi. Kyiv: DP “Informatsiino-analitychne ahentstvo”. Tom 2, 5, 131–138 [in Ukrainian].
6. Loginova, M.V. (2010). Psihologicheskoe sodержanie zhiznestojkosti lichnosti studentov [Psychological content of the hardiness of students' personality]. *Candidate's thesis*. Moskva [in Russian].
 7. Nikitina E.V. (2017). Fenomen zhiznestojkosti: koncepcija, sovremennye vzgljady i issledovaniya [The Hardiness phenomenon: concept, contemporary view and research]. *Academy. Psihologicheski nauki*. 100–103 [in Russian].
 8. Ovcharova, R.V. (2019). Metodologija issledovaniya zhiznestojkosti lichnosti [Research methodology of personality hardiness]. *Vestnik Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta – Bulletin of the Kurgan State University*, 2 (53), 59–65 [in Russian].
 9. Sannykova, O.P. (2003). Fenomenologija lichnosti: Izbrannye psihologicheskie trudy [Phenomenology of personality: Selected psychological works]. Odessa: SMYL, 256 [in Russian].
 10. Serdiuk, L.Z., Kuprieieva, O.I. (2015). Osobystisnyi resurs zhyttiistiikosti studentiv iz somatychnymy zakhvoriuvanniamy [Personal resource of hardiness of students with somatic diseases]. *Aktualni problemy psikhologii: zbirnyk naukovykh prats Instytutu psikhologii imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrainy – Actual problems of psychology: a collection of scientific works of the G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*. Kyiv; Nizhyn: PP Lysenko, Tom 9. Zahalna psikhologhiia. Istorychna psikhologhiia. Etnichna psikhologhiia. No. 7. 311–317 [in Ukrainian].
 11. Tytarenko, T.M., Larina, T.O. (2009). Zhyttiistiikist osobystosti: sotsialna neobkhidnist ta bezpeka [Hardiness of the individual: social necessity and security]. *Instytut sotsialnoi ta politychnoi psikhologii NAPN Ukrainy*. Kyiv: Marych, 76 [in Ukrainian].
 12. Fomina, N.F., Fedoseeva, T.E. (2016). Issledovanie pokazatelej zhiznestojkosti v aspekte lichnosti professionala [Study of indicators of hardiness in the aspect of the personality of a professional]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya – Modern problems of science and education*. 6. Retrieved from: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25947/> [in Russian].
 13. Chykhantsova, O. (2018). Zhyttiistiikist ta yii zviazok iz tsinnostiamy osobystosti [Hardiness and its connection with personal values]. *Problemy suchasnoi psikhologii – Problems of modern psychology*. 2018, 42. 211–231. DOI: 10.32626/2227-6246.2018-42.211-231. Retrieved from: <http://journals.urau.ua/index.php/2227-6246/article/view/156471/> [in Ukrainian].
 14. Chuhrova, M.G., Mitrofanova, O.E., Fil', T.A., Pronin, S.V., Aleksandrova, A.A. (2018). Analiz zhiznestojkosti v kontekste agressivnosti lichnosti [Analysis of hardiness in the context of personality aggressiveness]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya – The world of science, culture, education*. 5 (72), 359–362. Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-zhiznestojkosti-v-kontekste-agressivnosti-lichnosti/> [in Russian].
 15. Baranauskienė, I., Serdiuk, L., & Chykhantsova, O. (2016). Psychological characteristics of school-leavers' hardiness at their professional selfdetermination. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2 (7), 64–73.
 16. Kobasa, S.C. (1979). Stressful Life Events, Personality and Health: an Inquiry into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 37 (1): 1–11. DOI: 10.1037//0022-3514.37.1.1.
 17. Maddi, S. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 279–298. Retrieved from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0022167804266101/>.
 18. Maksimenko, S., & Serdiuk, L. (2016). Psychological potential of personal self-realization. *Social welfare: interdisciplinary approach*, 1 (6), 92–100.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.
The article was received 17 June 2020.

УДК 159.947
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-10>

ВОЛЬОВИЙ ПРОЦЕС: СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ТА ТИПОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

Шамлян Каріна Микитівна,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри філософії та психології
Національний лісотехнічний університет України
karina_lviv@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0001-7335-8757>

Мета дослідження – побудова узагальненої структурно-функціональної моделі вольового процесу та здійснення на її основі типологічного аналізу вольової активності особистості.

Методологія і методи. Дослідження ґрунтується на методології системного та феноменологічного підходів у психології. Застосовано теоретичні методи: структурно-функціональний аналіз, типологічний аналіз, конкретизація, порівняння, узагальнення.

Результати. Конкретизовано поняття «вольовий процес» у системі теоретичних понять психології волі. Запропоновано авторське розуміння поняття вольового процесу, підкреслено «самосуб'єктність» вольового процесу. Порушено дискусійне питання щодо критерію «зовнішній – внутрішній» у характеристиці вольових дій, перешкод і труднощів. Виділено три класи труднощів як необхідні умови вмикання вольової регуляції: 1) труднощі мотиваційного та морально-етичного характеру; 2) організаційно-компетентнісні труднощі; 3) труднощі енергетичного характеру.

Здійснено теоретичний аналіз наявних концепцій волі щодо структури та функцій вольової регуляції (процесу, дії). Побудовано узагальнену структурно-функціональну модель вольового процесу. Вольовий процес постає інтегративним утворенням, що поєднує у різних комбінаціях і з різною питомою вагою інтелектуальні, операційно-виконавчі, емоційні, мотиваційні компоненти з їх розподілом по часовій шкалі.

На основі моделі зроблено типологічний аналіз перебігу вольового процесу за такими критеріями: 1) повнота представленості різних ланок вольового процесу; 2) питома вага застосування вольового зусилля. Виділені типи створюють своєрідний континуум, розташований між двома крайніми лініями-варіантами. Лівий крайній варіант відповідає волі у широкому розумінні цього слова. Крайній правий варіант найбільше навантажений вольовими компонентами, коли задля досягнення мети людина змушена вдаватися до вольових зусиль і під час боротьби мотивів, і на стадії організації дій, і на стадії безпосереднього виконання.

Висновки. Узагальнену структурно-функціональну модель вольового процесу можна розглядати як теоретичну основу для побудови моделі вольової організації особистості, а також дослідження окремих її вольових якостей.

Ключові слова: воля, структурно-функціональна модель, вольова регуляція, вольовий процес, труднощі та перешкоди, типи.

VOLITIONAL PROCESS: STRUCTURAL-FUNCTIONAL AND TYPOLOGICAL ANALYSIS

Shamlian Karina Mykytivna,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Philosophy and Psychology

National Forestry University of Ukraine

karina_lviv@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-7335-8757>

Purpose. The purpose of the study is to build a generalized structural and functional model of the volitional process and to implement on its basis a typological analysis of the volitional activity of the individual.

Methodology and methods. The research is based on the methodology of systemic and phenomenological approaches in psychology. Theoretical methods are applied: structural-functional analysis, typological analysis, concretization, comparison, generalization.

Results. The concept of “volitional process” in the system of theoretical concepts of psychology of the will is specified. The author’s understanding of the concept of volitional process is offered, the “self-subjectivity” of volitional process is emphasized. A debatable question was raised regarding the criterion of “external – internal” in the characterization of volitional actions, obstacles and difficulties. There are three classes of difficulties as necessary conditions for the inclusion of volitional regulation: 1) difficulties of motivational and moral-ethical nature; 2) organizational and competence difficulties; 3) difficulties of an energy nature.

Theoretical analysis of existing concepts of will in relation to the structure and functions of volitional regulation (process, action) is carried out. A generalized structural and functional model of the volitional process is constructed. The volitional process appears as an integrative formation that combines in different combinations and with different specific weight intellectual, operational-executive, emotional, motivational components with their distribution on a time scale.

Based on the model, a typological analysis of the course of the volitional process is made according to the following criteria: 1) the completeness of the representation of different parts of the volitional process; 2) the proportion of volitional effort. Selected types create a kind of continuum located between the two extreme lines-options. The left extreme corresponds to the will in the broadest sense of the word. The extreme right option is most loaded with volitional components, when in order to achieve the goal a person is forced to resort to volitional efforts and during the struggle of motives, and at the stage of organizing actions, and at the stage of direct execution.

Conclusions. The generalized structural-functional model of the volitional process can be considered as a theoretical basis for building a model of the volitional organization of the individual, as well as the study of its individual volitional qualities.

Key words: will, structural-functional model, volitional regulation, volitional process, difficulties and obstacles, types.



Вступ

Воля людини є однією із найважливіших тем філософії та психології, що має виняткове значення для виховання, самодетермінації і самореалізації особистості. Чимало ключових питань психології волі досі залишаються дискусійними, зокрема: сутність і самостійність волі як психічного феномену; її ключові механізми та специфічні ознаки; структура і класифікація вольових якостей; пошук релевантних емпіричних показників (Шамлян, 2016). Враховуючи багатofункціональність феномену психічної активності, позначеного поняттям «воля», не достатньо розробленим на теперішній час є і уявлення про структуру вольового процесу, яке могло б дати пояснення різним варіантам вольової поведінки особистості.

Мета дослідження – побудувати узагальнену структурно-функціональну модель вольового процесу, яка б дала змогу обґрунтувати виділення різних типів вольової активності особистості.

Завдання дослідження: 1) конкретизувати поняття «вольовий процес» у системі теоретичних понять психології волі; 2) здійснити теоретичний аналіз наявних концепцій волі щодо структури та функцій вольової регуляції (процесу, дії); 3) побудувати узагальнену структурно-функціональну модель вольового процесу; 4) на основі цієї моделі виділити типи вольової активності.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Структурно-функціональний аналіз вольового процесу повинен спиратися на чітко визначену єдину систему понять загальної психології. Психічні процеси вважають первинними регуляторами поведінки людини. Вони мають певний початок, перебіг і завершення, тобто мають певні динамічні характеристики, до яких насамперед відносять параметри, що визначають тривалість та стійкість психічного процесу (Маклаков, 2001: 24).

У традиційному поділі психічних процесів на пізнавальні, емоційні та вольові, останні мають певну специфіку. В «раціональній» класифікації основних понять загальної психології, побудованій на основі базового системоутворюючого положення про психіку як відображення дійсності та регуляцію поведінки та діяльності волі (Чупрікова, 2007), надано особливого статусу. Воля виведена із загального ряду психічних процесів (як процесів відображення); у функціональній, ієрархічній системі понять вона посідає місце центру, до якого сходяться усі психічні процеси.

Спробу побудувати систему понять загальної психології ми бачимо також у роботі О. Корнієнка (Корниенко, 2009),

в якій зазначено, що у психології досі зберігаються проблеми з визначенням понять психіки та психічних процесів. Зокрема, поставлене питання: чому до вольових процесів, які належать до категорії психічних процесів, не застосовують поняття «відображення», якщо саме воно є ключовим у визначеннях психіки та психічного процесу.

Особливість вольових процесів відзначив і автор єдиної теорії психічних процесів Л. Веккер (Веккер, 1998). Він казав про єдність сенсорних коренів всіх психічних процесів, яка явно виявляється у співвіднесенні екстероцептивних відчуттів з когнітивними процесами, інтероцептивних – з емоційними, а кінестетично-пропріоцептивних – з регуляційно-вольовими. Однак відсутні достатні передумови для включення регуляційно-вольових процесів у рамки загальної теорії психічних процесів. Вчений вказує на концептуально-мовний бар'єр, який відділяє процеси психічної (зокрема вольової) регуляції від когнітивних та емоційних процесів.

Взагалі у визначенні базових понять, які характеризують вольову сферу, багато неточностей. У літературі (навіть у підручниках із загальної психології!) не так легко знайти визначення вольового процесу, втім, як і психічного процесу. Так, в одному із підручників читаємо, що вольові процеси найяскравіше виявляються у ситуаціях, пов'язаних із прийняттям рішення, подоланням труднощів, управлінням своєю поведінкою (Маклаков, 2001: 24). Ніби зрозуміло, про що йдеться, але чіткого визначення, що таке вольовий процес, які його специфічні ознаки не знаходимо. Чи прийняття рішення, подолання труднощів і є вольовими процесами, чи це ситуації або дії, в яких виявляються вольові процеси? Адже у подоланні труднощів та прийнятті рішення яскраво може виявлятися, наприклад, креативність.

Звернемось до понятійного апарату психології волі. У системі «взаємновідрефлексованих» понять, створеній В. Калініним (Калін, 2011), «вольового процесу» немає. Вихідним поняттям, зміст якого повинен визначатися ключовим положенням теорії волі, вибрана «вольова регуляція», а центральним – «вольове зусилля». Окрім цих понять, вчений також дає визначення поняттям «воління», «вольовий стан», «вольова активність», «воля».

У науковому словнику термінів, складеному Є. Ільїним (Ільїн, 2011), ми також не знаходимо поняття вольового процесу; науковими термінами психології волі виступають «вольова регуляція»; «вольове зусилля», «вольовий імпульс», «вольові яко-

сті», «воля». У тексті є параграфи, присвячені вольовим діям, вольовому управлінню, вольовим станам.

Визначення вольових процесів дає В. Селіванов: «ті види навмисної уваги, сприймання, запам'ятовування, відтворення, мислення та уяви, які потребують мобілізації зусиль для подолання виниклих труднощів у діяльності» (Селіванов, 1992: 9–10). За іншими параметрами (на жаль, не уточнено – якими) до вольових процесів належать саме вольове зусилля, процеси вольового цілепокладання і прийняття рішення, вольової регуляції планування і виконання дії. Вольові дії і вчинки визначено як «вид тих дій та вчинків, у яких яскраво виражена вольова регуляція», а це для особистості важкі акти (Селіванов, 1992: 14).

Чи можна зробити висновок, що у такій інтерпретації вольових процесів і дій, вони, на відміну від когнітивних процесів і будь-яких видів дій та діяльності, позбавляються самостійного змісту і лише відображають спричинену труднощами силу напруження інших психічних процесів або видів активності (діяльності); і тоді кількість переходить у якість: діяльність (незалежно від її предмету) стає вольовою? Отже, з огляду на все, що було перераховано (окрім вольового зусилля), можна зазначити, що воля виступає у ролі «підсилювача» напруги та дієвості.

Із загального ряду зазначених визначень вольових процесів виділимо вольове зусилля, як таке, що, на нашу думку, відповідає ознакам вольового процесу як самостійного психічного процесу. Визначення, надане В. Селівановим, ми будемо вважати базовим для розуміння феноменології волі: вольове зусилля – це психічне напруження, яке свідомо керується особистістю для подолання труднощів, які зустрічаються у поведінці та діяльності; це основний спосіб вольової регуляції (Селіванов, 1992: 9).

С. Рубінштейн (Рубінштейн, 2001) поняття «вольовий процес», «вольова дія», «вольовий акт» застосовує як синоніми. Вольові процеси не протиставляються інтелектуальним та емоційним, оскільки один і той же процес може бути одночасно й інтелектуальним, і емоційним, і вольовим. На думку вченого, вивчаючи вольові процеси, ми вивчаємо вольові компоненти психічних процесів. Водночас вольовий процес ще більш безпосередньо і органічно, ніж процеси емоційний та інтелектуальний, вклучений у дію і нерозривно пов'язаний з нею. Тому вивчення вольового акту переходить у вивчення дії «відносно способу її регулювання».

Оскільки воля нерозривно пов'язана з діяльністю, конкретними діями, у психології склалася традиція розкривати її зміст через структуру вольової дії або вольового акту. Однак ми вважаємо більш доречним застосовувати поняття «вольовий процес», тому що «психічне напруження, яке свідомо керується особистістю для подолання труднощів» (вищенаведене визначення вольового зусилля В. Селіванова), має місце не тільки у діяльності, а й там, де її (у суворому теоретичному значенні) немає – у всіх тих випадках активності (або гальмування активності) людини, яка відбувається поза межами її діяльності, і яку психологи позначають рятівним словом «поведінка». Недарма, якщо прочитати наведене визначення до кінця, то у ньому йдеться про труднощі, які людина зустрічає у діяльності і особливо у поведінці. Слід зазначити, що ані «діяльність», ані «дія», ані «акт», ані «регуляція» («саморегуляція») не мають статусу психічного процесу, принаймні натепер свідчень цьому ми не знайшли у літературі. Водночас феномени, які позначені цими теоретичними конструкціями, не можуть виявляти себе інакше, ніж у формі процесу – процес діяльності, процес регуляції.

Розглянемо наявні уявлення про структуру вольового процесу. С. Рубінштейн (Рубінштейн, 2001) розрізняє простий і складний вольовий акт. Простий має місце, коли спонукання безпосередньо переходить у дію, усвідомлена мета досягається за допомогою звичних дій. У разі складного вольового акту між імпульсом і дією вклинюється складний свідомий процес, який містить чотири стадії або фази: 1) виникнення спонукання і попередня постановка мети; 2) розмірковування і боротьба мотивів; 3) рішення; 4) виконання. Залежно від обставин фази мають різну питому вагу, іноді зосереджуючи у собі весь вольовий акт, а іноді – випадають.

Вольовий акт не може бути завершеним без четвертої фази – виконання рішення. Якщо це складний і тривалий процес, від рішення виокремлюється намір – внутрішня підготовка відстроченої або ускладненої дії. У разі складної вольової діяльності окрім наміру величезну роль також відіграє планування.

В. Селіванов (Селіванов, 1992) виділяє три стадії вольового акту: 1) виникнення й усвідомлення мотиву до дії, «боротьба» мотивів, постановка цілі і рішення; 2) вибір засобів досягнення мети; 3) виконання, реалізація мети і плану на практиці, а також оцінка отриманого результату. Вольове зусилля є необхідним компонентом усіх



трьох стадій вольової дії. На думку вченого, описаний у психологічній літературі вольовий процес придатний тільки для дій, що виконуються за власною ініціативою, і не відображає дій особистості по завданню інших людей. В останньому разі процес постановки мети не вдається «укласти» у традиційну схему: потреба – потяг – хотіння – рішення – мета. Система поставлених завдань ще з дитинства привчає людину до вольової регуляції поведінки.

Як і С. Рубінштейн, В. Селіванов не вважає конфліктний вибір головною ознакою вольової дії, хоча визнає його однією з найхарактерніших ознак. До вольових він відносить не тільки вчинки, в яких спостерігається боротьба мотивів, а й ті, що здійснюються без неї – величезну кількість як буденних, так і особливо відповідальних вчинків. Вищим проявом волі є героїчні подвиги, які здійснюються без боротьби мотивів та цілей, але під впливом тільки єдиного спонукання – патріотичного обов'язку.

Окрім боротьби мотивів, у вольовому акті може бути «боротьба» навколо способів здійснення мети. Планування при цьому виступає не тільки мисленнєвим, а й вольовим процесом. Доведення вчинку до успішного завершення залежить від подолання труднощів виконання. Головною характеристикою волі В. Селіванов вважає уміння долати труднощі та перешкоди, які стоять на шляху досягнення мети.

Х. Хекзаузен (Хекзаузен, 2003) запропонував модель дії «Рубікон», у якій виділено чотири фази: 1) підготовча мотиваційна; 2) преакційна; 3) фаза реалізації інтенції; 4) постаційна. Перша і остання – мотиваційні фази, проміжні – належать до вольових. Теоретичне ядро моделі становить положення про найсуттєвіші відмінності між мотиваційними та вольовими процесами. Особливістю моделі є те, що фази мають чіткі межі – розділові лінії. Між підготовчою і преакційною фазами пролягає перша така лінія «рубікон» – формування інтенції. Наступні розділові лінії між фазами відповідають початку (ініціюванню) і завершенню дії (деактивації інтенції).

У порівнянні з попередніми моделями у «Рубіконі» знівельований емоційно-особистісний бік вольової поведінки. Замість вольової людини, яка бореться за досягнення омріяної мети, вона перетворюється на суб'єкт, що нагадує автомат, який безперервно працює, реалізуючи програму тої чи іншої діяльності. Замість «боротьби» мотивів – «корок» з нереалізованих цільових інтенцій, кожна з яких чекає зручного моменту для реалізації. Замість певної

(зазвичай однієї) діяльності, яка знаходиться у центрі уваги діяльнісних (та суб'єктно-діяльнісних) концепцій, – ширший, більш раціональний погляд на активність суб'єкта, що передбачає велику кількість альтернативних діяльностей без «пристрасної» прив'язки до якоїсь однієї з них.

Варто зазначити, що вчений згадує про категорію дій, яка ініціюється інтенціями вищого порядку – ціннісними установками, такими як доброта, чуйність. Ці інтенції постійно діючі, вони проходять підготовчу мотиваційну фазу тільки один раз – на самому початку їх формування, і реалізуються за будь-якої сприятливої можливості.

Уявлення про волю як складну функціональну систему саморегуляції лежить в основі концепції Ю. Куля (Kuhl, 1983; 1994), однак воля у цій концепції виступає під іншою назвою – «контроль за дією» – поняттям, значно ширшим за своїм тлумаченням. Як і Х. Хекзаузен, Ю. Куль належить до тих західних психологів, які чітко розрізняють мотиваційні та вольові аспекти у процесі досягнення мети. Вибір однієї з можливих альтернатив у рамках мотиваційного процесу ще не означає її реалізації; для реалізації часто потрібний додатковий вольовий процес контролю за дією.

Контроль над дією являє собою систему психічних функцій (або субсистем), гнучка взаємодія яких відбувається «на основі єдиного принципу управління», який називається «Намір» або «Мета». Таких субсистем Ю. Куль виділяє сім: 1) мотиваційний контроль; 2) контроль уваги; 3) перцептивний контроль; 4) емоційний контроль; 5) контроль активізації зусиль; 6) контроль кодування та оперативна пам'ять; 7) поведінковий контроль. Ці стратегії контролю можуть здійснюватися як на свідомому, так і на несвідомому рівнях. Вони вмикаються тоді, коли діяльність з реалізації інтенції опиняється під загрозою через слабкість мотиваційної тенденції та/або виникнення внутрішніх чи зовнішніх перешкод.

2. Методологія та методи

Дослідження ґрунтується на методології системного та феноменологічного підходів у психології. Застосовано теоретичні методи дослідження: структурно-функціональний аналіз, типологічний аналіз, конкретизація, порівняння, узагальнення.

3. Результати та дискусії

У нашому дослідженні ми будемо застосовувати поняття «вольовий процес», відштовхуючись від загальнонаукового значення слова «процес» як родового поняття: 1) послідовна зміна станів або явищ, яка відбувається закономірним порядком; процес розвитку чого-небудь; 2) сукупність

послідовних дій, засобів, спрямованих на досягнення певного наслідку.

Ми вважаємо, що поняття вольового процесу не тотожно поняттю вольової дії (діяльності), оскільки вольовий процес стосується не тільки досягнення поставленої мети-результату предметної діяльності, а й численних випадків у житті кожної людини, що потребують від неї чималих вольових зусиль, терпіння, витримки, незгаданого бажання їх подолати: складності у міжособистісних стосунках, необхідність контролювати свою агресію, несподівані і скрутні повороти долі, втрати (у тому числі і близьких людей), догляд за важкохворими, необхідність підпорядковувати свої інтереси інтересам інших людей, суспільству тощо.

У нашому розумінні, поняття «вольовий процес» має охоплювати усі ті випадки, коли має місце психічне напруження, яке свідомо контролюється особистістю і скеровується на подолання різного роду труднощів та перешкод задля того, щоб дотримуватися свідомо вибраної лінії поведінки. Досягнення поставленої важкодоступної мети діяльності – це окремий, однак найбільш поширений приклад вольової психічної активності.

За такого погляду, проблема волі переміщається із площини досягнень, у площину подолання людиною самої себе – те, що В. Калін (Калін, 2011) називав самосуб'єктивними відносинами, коли активність суб'єкта спрямовується на самого себе. Ми вважаємо, що вольовий процес – це завжди самосуб'єктивний процес. Самосуб'єктивність відрізняє вольовий процес від довільного; самосуб'єктивність, яка зумовлена труднощами. Без наявності труднощів про волю не йдеться.

Труднощі можуть бути різноплановими і різнорівневими, вони можуть стосуватися як поточної ситуації, так і стратегічних цілей. Залежно від того, як буде визначатися складність («об'ємність») вольового процесу, визначається і його тривалість у часі. Об'ємність вольового процесу ми бачимо у тому, що він постає інтегративним утворенням, що поєднує у різних комбінаціях і з різною питомою вагою інтелектуальні, операційно-виконавчі, емоційні, мотиваційні компоненти з їх розподілом по часовій шкалі. Необхідною ж умовою вольового процесу повинна бути наявність труднощів, які людина відчуває і усвідомлює, та реальних спроб їх подолати за допомогою вольового зусилля.

Наші уявлення про структурно-функціональну будову вольового процесу представлено на рис. 1. У запропонованій узагаль-

неній структурно-функціональній моделі ми намагались врахувати наведені вище уявлення різних авторів стосовно психологічної структури вольового процесу, показати усі можливі його ланки та їхні комбінації.

Насамперед слід внести уточнення стосовно початкової ланки вольового процесу. Питання про те, з чого починається вольовий процес, є доволі дискусійним. У розширених трактовці вольового акту С. Рубінштейна (Рубінштейн, 2001) детально розглядається мотиваційна фаза – зародження спонукання до дії, його трансформація через стремління та бажання у хотіння.

Однак далеко не завжди початковою ланкою вольового процесу виступає саме хотіння, формуванням якого природно завершується трансформація власних бажань особистості. Часто-густо воля має місце там, де бажання особистості підпорядковуються зовнішнім вимогам, дисципліні, обов'язку. У таких випадках воля взагалі виступає антиподом різноманітних «хотінь» особистості, їхнім приборкувачем, здатністю підпорядковувати свої бажання моральному закону та вищим суспільним інтересам.

І зовсім не йдеться про власні хотіння особистості, коли досліджують волю в експериментальних умовах! Будь то лабораторні експерименти із застосуванням, наприклад, динамометру або природні експерименти, які використовували у школі В. Селіванова.

Отже, початкову ланку вольового процесу ми визначимо як установку на досягнення мети. Формування цієї установки водночас є завершальною ланкою попереднього мотиваційного процесу. Причинами формування цієї установки стали такі, як внутрішні бажання особистості, зовнішні вимоги або інструкція експериментатора, однак це вже окреме питання.

У разі вольового процесу установка на досягнення мети повинна відповідати двом умовам. По-перше, попри чинники формування мети, вона загалом внутрішньо «прийнята» особистістю. По-друге, мету суб'єкт сприймає як таку, яку у *принципі можна досягнути*.

Зупинимось ще на одній осі аналізу вольового процесу: «зовнішнє – внутрішнє». У психології волі прийнято казати про зовнішні та внутрішні перешкоди. У теорії діяльності виділяють зовнішню і внутрішню діяльність (дію) з відомими механізмами переходу однієї в одну – екстеріоризацією / інтеріоризацією. З огляду на це природним буде наше бажання розподілити вольові дії на зовнішні і внутрішні та реду-

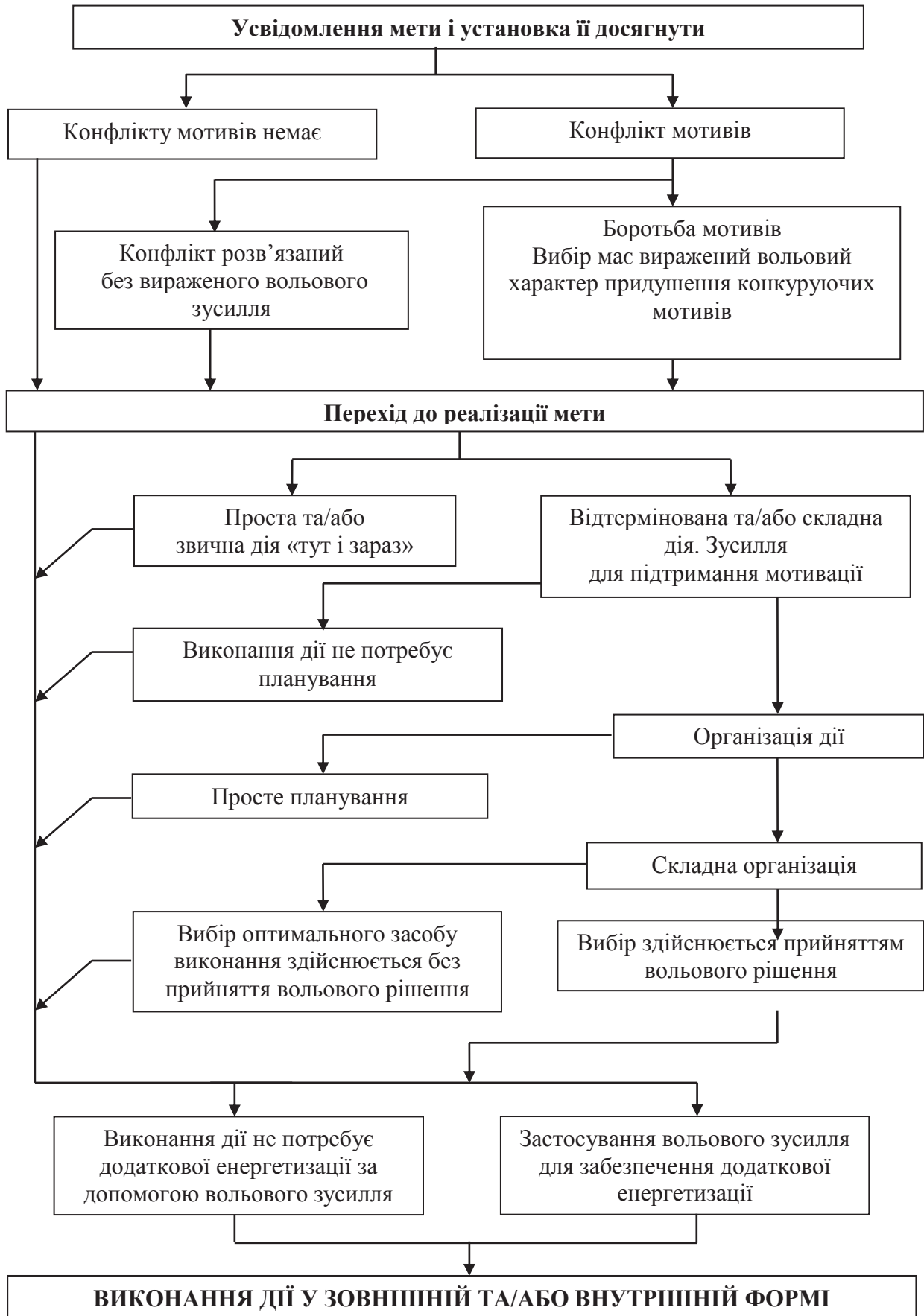


Рис. 1. Узагальнена структурно-функціональна модель вольового процесу

кувати принцип дії волі до наступної схеми: зовнішні перешкоди долаються зовнішніми вольовими діями, а внутрішні перешкоди – внутрішніми вольовими діями.

Коли говорять про «подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод», складається враження, що це словосполучення застосовується автоматично, без пояснення, що треба вважати зовнішньою, а що внутрішньою перешкодою? Наведемо декілька прикладів.

У ситуації, коли студенту виконувати навчальне завдання заважають друзі різними розмовами, зовнішні перешкоди виступають дуже явно. До зовнішніх перешкод можна віднести й інші незручності ситуації – холод, раптове виключення світла, дефіцит часу тощо. А інтелектуальна складність навчального завдання – це зовнішня чи внутрішня перешкода? Стрибки з парашуту: внутрішня перешкода – страх (зазвичай, тваринний). А зовнішня? Висота, невідомість? Натискання на динамометр у лабораторному дослідженні вольового зусилля: внутрішня перешкода – втома, нестача сил. А зовнішня? Динамометр, інструкція або ситуація експерименту? Ситуація морального вибору: внутрішня перешкода – протилежні бажання, і пов'язані з цим переживання, зовнішня – спокуса, спричинена самим фактом існування вибору. Прийняття рішення, не пов'язане з моральним вибором: внутрішньою перешкодою тут постають сумніви щодо правильності рішення, боротьба думок, невпевненість, страх взяття відповідальності за рішення; зовнішньою можна вважати мірі також спокусу, спричинену самим фактом існування вибору рішення. У теорії прийняття рішення такі умови називають умовами невизначеності.

У психології волі зазвичай не акцентують на розподілі на зовнішні та внутрішні вольові дії. З переходом від діяльній до регуляційної парадигми це питання, на наш погляд, взагалі знялося, бо центр розгляду перемістився на функції вольової регуляції, а вони за своєю суттю – «внутрішні», «психічні». Однак відголосок розподілу «внутрішнє – зовнішнє» («суб'єктивне – об'єктивне, реальне») ми бачимо в деяких схемах вольового акту, де він завершується або зовнішнім виконанням вольової дії або внутрішньою вольовою дією.

Найдоступнішою для спостереження формою виконання вольової дії є форма зовнішньої рухової активності. Яскраво вона виявляється у спорті: спортсмен робить рекордний стрибок, застосовуючи вольові зусилля. Однак ми розуміємо, що розподіл на зовнішнє і внутрішнє тут є досить умовним:

перш ніж зробити такий стрибок, спортсменом була проведена велика внутрішня робота.

Специфічною особливістю вольової дії є те, що її виконання зовні може виявлятися у формі бездіяльності, коли її виконання – це активне «невиконання» чогось. Так буває, коли силою волі людина стримує емоції, імпульси до дій та рухів, які вважає непотрібними у цей момент, забороняє розгортатися у внутрішньому плані свідомості певних думок. Питання, яке потребує окремого розгляду, – як співвідноситься поняття «внутрішня вольова дія» з «розумовою дією».

Отже, вольовий процес може обмежуватися простою вольовою дією «тут і тепер», а може розгорнутися у складну діяльність, у якій між поставленою метою і здійсненням відповідної дії створена ціла система проміжних ланок. Причиною є різноманітні труднощі та перешкоди, які людина змушена долати на шляху до мети, застосовуючи різні свої здатності. Ми виділяємо три класи труднощів та перешкод, як три класи причин застосовувати вольову регуляцію.

1. Труднощі мотиваційного характеру, пов'язані із конфліктом бажань; труднощі морально-етичного характеру, пов'язані із конфліктом бажань та почуттям обов'язку.

2. Труднощі, пов'язані із плануванням та організацією складного вольового процесу. Джерелом цих труднощів є брак інформації про умови та наслідки виконання дії (умови невизначеності), брак компетентності (знань, умінь, навичок, які відповідають виду діяльності). Умовно їх можна назвати когнітивними, або організаційно-компетентнісними.

3. Труднощі енергетичного характеру, пов'язані із нестачею фізичних сил, вітальної енергії для виконання необхідних дій.

На основі запропонованої схеми можна скласти свого роду типологію перебігу вольового процесу, критерії якої: 1) повнота представленості різних ланок вольового процесу; 2) питома вага застосування вольового зусилля.

Тип 1. Найпростіший випадок, який лише умовно можна назвати вольовим процесом, коли установка на досягнення безпосередньо переходить у дію. Виконання дії не викликає жодних труднощів. Це можуть бути звичні дії, а також афективні дії, які керуються метою, яку більш-менш усвідомлює людина.

Тип 2 відрізняється від першого тим, що виконання простої та/або звичної дії може викликати труднощі фізичного характеру, коли людині лише потрібно додати «трохи газу», підсилити, прискорити дію. Наприклад, прискорити рух, поспішаючи кудись, додати сили, щоб подолати втому під час



виконання завдання. Сюди ж можна віднести і завдання в експериментах з дослідження вольового зусилля.

Тип 3. Конфлікту мотивів немає, однак виконання дії ускладнюється або відтермінується у часі через різні причини (наприклад, нестачу у цей момент певних засобів). У будь-якому разі відбувається певна затримка, і між метою та її реалізацією вклинюється процес обдумування координації, регуляції дій. Для такого варіанту характерним є проміжна мотиваційна ланка – намір задля утримання мотивації упродовж певного часу. Причому саме виконання дії не потребує вольового зусилля.

Тип 4 відрізняється від попереднього застосуванням вольового зусилля саме на стадії кінцевого виконання. Це, наприклад, щоденні заняття фізкультурою, які керуються загальним наміром – кожного дня виконувати потрібні вправи задля кінцевої мети – стати здоровим.

Для складніших форм вольового процесу потрібна спеціальна робота із планування та організації своїх дій як окремої ланки на шляху до мети. Планування може бути простим без напруження (і навіть із задоволенням, наприклад, у осіб з педантичною акцентуацією). Воно переходить у виконання дій без або із застосуванням вольового зусилля (відповідно типи 5 і 6).

Планування може бути складним, пов'язаним із пошуком найкращого засобу досягнення мети, що спричиняє чергове затримання у виконанні дій. Залежно від обставин пошук, обдумування, оцінка варіантів можуть супроводжуватися або не супроводжуватися вольовим напруженням.

Типи 7 і 8: Установка на досягнення мети → формування наміру → планування дій на основі пошуку та оцінки найкращого варіанту → вибір найкращого варіанту (без вольового рішення) → виконання дії без застосування вольового зусилля (тип 7) або із застосуванням вольового зусилля (тип 8).

Типи 9 і 10 відрізняються від двох попередніх тим, що вибір оптимального засобу виконання дії відбувається на основі вольового рішення. Бувають такі випадки, коли виконати дію простіше, ніж визначитися з тим, що саме виконувати.

Досі ми розглядали структуру вольового процесу, в якому не було проблем мотиваційного характеру на початковій стадії. Якщо у структурі вольового процесу наяв-

ний конфлікт та боротьба мотивів, то кількість типів збільшується утричі. До кожного з описаних десяти типів додається ще по дві «модифікації», в яких присутні або 1) конфлікт мотивів, який безболісно розв'язується, однак потребує часу і застосування різних здатностей людини, щоб здійснити внутрішню роботу (позначимо відповідний тип індексом К), або 2) боротьба мотивів, яку вольове рішення «розрубає» як Гордієвий вузол (індекс Б). Не будемо перераховувати усі типи, наведемо декілька з них.

Тип 1Б – людина переживає внутрішню боротьбу мотивів (наприклад, ситуація морального вибору), однак безпосереднє виконання дії не пов'язане із труднощами.

Тип 10 Б. Найскладніший тип, який ставить найвищі вимоги до всього комплексу вольових якостей. Установка на досягнення мети наштовхується на сильний внутрішній опір, боротьбу можна припинити лише вольовим рішенням, однак конкуруючі мотиви залишаються джерелом внутрішнього напруження. Реалізація поставленої мети передбачає виконання складної та відтермінованої у часі діяльності. Планування та організація складні, потребують рішучості, подолання сумнівів, додавання впевненості прийнятому рішення. Саме виконання дій також супроводжується застосуванням вольових зусиль, оскільки ставить підвищені вимоги до терплячості, витривалості, сміливості тощо.

Висновки. Побудована модель дає змогу виділити різні варіанти перебігу вольового процесу, свого роду їх континуум, розташований між двома крайніми лініями-варіантами. Лівий крайній варіант відповідає випадку, коли усвідомлене бажання людини, не зустрічаючи жодних перешкод, безпосередньо і природно переходить у дію. Про волю тут йдеться лише у широкому розумінні цього слова. Крайня права лінія найбільше навантажена вольовими компонентами, це воля у вузькому розумінні цього слова, коли задля досягнення мети людина змушена вдаватися до вольових зусиль і під час боротьби мотивів, і на стадії планування і вибору способу дій, і на стадії виконання. Узагальнену структурно-функціональну модель вольового процесу можна розглядати як теоретичну основу для побудови моделі вольової організації особистості, а також дослідження окремих її вольових якостей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Веккер Л.М. Психика и реальность. Единая теория психических процессов. Москва : Смысл, 1998. 685 с.
2. Ильин Е.П. Психология воли. Санкт-Петербург : Питер, 2011. 368 с.
3. Калинин В.К. На путях построения теории воли. *Психология воли: сборник научных трудов*. Симферополь, 2011. С. 46–66.

4. Корниенко А.Ф. Психика и психические процессы: единая система психологических понятий общей психологии. *Российский научный журнал*. 2009. № 4 (11). С. 78–89.
5. Маклаков А.Г. Общая психология. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 592 с.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 720 с.
7. Селиванов В.И. Избранные психологические произведения: воля, ее развитие и воспитание. Рязань : Изд. Рязанского гос. пед. института, 1992. 572 с.
8. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Санкт-Петербург : Питер ; Москва : Смысл, 2003. 860 с.
9. Чуприкова Н.И. Система понятий общей психологии и функциональная система психической регуляции поведения и деятельности. *Вопросы психологии*. 2007, С. 3–15.
10. Шамлян К.М. Вольова організація особистості: досвід теоретичного та емпіричного дослідження : монографія. Львів : РВВ НЛТУ України, 2016. 104 с.
11. Kuhl J. Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle. Berlin : Springer, 1983.
12. Kuhl J., Beckmann J. (Eds.). Volition and Personality : Action versus state orientation. Gottingen : Hogrefe, 1994.

REFERENCES:

1. Vekker L.M. (1998). Psihika i real'nost'. Edinaja teorija psihicheskikh processov [The psyche and reality. Unified theory of mental processes] Moscow : Smysl [in Russian].
2. П'ин Е.Р. (2011). Psihologija voli [Psychology of the will]. SPb: Piter [in Russian].
3. Kalin V.K. (2011). Na putjah postroenija teorii voli [On the ways of building a theory of will]. *Psihologija voli: sbornik nauchnyh trudov [Psychology of the will: collection of scientific papers]*. Simferopol', S. 46–66 [in Russian].
4. Kornienko A.F. (2009). Psihika i psihicheskie processy: edinaja sistema psihologicheskikh ponjatij obshhej psihologii. [Psyche and mental processes: a unified system of psychological concepts of general psychology]. *Rossiiskij nauchnyj zhurnal – Russian scientific journal*, 4 (11), 78–89 [in Russian].
5. Maklakov A.G. (2001). Obshhaja psihologija [General psychology]. SPb : Piter [in Russian].
6. Rubinshtejn S.L. (2001). Osnovy obshhej psihologi [Fundamentals of General Psychology]. SPb : Piter [in Russian].
7. Selivanov V.I. (1992). Izbrannye psihologicheskie proizvedenija: volja, ee razvitie i vospitanie [Selected psychological works: will, its development and education]. Rjazan' : Izd. Rjazanskogo gos. ped. institute [in Russian].
8. Hekhauzen H. (2003). Motivacija i dejatel'nost' [Motivation and activity]. SPb. : Piter ; Moscow : Smysl [in Russian].
9. Chuprikova N.I. (2007) Sistema ponjatij obshhej psihologii i funkcional'naja sistema psihicheskoi reguljacii povedenija i dejatel'nosti. [The system of concepts of general psychology and the functional system of mental regulation of behavior and activities]. *Voprosy psihologii – Psychology Issues*, 3, 3–15. [in Russian].
10. Shamlian K.M. (2016) Volova orhanizatsiia osobystosti: dosvid teoretychnoho ta empyrychnoho doslidzhennia [Volitional organization of personality: the experience of theoretical and empirical research]. Lviv : RVV NLTU Ukrainy [in Ukrainian].
13. Kuhl J. (1983) Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle. Berlin : Springer.
14. Kuhl J., Beckmann J. (1994). Volition and Personality: Action versus state orientation. Gottingen : Hogrefe.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020.



СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК [159.922.8:378-057.87](477)

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-11>**МОДЕЛЬ ЗБЕРЕЖЕННЯ
ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УКРАЇНІ¹****Власенко Інна Анатоліївна,**

кандидат психологічних наук,

старший викладач кафедри психології особистості та соціальних практик

Інститут людини Київського університету імені Бориса Грінченка

i.vlasenko@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-2562-3637>**Рева Олена Миколаївна,**

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології особистості та соціальних практик

Інститут людини Київського університету імені Бориса Грінченка

o.reva@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-6712-6666>

Проблема психологічного здоров'я студентської молоді актуальна для українського суспільства в контексті розробки заходів щодо його підтримки та збереження.

Мета – обґрунтування та створення моделі збереження психологічного здоров'я (ПЗ) студентської молоді в Україні. База – п'ять університетів України. Учасники – 498 студентів I–V курсів (81,9% дівчат).

Методи: теоретичні, аналіз наукових джерел, комплекс методик для виявлення показників психологічного здоров'я, методи статистичної обробки даних; використано коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона за допомогою комп'ютерної програми SPSS, версії 22.0, моделювання, інтерпретація.

Результати. У статті подано 4-компонентну структуру психологічного здоров'я студентів. Здійснено кореляційний аналіз, спрямований на визначення внутрішніх зв'язків між показниками усіх компонентів ПЗ: когнітивного, емоційного, поведінкового, ціннісно-мотиваційного. Представлено і обґрунтовано модель збереження психологічного здоров'я студентської молоді. Вона включає блоки, спрямовані на розвиток вказаних компонентів психологічного здоров'я.

До складу когнітивного компонента включено систему знань про психологічне здоров'я в поєднанні із самопізнанням власних особистісних властивостей та самостваленням. Емоційний компонент спрямований на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційними станами, збагачення емоційного і соціального досвіду. Ціннісно-мотиваційний компонент передбачає розширення системи смисложиттєвих орієнтацій, розвиток навичок цілепокладання, роботу над осмисленістю життя, прийняття відповідальності за власні вибори, дії. Поведінковий компонент передбачає оволодіння гнучкістю поведінки, розвиток адаптивності та стресостійкості, оволодіння прийомами моделювання поведінки.

Висновки. Модель збереження психологічного здоров'я студентської молоді може бути корисною в контексті заходів із підтримки і збереження ПЗ для студентів, викладачів, адміністрації ЗВО, спеціалістів і організацій сфери охорони здоров'я України. Інтегративним складником моделі вважаємо психолого-педагогічний супровід студентів упродовж навчання в закладах вищої освіти. Представлено напрями комплексної програми збереження і підтримки психологічного здоров'я студентської молоді в Україні.

Ключові слова: психологічне здоров'я, когнітивний компонент, емоційний компонент, поведінковий компонент, ціннісно-мотиваційний компонент, психолого-педагогічний супровід, студенти.

Наукову розвідку проведено в межах проекту «Дослідження компонентів психологічного здоров'я студентської молоді в Україні» за фінансової підтримки Канадського Інституту Українських Студій (Dr. Ivan Iwanciw and Dr. Myroslawa Mysko-Iwanciw Ukrainian Studies Endowment Fund).

THE MODEL OF PROTECTING OF STUDENTS' PSYCHOLOGICAL HEALTH IN UKRAINE¹

Vlasenko Inna Anatoliivna,

PhD in Psychology,

Senior Lecturer at the Psychology of Personality and Social Practices Department

Institute of Human Sciences of Borys Grinchenko Kyiv University

i.vlasenko@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-2562-3637>

Reva Olena Mykolaivna,

PhD in Psychology, Docent,

Associate Professor at the Department of Psychology of Personality and Social Practices

Institute of Human Sciences of Borys Grinchenko Kyiv University

o.reva@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-6712-6666>

Purpose of the article is to ground and present the model of protecting of students' psychological health in Ukraine.

Setting: five universities in Ukraine. Participants: 498 students at years 1–5 (81,9% female, 18,1% male). Psychological health is considered to be the dynamic integrative system which provides cohesiveness of personality, one's active lifestyle, effective interaction to environment and self-realization.

Methods. theoretical analysis, complex of methods to explore the indicators of psychological health, Pearson's linear correlation coefficient via the SPSS computer program, version 22.0, modeling and data interpretation. In the article structural components of students' psychological health are determined.

Results. The article reveals the results of the correlation analysis showing connections among all the structural components of students' psychological health (PH): cognitive, emotional, behavioral, value and motivational. In this way authors present an argument for making the model of protecting of students' psychological health at higher educational institutions.

The model includes four sections according to the components of students' psychological health. Cognitive component includes informing students about PH, with an emphasis on self-understanding and positive self-attitude support. Emotional component is aimed at understanding one's emotions, emotional experience of other people, it makes one be able to manage emotional states as well as extend social and emotional experience. Value and motivational component is connected to expanding one's sense of life orientations, to development of goal-setting skills, and ability to take responsibility for one's own acts, choices, strategies of life. Behavioral component focuses on developing one's flexibility, adaptability and tolerance to stress.

Conclusions. The model of protecting of students' psychological health can be useful for students, tutors, administration at higher educational institutions as well as for healthcare professionals and agencies in Ukraine. Psychological and pedagogical support of university students is described as an integrative part of the model. The directions of complex program on protecting and supporting of students' psychological health are presented.

Key words: *psychological health, cognitive component, emotional component, behavioral component, value and motivational component, psychological and pedagogical support, students.*

Вступ

З-поміж основних тенденцій соціокультурної дійсності можна виокремити нестійкість соціального життя людей, трансформації ціннісних орієнтацій, зміни в характері відносин, діяльності. Усе це впливає на особистість і її психологічне здоров'я. Особливе становище в суспільстві займає студентська молодь у зв'язку з перехідним етапом розвитку, маргінальним статусом, труднощами самоідентифікації. Частина молоді України живе в умовах надзвичайних ситуацій – конфліктів, військових дій. Юнаки і юнки є в групі ризику психічних розладів і порушень психологічного здоров'я.

Проблема психологічного здоров'я останніми роками привертає увагу як науковців, так і психологів-практиків. На

пострадянському просторі поняття «психологічне здоров'я» (ПЗ) (на відміну від психічного здоров'я) увійшло в науковий обіг у 2000-х роках. Зазначимо, що його розглядають як сукупність особистісних характеристик, що є передумовою стресостійкості, соціальної адаптації, успішної самореалізації (Сергиєнко, 2017). Фактори, пов'язані з низьким психічним здоров'ям та благополуччям, включають бідність, низький соціальний статус, насильство, булінг, не (достатнє) прийняття однолітками та низьку підтримку батьків, конфлікти з педагогами. Повторювані/стійкі стреси призводять до емоційного, фізіологічного навантаження, що впливає на появу частих скарг на здоров'я.



1. Теоретичне обґрунтування проблеми

У літературі розмежовуються поняття «психічне» і «психологічне здоров'я». За І. Дубровіною, психічне здоров'я визначається як нормальне функціонування окремих психічних процесів, а психологічне здоров'я належить до особистості загалом, прояву людського духу; саме психологічне здоров'я робить особистість самодостатньою (Дубровина, 2009). Р. Ассаджолі описує ПЗ як баланс між різними аспектами особистості (Ассаджолі, 1992).

На думку Л. Карамушки, Т. Дзюби, психологічне здоров'я пов'язано із психічним здоров'ям, адже саме останнє створює основу для здоров'я психологічного. Авторки наводять ідеї О. Селезньова про ПЗ як комплексний показник, він характеризує психологічні механізми захисту особистості від психосоматичних захворювань, особистісний динамічний потенціал розвитку духовності. При цьому психічне здоров'я, згідно з поглядами дослідника, вказує лише на відсутність психічних захворювань, нормує критерії пізнавальної, емоційної, рухово-вольової сфер психічної діяльності людини (Карамушка, Дзюба, 2019). Підкреслимо, що в зарубіжній літературі і практиці функціонують поняття *mental health* (психічне здоров'я) та *psychological well-being* (дотичне до психологічного здоров'я в нашому розумінні).

Українська авторка Т. Титаренко вважає, що психологічно здорова людина є цілісною, самореалізованою та саморегульованою. Їй властиві креативність, збалансованість, адаптивність; вона схильна до пошуку нових сенсів, осмислення досвіду та здатна отримувати задоволення від життя, схильна також до співробітництва, здатна співпереживати та відчуває відповідальність перед соціумом (Титаренко, 2018).

Зазначимо, що досліджень щодо підтримки психологічного здоров'я нами виявлено небагато. У роботі О. Царькової та співавторів акцентуються психолого-педагогічні аспекти збереження психічного здоров'я студентської молоді, з'ясовано значення методів емоційно-вольової регуляції, способів релаксації, позитивних настанов у контексті зниження рівня стресу студентів (Царькова, Работа & Гончарова, 2014). Е. Балашов вказує, що з-поміж найбільш доцільних засобів підвищення психологічного благополуччя студентів є формування їхньої активної життєвої позиції, відповідальності за свою діяльність, навичок, корекції та вмінь організовувати свою мотиваційну сферу (Балашов, 2019: 9). Комплексних заходів, спрямованих на збереження ПЗ

студентів в українському контексті, нами не виявлено.

Метою статті є обґрунтування та створення моделі збереження психологічного здоров'я студентської молоді в Україні.

2. Методологія та методи

Застосовано теоретичні методи, аналіз наукових джерел. Для діагностики показників ПЗ студентської молоді використано комплекс методик. Так, для дослідження *когнітивного компонента* ПЗ студентів застосовано такі методики: опитувальник рефлексивності А. Карпова, тест-опитувальник самоставлення В. Століна, С. Пантелеєва. Вивчення *емоційного компонента* здійснювалось за допомогою методики «Оцінка рівня емоційного інтелекту» Н. Холла та методики Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна «Шкала реактивної і особистісної тривожності». Для дослідження поведінкового компонента ПЗ студентів застосовано методику діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонд у модифікації А. Осницького та методику самооцінки стресостійкості С. Коухена, Г. Вілліансона. На дослідження *ціннісно-мотиваційного компонента* були спрямовані тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтьєва та методика експрес-діагностики рівня психоемоційного напруження і його джерел (О. С. Копіна, Е. А. Суслова, Е. В. Заїкін). Ці методики уможливають вивчення показників усіх компонентів ПЗ студентської молоді. Окрім того, було використано коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона, моделювання, інтерпретацію.

Зарубіжні автори описують використані ними підходи до підвищення рівня психічного здоров'я і суб'єктивного благополуччя студентів коледжу шляхом комбінування медичних і психологічних заходів (*Lifestyle Medicine & Positive Psychology*) (Morton et al., 2000). Подано суть та результати застосування програми мультимодального втручання для студентів (включає стратегії, спрямовані на підвищення рівня фізичної активності, зміну стилю життя в напрямі більшого перебування на свіжому повітрі, достатнього сну, поліпшення якості харчування в поєднанні з інтервенціями позитивної психології, зокрема активізацією сильних сторін та ін.).

Угорські науковці Е. Biro, І. Veres-Balajti, К. Kosa наголошують на тому, що соціальна підтримка є важливою в розвитку психологічної стійкості. Ними виявлено, що психологічна стійкість (*resilience*) у студенток представленої вибірки є нижчою, а частота психологічних ускладнень вища, порівняно зі студентами, за вищих значень соціальної підтримки в дівчат

(Biro, Veres-Balajti & Kosa, 2016). Іспанськими вченими встановлено взаємозв'язок між рівнем психологічного дистресу, сімейної підтримки і працевлаштування (вибірка 4166 студентів I курсу університетів Іспанії). Сімейна підтримка, працевлаштування (для дівчат) розглядаються як фактори, які важливо враховувати під час розроблення стратегій попередження психологічного дистресу на початку університетського навчання (Arias-de la Torre, et al, 2019).

Значна увага в літературі приділяється вивченню психічного здоров'я студентів, його чинників, попередження розладів. Зокрема, в дослідженні Eisenberg, D et al. встановлено, що проблеми психічного здоров'я американських студентів мають значущі зв'язки зі статтю, расою / етнічною належністю, релігійним статусом, статусом у відносинах, проживанням у кампусі та фінансовою ситуацією (Eisenberg, D et al, 2019).

Нами було проведено наукову розвідку компонентів психологічного здоров'я студентської молоді в Україні. Дослідження проводилось у вересні-грудні 2019 р. на базі п'яти ЗВО України: Київського університету ім. Б. Грінченка, ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Класичного приватного університету, Полтавського національного педагогічного університету ім. В. Г. Короленка, Ужгородського національного університету. Вибірку дослідження становили 498 респондентів – студенти віком 18–24 років, із них 90 юнаків і 408 дівчат.

Психологічне здоров'я ми трактуємо як динамічну інтегративну систему, що забезпечує цілісність особистості, і передумовою її активного способу життя, ефективної взаємодії із середовищем та самореалізації. Розробляючи структуру ПЗ студентської молоді, ми ґрунтуємось на концепції

суб'єкта С. Рубіншейна (Рубіншейн, 2012), моделі психологічного здоров'я О. Хухлаєвої (Хухлаєва, 2001), положеннях гуманістичної психології (Маслоу, 1997) та логотерапії (Франкл, 1997).

3. Результати та дискусії

Вважаємо за доцільне розглянути психологічне здоров'я як систему взаємопов'язаних компонентів: когнітивного, емоційного, поведінкового та ціннісно-мотиваційного (рис. 1).

Статистична обробка даних здійснювалась за допомогою пакета статистичних програм SPSS (версія 22). Для обґрунтування згаданої структури (рис. 1) нами проведено кореляційний аналіз показників усіх компонентів ПЗ за Пірсоном. Враховуючи обсяг вибірки, ми орієнтувались на часткову класифікацію кореляційних зв'язків (Сидоренко, 2004: 204). Чим більший обсяг вибірки, тим меншого коефіцієнта кореляції виявляється достатньо, щоб визнати кореляцію достовірною.

Для аналізу в нашому випадку було обрано показники з коефіцієнтом $r > 0,350$ ($p < 0,01$). Результати кореляційного аналізу показали взаємозв'язок між показниками когнітивного та решти компонентів ПЗ студентів. Так, наявні кореляційні зв'язки між інтегральним самостваленням та інтегративним рівнем емоційного інтелекту ($r = 0,409^{**}$; тут і далі^{**} вказує на рівень значущості $p < 0,01$), локусом контролю-життя ($r = 0,421^{**}$), осмисленістю життя ($r = 0,425^{**}$), процесом життя ($r = 0,446^{**}$), із неприйняттям інших ($r = -0,419^{**}$) (табл. 1). Це означає, що в разі вираженого позитивного ставлення до себе в студента зростає переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати їх у реальність, як і здатність осмислювати життя, події, відносини та задоволеність процесом життя; при

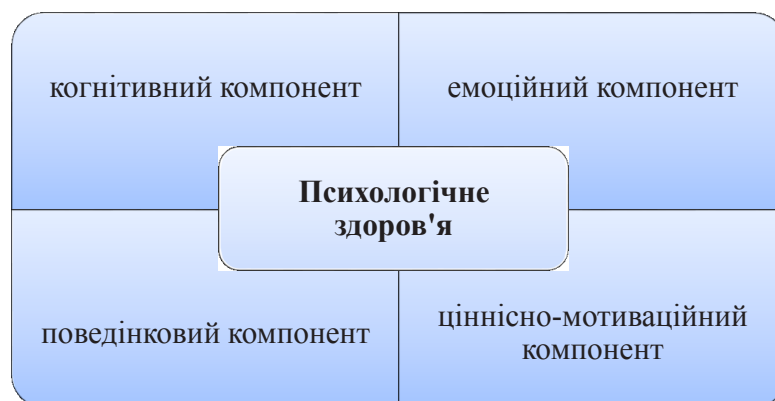


Рис. 1. Структура психологічного здоров'я студентської молоді



Таблиця 1

Кореляційні зв'язки між показниками психологічного здоров'я

Показник	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1) Цілі в жит.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2) Процес життя	,607**	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3) Локус контр.-жит.	,595**	,629**	-	-	-	-	-	-	-	-
4) Осмисленість жит.	,606**	,650**	,743**	-	-	-	-	-	-	-
5) Психосоц. стрес	,012	-,054	-,285**	-,358**	-	-	-	-	-	-
6) Рів. задовол. потр.	,403**	,427**	,425**	,423**	-,199**	-	-	-	-	-
7) Інтеграл. самоставлення	,369**	,446**	,421**	,425**	-,128*	,360**	-	-	-	-
8) Самоповага	,406**	,403**	,321**	,362**	,025	,310**	,755**	-	-	-
9) Аутосимпатія	,300**	,414**	,317**	,315**	-,053	,265**	,681**	,507**	-	-
10) Самоінтерес	,285**	,336**	,256**	,215**	-,011	,262**	,603**	,458**	,423**	,484**

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

цьому зменшується схильність респондента не приймати інших людей.

Зафіксовано обернені кореляційні зв'язки між показниками аутосимпатії та емоційного дискомфорту ($r = -0,516^{**}$) та прямі – між аутосимпатією та процесом життя ($r = 0,414^{**}$). Такі результати можуть вказувати на те, що зі зростанням схвалення себе загалом і в часткових аспектах, позитивної самооцінки опитуваних збільшується їх задоволеність процесом життя і знижується емоційний дискомфорт.

Показник самоповаги корелює з показниками цілі в житті ($r = 0,406^{**}$), процес життя ($r = 0,403^{**}$), результативність життя ($r = 0,400^{**}$). Отже, студенти, які схильні поважати себе, цінувати власні особливості, частіше виявляють здатність визначати власні життєві цілі, задоволені процесом і результативністю свого життя. Самовпевненість має обернений кореляційний зв'язок з емоційним дискомфортом ($r = -0,539^{**}$) і прямий – із процесом життя ($r = 0,404^{**}$). Самоприйняття має обернений кореляційний зв'язок з емоційним дискомфортом ($r = -0,418^{**}$). На нашу думку, це означає, що респонденти, які досить впевнені в собі, не схильні відчувати прояви емоційного дискомфорту, та мають розвинуту здатність отримувати задоволення від самого процесу життя. При цьому зі зростанням емоційного дискомфорту впевненість індивіда в собі знижується. Якщо студенти приймають себе, власну особистість, це допомагає їм знизити емоційний дискомфорт.

Середні та сильні кореляційні зв'язки виявлено між самоінтересом і такими показниками ПЗ, як емпатія ($r = 0,674^{**}$), схильність до підпорядкування ($r = 0,623^{**}$), ескапізм ($r = 0,730^{**}$), локус контролю-Я ($r = 0,915^{**}$), самооцінка здоров'я ($r = 0,645^{**}$), психосоціальний стрес ($r = 0,960^{**}$).

Вказані взаємозв'язки означають, що зі зростанням ступеня близькості індивіда до себе, інтересу до власних думок і почуттів, впевненості у своїй цікавості для інших підвищується його здатність виявляти емпатію у відносинах з оточуючими, при цьому зростає тенденція до підпорядкування іншим людям та схильність відходити від складних ситуацій (стратегія втечі, відволікання). Посилення інтересу до власних думок, почуттів у студента супроводжується зміцненням його уявлення про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до власних цілей, завдань.

Значний самоінтерес також асоціюється із високим рівнем психосоціального стресу та позитивною самооцінкою здоров'я. Ймовірно, такі дані пов'язані з тим, що в разі спрямування уваги на себе, свій внутрішній світ індивід у багатьох випадках не може своєчасно та відповідно реагувати на численні стресори, з якими стикається. Окрім того, зі зростанням ступеня близькості особистості до себе вона стає схильною вище оцінювати свій стан здоров'я. Доволі неочікуваним є взаємозв'язок рефлексивності і психосоціального стресу ($r = -0,435^{**}$). Рефлексивність виявилась обернено взаємопов'язаною з ескапізмом ($r = -0,394^{**}$), тобто індивід, що схильний до відходу від життєвих ситуацій різної складності, тяжіє до низького рівня рефлексивності та навпаки.

Проаналізуємо взаємозв'язки між показниками ціннісно-мотиваційного та інших компонентів ПЗ студентів. Зокрема, нами виявлено кореляційні зв'язки між показниками процес життя, результат життя, локус контролю-життя та дезадаптивністю ($r = -0,445^{**}$, $-0,484^{**}$, $-0,430^{**}$ відповідно). На нашу думку, якщо зростає здатність

індивіда отримувати задоволення від життя, досягати позитивних значущих результатів у житті та сприймати своє життя як підвладне свідомому контролю, він стає менш схильним до виявів дезадаптивності, що, ймовірно, сприяє налагодженню відносин, продуктивній діяльності, реалізації його потенціалу.

Результати аналізу кореляційних зв'язків показників поведінкового компонента психологічного здоров'я дали змогу виявити на рівні виражених такі зв'язки. Інтегральний показник адаптації корелює зі шкалами когнітивного компонента: інтегральне самоствавлення ($r=0,516^{**}$), самоповага ($r=0,432^{**}$), аутосимпатія ($r=0,422^{**}$), самовпевненість ($r=0,463^{**}$). Інтегральний показник само прийняття має зв'язки з показниками «інтегральне самоствавлення» ($r=0,474^{**}$), «самоповага» ($r=0,489^{**}$), «аутосимпатія» ($r=0,464^{**}$), «самовпевненість» ($r=0,490^{**}$).

Інтегральний показник прийняття інших виявив помірний кореляційний зв'язок зі шкалою «інтегральне самоствавлення» ($r=0,361^{**}$). За показником «емоційна комфортність» не було виявлено помітних кореляційних зв'язків із показниками інших компонентів психологічного здоров'я. Інтернальність як інтегральний показник соціально-психологічної адаптації виявив зв'язки з показниками «інтегральне самоствавлення» ($r=0,449^{**}$), «самоповага» ($r=0,445^{**}$), «самовпевненість» ($r=0,389^{**}$). Інтегральний показник прагнення до домінування виявляє помірні кореляційні зв'язки

з показником самовпевненості ($r=0,345^{**}$). Це свідчить про те, що поведінковий компонент психологічного здоров'я пов'язаний із системою уявлень особистості про себе та із загальним позитивним самоствавленням. Ці ж інтегральні показники виявляють помітні та помірні кореляційні зв'язки з трьома показниками ціннісно-мотиваційного компонента (табл. 2). А отже, успішна соціально-психологічна адаптація прямо пов'язана з наявністю мети та усвідомленістю життєвого шляху.

Також було виявлено помірні зв'язки між показниками емоційного та когнітивного компонентів ПЗ, а саме: шкала емпатії зі шкалами самоінтересу ($r=0,674^{**}$) та саморозуміння ($r=0,332^{**}$). З ними ж тісно пов'язаний і показник розпізнавання емоцій ($r=0,862^{**}$ та $r=0,405^{**}$ відповідно). Самомотивація виявляє зв'язки на рівні помірних зі шкалами самовпевненості ($r=0,382^{**}$) та інтегральним показником самоствавлення ($r=0,367^{**}$). З ними ж пов'язаний і інтегральний рівень емоційного інтелекту на рівні $r=0,374^{**}$ та $r=0,409^{**}$ відповідно. Крім того, було виявлено зв'язок самомотивації та інтегрального рівня емоційного інтелекту з показником поведінкового компонента ПЗ – адаптивністю на рівні $r=0,395^{**}$ та $r=0,416^{**}$ (табл. 3).

Таким чином, результати дослідження доводять зв'язок когнітивного, емоційного, ціннісно-мотиваційного та поведінкового компонентів психологічного здоров'я на рівні помітних та помірних кореляцій-

Таблиця 2

Кореляційні зв'язки показників поведінкового компонента психологічного здоров'я

Показник	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1) Адаптація	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2) Само-прийняття	,542**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3) Прийняття інших	,543**	,419**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4) Інтернальність	,581**	,398**	,378**	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5) Прагнення до домінування	,377**	,313**	,178**	,404**	-	-	-	-	-	-	-	-
6) Інтегральне самоствавлення	,516**	,475**	,361**	,449**	,283**	-	-	-	-	-	-	-
7) Самоповага	,489**	,432**	,297**	,445**	,267**	,755**	-	-	-	-	-	-
8) Аутосимпатія	,464**	,422**	,253**	,318**	,227**	,681**	,507**	-	-	-	-	-
9) Самовпевненість	,490**	,463**	,287**	,386**	,345**	,770**	,766**	,615**	-	-	-	-
10) Цілі в житті	,397**	,341**	,341**	,380**	,197**	,369**	,406**	,300**	,354**	-	-	-
11) Процес життя	,429**	,390**	,413**	,382**	,232**	,446**	,446**	,414**	,404**	,607**	-	-
12) Результат. життя	,496**	,366**	,422**	,349**	,208**	,397**	,400**	,392**	,385**	,653**	,693**	-

 * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$



Таблиця 3

Кореляційні зв'язки показників емоційного компонента психологічного здоров'я

Показник	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1) Емпатія	—	—	—	—	—	—	—	—	—
2) Самомотивація	,423**	—	—	—	—	—	—	—	—
3) Розпізнавання емоцій	,812**	,294**	—	—	—	—	—	—	—
4) Інтегральний рівень емоційного інтелекту	,535**	,766**	,330**	—	—	—	—	—	—
5) Самоінтерес	,674**	,140**	,862**	,054	—	—	—	—	—
6) Саморозуміння	,332**	,270**	,405**	,254**	,460**	—	—	—	—
7) Інтегральне самоставлення	,088	,367**	,035	,409**	,603**	,456**	—	—	—
8) Самовпевненість	,186**	,382**	,199**	,374*	,468**	,484**	,770**	—	—
9) Адаптація	,255**	,395**	,267**	,416**	,335**	-,020	,516**	,490**	—

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

них зв'язків. А це своєю чергою дає змогу обґрунтувати наведену нами структуру психологічного здоров'я і перейти до створення моделі збереження ПЗ студентської молоді (рис. 2).

На основі теоретичного аналізу наукової літератури та за результатами емпіричного дослідження авторами розроблено модель збереження психологічного здоров'я студентської молоді в умовах закладів вищої освіти України. Основу моделі становлять когнітивний, емоційний, ціннісно-мотиваційний та поведінковий компоненти. До складу когнітивного компоненту включено систему знань про психологічне здоров'я в поєднанні із самопізнанням власних особистісних властивостей та самоставленням. Емоційний компонент спрямований на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційними станами, збагачення емоційного і соціального досвіду.

Ціннісно-мотиваційний компонент передбачає розширення системи смисложиттєвих орієнтацій, розвиток навичок цілепокладання, роботу над осмисленістю життя, прийняття індивідом відповідальності за власні вибори, дії, пошук ресурсів для реалізації власної стратегії життя. Поведінковий компонент передбачає оволодіння гнучкістю поведінки, розвиток адаптивності та стресостійкості, оволодіння прийомами моделювання власної поведінки як індивідуальної стратегії з метою досягнення бажаного результату. Поведінковий компонент у структурі психологічного здоров'я являє собою результуючий, інтегральний рівень прояву взаємозв'язку всіх компонентів психологічного здоров'я – когнітивного, емоційного та ціннісно-мотиваційного. І може

виступати інтегральним показником психологічного здоров'я загалом, оскільки відображає наявність або відсутність адаптації особистості до різноманітних стресових умов життя.

У моделюванні збереження психологічного здоров'я студентської молоді ми виходили з того, що це складна динамічна інтегративна система, яка формується під впливом знань, умінь, навичок, мотивів, переконань, почуттів, установок та особистісних якостей юнака/юнки та має значні резерви розвитку саме в умовах закладів вищої освіти. Тому важливим її компонентом ми вважаємо психолого-педагогічний супровід (ППС) як комплексну систему заходів щодо підтримки і збереження психологічного здоров'я студентської молоді в умовах освітнього процесу закладів вищої освіти України (рис. 2).

Узагальнивши результати дослідження, ми виокремили основні напрями реалізації психолого-педагогічного супроводу в закладах вищої освіти щодо підтримки і збереження ПЗ студентської молоді:

- рекомендувати впровадження навчальних курсів, що спрямовані на поглиблення самопізнання, розширення самосвідомості, розвиток індивідуальності студентів;
- доносити до студентської молоді ідеї про екопсихологічні принципи життя і спільної діяльності;
- проводити комплексні заходи з метою розвитку психологічної культури студентської молоді;
- сприяти діалогізації освітнього процесу;
- стимулювати міжособистісну комунікацію між студентами, студентами і викладачами, студентами і громадою;
- розвивати інститут наставництва, що сприятиме самовизначенню і формуванню власних цілей, мети в житті студентами,

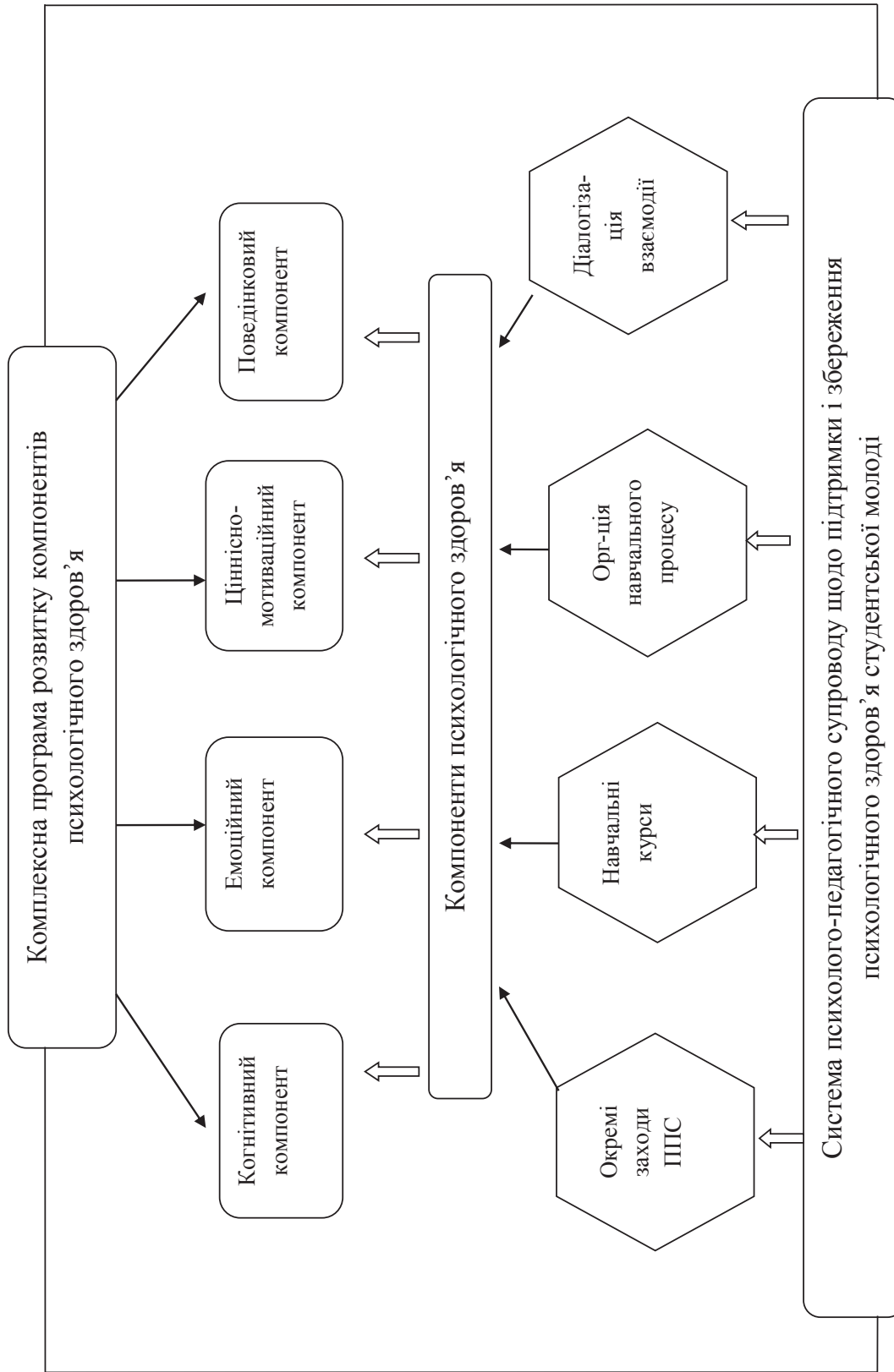


Рис. 2. Модель збереження психологічного здоров'я студентської молоді



– систематично проводити заходи для зміцнення психологічного здоров'я викладачів ЗВО, відновлення балансу робота – особисте життя;

– сприяти оптимізації студентського самоврядування і волонтерської діяльності.

Висновки

У статті представлено 4-компонентну структуру психологічного здоров'я студентів. Із метою вивчення внутрішньої структури ПЗ студентської молоді здійснено кореляційний аналіз, спрямований на визначення внутрішніх зв'язків між показниками згаданих компонентів. Проведений кореляційний аналіз дав змогу прояснити особливості компонентів психологічного здоров'я, виявити ступінь і характер їх взаємозв'язків.

Подано та обґрунтовано модель збереження психологічного здоров'я студент-

ської молоді в умовах ЗВО. Вона включає блоки, спрямовані на розвиток компонентів психологічного здоров'я – когнітивного, емоційного, поведінкового, ціннісно-мотиваційного. Інтегративним складником моделі вважаємо психолого-педагогічний супровід студентів упродовж навчання в ЗВО.

Виокремлено основні напрями реалізації психолого-педагогічного супроводу в закладах вищої освіти щодо підтримки і збереження психологічного здоров'я студентської молоді.

Перспективи подальших досліджень полягають у тому, щоб конкретизувати зміст компонентів системи психолого-педагогічного супроводу студентської молоді в умовах ЗВО з метою збереження психологічного здоров'я молоді.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ассаджиоли Р. Психосинтез. Москва : REFL-book, 1992. 313 с.
2. Балашов Е.М. Саморегульоване навчання і психологічне благополуччя студентів. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної конференції, 18 жовтня 2019 року / уклад. З.Р. Кісіль. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. С. 6–10.
3. Дубровина І.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности. *Вестник практической психологии образования*. 2009. № 3 (20).
4. Карамушка Л., Дзюба Т. Феномен «здоров'я» як актуальний напрям досліджень в організаційній психології. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 1(16). С. 22–33.
5. Маслоу А. Психология бытия. Пер. с англ. Москва : REFL-book; Киев : Ваклер, 1997.
6. Рубинштейн С. Человек и мир. Санкт-Петербург : Питер, 2012. 224 с.
7. Сергиенко Е.А. Психологическое здоровье: субъективные факторы *Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование»*. 2017. № 4.
8. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла. Сборник / Пер. с англ. и нем. Москва : Прогресс, 1990.
10. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. Учебное пособие для студ. высш. пед. завед. Москва : Изд. центр «Академия», 2001. 208 с.
11. Царькова О., Работя Т., Гончарова Ю. Збереження психологічного здоров'я студентської молоді за допомогою методів емоційно-вольової саморегуляції. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія Педагогіка*. 2014. № 2(13). С. 209–212.
12. Arias-De La Torre J., Fernández-Villa T., Molina A.J., Amezcua-Prieto C., Mateos R., Cancela J.M., Delgado-Rodríguez M., Ortiz-Moncada R., Alguacil J., Redondo S., Gómez-Acebo I., Morales-Suárez-Varela M., Blázquez Abellán J., Jiménez Mejías E., Valero L.F., Ayán C., Vilorio-Marqués L., Olmedo-Requena R., Martín V. Psychological Distress, Family Support and Employment Status in First-Year University Students in Spain. *Int J Environ Res Public Health* 2019 04 4; 16 (7). Epub 2019 Apr 4. DOI: doi.org/10.3390/ijerph16071209 (дата звернення: 28.05.2020).
13. Biro, E., Veres-Balajti, I., Kosa, K. Social support contributes to resilience among physiotherapy students: a cross sectional survey and focus group study. *Physiotherapy* 2016 Jun; 102 (2): 189–195. DOI: 10.1016/j.physio.2015.05.002 (дата звернення: 28.05.2020).
14. Eisenberg D., Hunt J., Speer N. Mental Health in American Colleges and Universities: Variation Across Student Subgroups and Across Campuses. *J Nerv Ment Dis*. 2013 Jan; 201(1): 60–7. DOI: 10.1097/NMD.0b013e31827ab077 (дата звернення: 28.05.2020).
15. Morton, D.P., Hinze, J., Craig, B., Herman, W., Kent, L., Beamish, P., Renfrew, M., Przybylko, G. A Multimodal Intervention for Improving the Mental Health and Emotional Well-being of College Students. *American Journal of Lifestyle Medicine* 2020 Mar; 14 (2): 216–224. DOI: 10.1177/1559827617733941 (дата звернення: 28.05.2020).

REFERENCES:

1. Assadzhioli, R. (1992). *Psichosintez [Psyhosynthesis]*. Moskva : REFL-book [in Russian].
2. Balashov, E.M. (2019). Samorehulovane navchannia i psykholohichne blahopoluchchia studentiv [Selfregulated Education and Students' Psychological Well-being]. *Psikhichne zdorovia osobystosti u kryzovomu suspilstvi – Mental Health in Crisis Society : zbirnyk materialiv IV Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii*, 18 zhovtnia 2019 roku / uklad. Z.R. Kisil. Lviv : Lvivskiy derzhavnyi universytet vnutrishnikh sprav, 6–10 [in Ukrainian].
3. Dubrovina, I.V. (2009). Psichicheskoe i psihologicheskoe zdorov'e v kontekste psihologicheskoy kultury lichnosti [Mental and Psychological Health in the Context of Personality Psychological Culture]. *Vestnik prakticheskoy psihologii obrazovanija – Bulletin of Practical Psychology of Education*, 3 (20) [in Russian].
4. Karamushka, L., & Dziuba, T. (2019). Fenomen “zdorovia”; yak aktualnyi napriam doslidzhen v orhanizatsiini psykholohii [The phenomenon of “health” as a research topic in organizational psychology]. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia – Organizational Psychology. Economical Psychology*. 1(16), 22–33 [in Ukrainian].
5. Maslou, A. (1997). *Psihologija bytija [The Psychology of Being]*. Per. s angl. Moskva : REFL-book; Kiev: Vakler [in Russian].
6. Rubinshejn, S. (2012). *Chelovek i mir. [A Human and the World]*. Sankt-Peterburg: Piter [in Russian].
7. Sergienko, E.A. (2017). Psihologicheskoe zdorov'e: subjektivnye faktory [Psychological Health: Subjective Factors]. *Vestnik RGGU. Serija “Psihologija. Pedagogika. Obrazovanie” – Bulletin of Russian State Humanitarian University. Edition ‘Psychology. Pedagogics. Education’*, 4 [in Russian].
8. Tytarenko, T.M. (2018). *Psikhologichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloï travmatyzatsii [Psychological Health of Personality: Actions of Self-help During Longtime Traumatizing]* : monohrafiia. Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD [in Ukrainian].
9. Frankl, V. (1990). *Chelovek v poiskah smysla [A Human in Search of Sence]*. Sankt-Peterburg: Per. s angl. i nem. Moskva: Progress [in Russian].
10. Huhlaeva, O.V. (2001). *Osnovy psihologicheskogo konsul'tirovanija i psihologicheskoy korrekcii [The Basis of Psychological Counseling and Psychological Correction]*. Ucheb. posob. dlja stud. vyssh. ped. zaved. Moskva : Izd. centr «Akademija» [in Russian].
11. Tsarkova, O., Rabota, T., Honcharova, Yu. (2014). Zberezhennia psykholohichnoho zdorovia studentskoi molodi za dopomohou metodiv emotsiino-volovoi samorehuljatsii [Protecting Psychological Health of Students through the Methods of Emotional and Volitional Self-Regulation]. *Naukovyi visnyk Melitopolskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Serija Pedahohika – Scientific Bulletin of Melitopol State Pedagogical University. Edition ‘Pedagogics’*, 2(13). 209–212 [in Ukrainian].
12. Arias-De La Torre, J., Fernández-Villa, T., Molina, A.J., Amezcua-Prieto, C., Mateos R., Cancela J.M., Delgado-Rodríguez M., Ortíz-Moncada R., Alguacil J., Redondo S., Gómez-Acebo I., Morales-Suárez-Varela M., Blázquez Abellán J., Jiménez Mejías E., Valero L.F., Ayán C., Vilorio-Marqués L., Olmedo-Requena R. & Martín V. (2019) Psychological Distress, Family Support and Employment Status in First-Year University Students in Spain. *Int J Environ Res Public Health*. 04 4; 16 (7). Epub 2019 Apr 4. doi.org/10.3390/ijerph16071209.
13. Biro, E., Veres-Balajti, I. & Kosa, K. (2016) Social support contributes to resilience among physiotherapy students: a cross sectional survey and focus group study. *Physiotherapy Jun*; 102 (2): 189–195. DOI: 10.1016/j.physio.2015.05.002.
14. Eisenberg, D., Hunt, J. & Speer, N. (2013) Mental Health in American Colleges and Universities: Variation Across Student Subgroups and Across Campuses. *J Nerv Ment Dis. Jan*; 201(1): 60–7. DOI: 10.1097/NMD.0b013e31827ab077.
15. Morton, D.P., Hinze, J., Craig, B., Herman, W., Kent, L., Beamish, P., Renfrew, M. & Przybylko, G. (2020) A Multimodal Intervention for Improving the Mental Health and Emotional Well-being of College Students. *American Journal of Lifestyle Medicine Mar*; 14 (2): 216–224. DOI: 10.1177/1559827617733941.

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020.



УДК 159.923.3/4+159.922.63
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-12>

ОСОБЛИВОСТІ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ ТА ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ЛЮДЕЙ ПЕНСІЙНОГО ВІКУ

Даниленко Наталія Володимирівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

natalydanylenko@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0003-2361-610X>

Єльчанінова Тетяна Миколаївна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

t.m.elchaninova@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-7403-4700>

У статті досліджуються уявлення про сенс та значення праці для людей пенсійного віку, які залишаються активними на ринку праці, а також тих, хто закінчив свою трудову діяльність. Реалізація людини через працю щільно пов'язана з такими психологічними феноменами, як цілепокладання, сенс життя, прагнення до самореалізації, волевиявлення, бажання бути потрібним, осмислення власного життєвого шляху і можливостей для його проживання. Усе це пов'язано зі сформованим рівнем життєстійкості особистості. Більшість дослідників життєстійкості розуміють її як специфічну особистісну рису, яка забезпечує ефективне подолання життєвого шляху і досягнення людиною хороших життєвих результатів. Проаналізовано значення конструктів життєстійкості та її місце у формуванні задоволеності життям людей пенсійного віку.

Метою дослідження було визначення психологічних особливостей працюючих та непрацюючих людей похилого віку. Висунуті гіпотези про те, що життєстійкість працюючих та непрацюючих людей похилого віку відрізняється; люди похилого віку, що продовжують працювати, мають більш високий рівень суб'єктивного контролю та більшою мірою задоволені своїм життям, ніж особи похилого віку, що не працюють.

Методи. Теоретико-методологічний аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення психологічних даних за проблемою дослідження, опитувальники (авторський опитувальник, методика життєстійкості С. Мадді, тест «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера, тест «Рівень задоволеності життям»), методи математичної обробки даних.

Результати. Досліджувані респонденти були розділені на дві групи відповідно до висунутих гіпотез: працюючі та непрацюючі пенсіонери. Дослідження виявило, що особи, які продовжують працювати, самореалізуються у професії (соціальне спрямування), на відміну від непрацюючих пенсіонерів, які реалізуються через хобі (для себе: спорт, йога, в'язання, кулінарія, іноземні мови тощо). Працюючі пенсіонери більшою мірою задоволені станом власного здоров'я та життєвими досягненнями, проявляють більшу самостійність, володіють більш високим рівнем суб'єктивного контролю та більш високим показником життєстійкості, вони більше покладаються на власні сили.

Висновки. Дослідження підтвердило висунуті припущення про те, що працюючі пенсіонери мають вищий рівень задоволення станом свого життя, аніж непрацюючі пенсіонери.

Ключові слова: пенсійний вік, працюючі пенсіонери, суб'єктивний контроль, життєстійкість, задоволеність життям, самореалізація, спілкування, включеність, суспільна користь, статус.

FEATURES OF SATISFACTION WITH LIFE AND SUSTAINABILITY OF PEOPLE OF RETIREMENT AGE

Danylenko Nataliia Volodymyrivna,

PhD in Psychology, Associate Professor,
Associate Professor at the Psychology Department

H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

natalydanylenko@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0003-2361-610X>

Yelchaninova Tetiana Mykolaivna,
PhD in Psychology, Associate Professor,
Associate Professor at the Psychology Department
H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University
t.m.elchaninova@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-7403-4700>

The article examines the meaning and significance of work for people of retirement age who remain active in the labor market, as well as those who have completed their employment. The realization of a person through work is closely connected with such psychological phenomena as goal setting, the meaning of life, the desire for self-realization, the expression of will, the desire to be needed, understanding one's own way of life and opportunities for living. All this is related to the current level of vitality of the individual. Most researchers of vitality understand it as a specific personality trait that provides effective overcoming of the way of life and achievement of good life results. The importance of the constructs of vitality and its place in the formation of life satisfaction of people of retirement age are analyzed.

The aim of the study was to determine the psychological characteristics of working and non-working elderly people. The hypotheses are that the viability of working and non-working elderly people are different; elderly people who continue to work have a higher level of subjective control and are more satisfied with their lives than older people who do not work.

Methods. Theoretical and methodological analysis of scientific sources, systematization and generalization of psychological data on the research problem; questionnaires (author's questionnaire, S. Maddi's method of viability, J. Rotter's "Level of subjective control" test, "Life satisfaction level" test); methods of mathematical data processing.

Results. The surveyed respondents were divided into two groups according to the hypotheses: working and non-working pensioners. The study found that people who continue to work are self-fulfilling in their own profession (social orientation), in contrast to non-working retirees who are realized through hobbies (for themselves: sports, yoga, knitting, cooking, foreign languages, etc.). Working retirees are more satisfied with their own health and life achievements, are more independent, have a higher level of subjective control and a higher rate of vitality, they rely more on their own strength.

Conclusions. The study confirmed the assumptions that working retirees have a higher level of satisfaction with their living conditions than non-working retirees.

Key words: *retirement age, working pensioners, subjective control, vitality, life satisfaction, self-realization, communication, inclusion, public benefit, status.*

Вступ

Дослідницький інтерес до психологічних проблем старіння пов'язаний із демографічними змінами в сучасному світі, що виражаються в тенденції до збільшення населення літнього і старечого віку. Основними факторами цього процесу виступають скорочення народжуваності і загальне збільшення тривалості життя (зокрема у високорозвинених країнах). Так, порівняно з кінцем XVIII сторіччя, у XXI столітті смертність серед осіб 50–60 років скоротилася в чотири рази, а смертність серед осіб у віці 70 років зменшилася в два рази (Березіна, 2005).

Станом на 16 жовтня 2019 року в Україні 12 мільйонів українців, які перебувають на пенсійному забезпеченні. З них 2,74 мільйонів продовжують офіційно працювати. Найчастіше люди похилого віку розглядають продовження кар'єри як вимушений крок через необхідність матеріального забезпечення себе. Так, на жаль, в Україні громадяни навіть із великим стажем роботи отримують дуже низькі пенсії. Для прикладу, вчитель у США, який досяг так званої вислуги років, кожен рік отри-

мує соціальну матеріальну допомогу, що дорівнює його заробітній платі за останній рік, тобто такий вчитель фактично продовжує отримувати свою заробітну плату після виходу на пенсію, що дає йому змогу гідно жити, подорожувати та займатися хобі. Натомість в Україні кожного року вік виходу на пенсію збільшують, а самого пенсійного забезпечення не завжди вистачає для гідного життя. У 2019 році громадянин України може вийти на пенсію у 60 років за умови наявності достатнього страхового стажу. Тому актуальним є питання зайнятості літніх людей та їх ставлення до продовження трудової діяльності після досягнення пенсійного віку.

Отже, метою дослідження було визначення психологічних особливостей працюючих та непрацюючих людей похилого віку.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Проблема осмислення старіючою людиною власного існування актуальна в різних галузях наукового дослідження. Проте емпіричних фактів, що підтверджують і конкретизують психологічні характеристики осіб цієї вікової категорії,



явно замало, тому є актуальна потреба в їх дослідженні.

П. Ласлет у віковій періодизації життя етап із настання пенсійного віку і до втрати дієздатності називає третім віком, кульмінацією або навіть розквітом людського життя. Третій вік характеризується як епоха особистісного самоздійснення, свободи від обов'язку утримувати сім'ю і заробляти на життя (Борисов, 2016). В. Кузьмич зазначає: «Вихід на пенсію, що означає втрату колишнього статусу та зниження активної діяльності, може призвести до порушення сформованого динамічного стереотипу особистості» (Кузьмич, 2016: 101), що відчувається як стрес, криза. Відповідно, людині треба провести реструктуризацію різних сфер власного життя, але в цьому віці всі психічні процеси проходять значно повільніше, що утруднює адаптацію. Чимало людей продовжує працювати на тому самому підприємстві, дехто змінює місце роботи, дехто виходить на пенсію. Припинення трудової діяльності зумовлює підвищення тривожності, погіршення самопочуття і певне падіння соціального статусу.

Люди, які вважають, що їх друзі й члени родини підтримують їх у важкі часи, мають більш сильне почуття смислу у власному житті, тобто вони живуть своїм життям із більш широкою метою, дотримуючись системи цінностей, яка вписується в ширший соціальний світ (Charles & Carstensen, 2010; Krause, 2007). Якщо літня людина, вийшовши на пенсію, не налагодить нових напрямів для застосування своїх сил, то відбувається поступове звуження кола інтересів, зосередження на своєму внутрішньому світі, зниження здатності до спілкування. Все це призводить до емоційної кризи. Люди похилого віку, що виходять на пенсію, акцентують на проблемі зі здоров'ям, у них частіше виникають психосоматичні захворювання. Серед літніх людей зростає попит на медичну допомогу, особливо медикаментозну. Наслідком органічних захворювань стають помилкові установки, незадоволені амбіції, емоційні стреси. Однак характер багатьох захворювань має психологічний відтінок. Деякі люди похилого віку симулюють симптоми захворювань, щоб привернути увагу близьких, бажаючи бути в центрі уваги. Можливо, тому С. А. Михальська в дослідженні психологічних особливостей людей пенсійного віку, які відвідували територіальний центр соціального обслуговування, визначила, що для більшості з них характерні високий рівень тривожності та середні показники невро-

тичної депресії, фрустрації, астенії, істеричного типу реагування та вегетативних порушень (Михальська, 2014).

Також є думка, що пенсіонери, які продовжують працювати, мають більш високі показники життєстійкості та задоволеності життям. Н. В. Халіна отримала результати, які свідчать, що задоволеність життям загалом тісно взаємопов'язана з такими її складниками, як умови життя, вітальні потреби, здоров'я. Чим кращим є самопочуття літньої людини, чим вищим є рівень задоволення матеріальних, побутових, житлових умов життя, чим тепліші стосунки в сім'ї, з дітьми, чим ширші можливості проведення дозвілля, присвячення себе улюбленому заняттю, тим вище відчуття благополучного плину життя в похилому віці (Халіна, 2012; Hennekam, 2006; The Oxford handbook, 2012).

Задоволеність життям впливає на настрої, самопочуття, активність особистості. Д. Г. Єрохіна та Л. М. Карашук виявили позитивну кореляцію між відчуттям економічного благополуччя рівнем задоволеності життям у людей похилого віку (Єрохіна, Карашук, 2015). Одна з важливих якостей особистості, що впливає на задоволеність життям і є надбанням особистісного зростання, зрілості, – мудрість. Вона не тільки допомагає долати життєві негаразди, з якими стикається чимало людей, а в похилому віці їх нерідко буває навіть більше, а й надає змоги усвідомлено та спокійно приймати кінцівку життя. При цьому в таких людей чимале коло інтересів, вони знаходять сенс життя в соціальній активності, засобах підтримки здоров'я, творчому самовираженні, сімейному спілкуванні та посильній побутовій діяльності. Мудрість є толерантною, приймає інших в їх різноманітності, знання та досвід зрілих особистостей стають у нагоді молодшим поколінням (Суслова, Жучкова, 2014; Ушакова, 2014).

Звичайно, літні люди чекають пенсійного віку, щоб мати змогу відпочити та приділити час собі та своїй сім'ї. Але є й позитивні сторони для працюючих пенсіонерів. Насамперед, реалізована потреба в праці задовольняє потребу в приналежності людини до спільноти, що позитивно сприймається свідомістю, і, відповідно, кращому самопочуттю. Працююча людина продовжує щоденно вирішувати нові задачі, дізнаватися нове та постійно вчитися, іноді їй необхідно пересилувати себе, розвивати силу волі. До того ж працюючі пенсіонери слідкують за своїм зовнішнім виглядом, вони почуваються більш корисними та значущими (Глэддинг, 2002). Усе це потребує

певного сформованого рівня життестійкості пенсіонера.

Першою характеристикою життестійкості, згідно С. Мадді, є «включеність» – важливий атиюд щодо себе і навколишнього світу і характеру взаємодії між ними, яка дає сили і мотивує людину до реалізації, лідерства, здорового способу життя, думок і поведінки. Він дає змогу почуватися значущим і досить цінним, щоб повністю включатися у вирішення життєвих завдань, незважаючи на наявність стресогенних факторів і змін. Другий, умовно названий «контролем», мотивує до пошуку шляхів впливу на результати стресогенних змін, на противагу впадання в стан безпорадності і пасивності. Це поняття істотно схоже з поняттям «локус контролю» Роттера. На противагу почуттю переляку від цих змін, третій, позначений як «виклик», допомагає людині залишатися відкритою навколишньому середовищу і суспільству. Він визначається у сприйнятті особистістю події життя як виклику та випробування особисто для себе.

Підсумовуючи, можна сказати, що життестійкість – це особливий патерн установок і навичок, що дають змогу перетворити зміни на можливості. Крім цих рис, життестійкість включає в себе такі базові цінності, як кооперація, довіра і креативність (Мадди, 2005).

Також дослідження дають змогу визначити конкретну роль кожного з конструктивних життестійкості. Так, включеність підвищує рівень розумового здоров'я, зменшує оцінку загрози і використання сфокусованих на емоціях копінг-стратегій, збільшуючи роль вторинної переоцінки подій. Своєю чергою показник вираженості контролю також позитивно впливає на розумове здоров'я, викликає зниження оцінки загрози події, сприяє переоцінці події і стимулює до використання копінг-стратегій, орієнтованих на рішення проблем і пошук підтримки.

Отже, як підсумок: 1) життестійкість як можливість індивіда пристосуватися до недавно випробуваних різних стресів або тих, що постійно впливають на нього; 2) життестійкість визначається як здатність людини «взяти верх» над проблемою, незважаючи на несприятливі обставини, а також продовжити свій розвиток на вищому рівні, ніж це очікувалося; 3) життестійкість як специфічна особистісна риса, що означає ефективне подолання і досягнення людиною хороших життєвих результатів. Тобто це здатність людини не тільки протистояти ситуаціям, що травмують, а й обертати їх на особистісне зростання

(Закерничная, 2016). Також фахівці зазначають, що на життестійкість впливають генетичні задатки, стан імунної системи та реакції нервової, ендокринної і серцево-судинної систем організму. Життестійкість невід'ємна від тілесних відчуттів, тому люди, в яких ця властивість сягає високого рівня, спрямовують вольові зусилля на підтримку та зміцнення фізичного здоров'я. Такі індивіди дотримуються здорового способу життя в усіх його складниках (Решетник, 2018; Титаренко, Ларіна, 2009; Hennekam, 2006).

Таким чином, люди третього віку, в яких високий рівень життестійкості, можуть відчувати себе більш задоволеними життям. Серед пенсіонерів, що продовжують працювати, таких індивідів більше. Це припущення нами було досліджено на двох групах респондентів: одна група – ті, що «вийшли на пенсію», а друга – пенсіонери, що продовжують працювати.

2. Методологія та методи

Вибираючи дослідницький інструментарій для розв'язання поставлених задач дослідження, ми спирались на принципи індивідуального підходу і врахування вікових особливостей респондентів.

У дослідженні використовувались такі методики: авторський опитувальник, методика життестійкості С. Мадді, тест «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера, тест «Рівень задоволеності життям».

Авторський опитувальник є анонімним та включає в себе відкриті питання, які можуть допомогти провести не тільки кількісний аналіз результатів, але й якісний. Наприклад, ми пропонуємо респондентам назвати причини, через які вони продовжують працювати, назвати останні значні для себе досягнення, сфери життя, які вважають нереалізованими, та оцінити рівень свого здоров'я за десятибальною шкалою.

Методика життестійкості С. Мадді дає змогу вивчити систему переконань учасників дослідження щодо себе, світу і відносин зі світом. Тест включає три компоненти: залученість, контроль і прийняття ризиків, які проаналізовані незалежно один від одного і всі разом за фактором життєвих сил.

За допомогою методики «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера можна оцінити ступень контролю досліджуваного над різноманітними ситуаціями у своєму житті. Люди розрізняються за тим, як вони пояснюють причини значущих для себе подій і де локалізують контроль над ними. Можливі два полярні типи такої локалізації: екстернальний (зовнішній локус) та інтернальний (внутрішній локус). Дж. Роттер

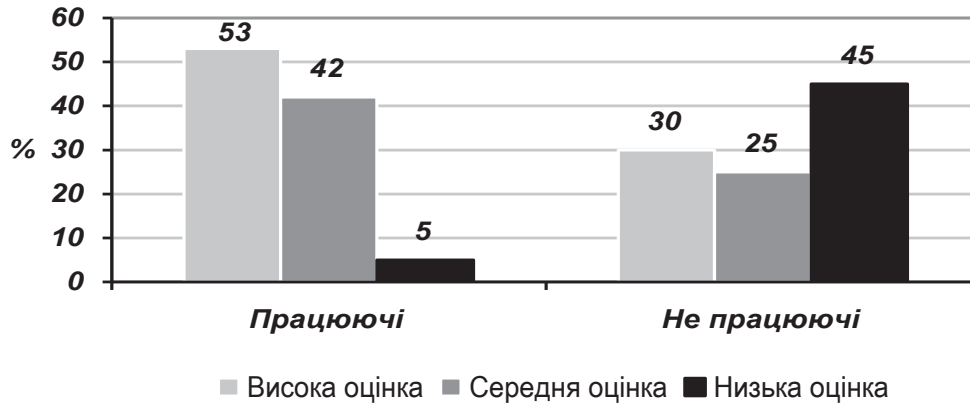


Рис. 1. Оцінка респондентами стану власного здоров'я (%)

вважав, що люди з інтернальним локусом контролю здобувають більших результатів у своїй діяльності, бо об'єктивно оцінюють себе та свої зусилля, власні позитивні і негативні якості, наявність або відсутність необхідних знань, умінь і навичок (Глэддинг, 2002). Люди екстернального типу свої здобутки та невдачі пов'язують із везінням або збігом обставин. Ми вважаємо, що люди інтернального типу почуваються більш щасливими і реалізованими.

Тест «Індекс задоволеності життям» використано для визначення рівня інтересу досліджуваних до життя, рішучості та послідовності в досягненні цілей, а також рівноваги між запланованими та досягнутими цілями та загального фону настрою. Завдяки цій методиці можна визначити сфери життя, які задовольняють і не задовольняють респондентів визначених досліджуваних груп.

У зборі емпіричного матеріалу брала участь магістр психології М. О. Цеменко.

3. Результати та дискусії

У дослідженні взяла участь 100 респондентів віком від 58 до 88 років, серед яких 64 жінки та 36 чоловіків. Респонденти були поділені на дві групи по 50 осіб у кожній:

група 1 – люди похилого віку, які отримують пенсію та працюють;

група 2 – люди похилого віку, які отримують пенсію та не працюють.

На першому етапі дослідження визначалось ставлення респондентів до власного здоров'я (див. рис. 1).

Працюючі пенсіонери оцінюють стан власного здоров'я вище, ніж непрацюючі. Серед пенсіонерів, що працюють, оцінюють стан здоров'я добре 53%, задовільно – 42%, погано – 5%. При цьому серед непрацюючих 30% вважають, що їхнє здоров'я на високому рівні, 25% – на задовільному, 45% – на низькому рівні.

перешкоди заважають Вам це зробити?». Відповідаючи на перше питання, працюючі пенсіонери дають такі відповіді, як «зміна клімату і місця проживання» та «покращення матеріального стану», а відповідно, перешкодою називали свій вік. 4% опитуваних цієї вибірки не мали відповіді на ці питання, а 30% не бажають нічого змінювати. Непрацюючі пенсіонери дають такі варіанти відповідей, як «підвищення пенсії» та «покращення рівня життя», 35% не бажають нічого змінювати і 40% – залишили це питання без відповіді.

Усі три показники за методикою Мадді є вирішальними для характеру реакції на стресогенні обставини. Виражена життєстійкість сприяє полегшенню внутрішньої напруги завдяки контролю над емоціями та вироблених копінг-стратегій.

Професійна діяльність, незалежно від сфери роботи, породжує необхідність взаємодіяти з іншими людьми (див. рис. 2). Для осіб досліджуваного нами віку особливе значення мають соціальні контакти. Але спілкування для них – досить суперечливе питання, адже нові соціальні контакти не завжди є успішними, а звичне коло близьких людей через різні життєві обставини звужується. Наше дослідження виявило, що для 40% пенсіонерів, що працюють, спілкування в робочому колективі є сильною мотивацією для продовження кар'єри, і 20% непрацюючих погоджуються, що спілкування є позитивною частиною роботи.

Серед причин продовження професійної діяльності після досягнення пенсійного віку 5% працюючих респондентів вказують бажання почуватися корисним, тоді як 10% непрацюючих цінують роботу за змогу приносити користь людям (див. рис. 2).

40% непрацюючих пенсіонерів додатковим мотиваційним фактором професійної діяльності назвали високий статус людини

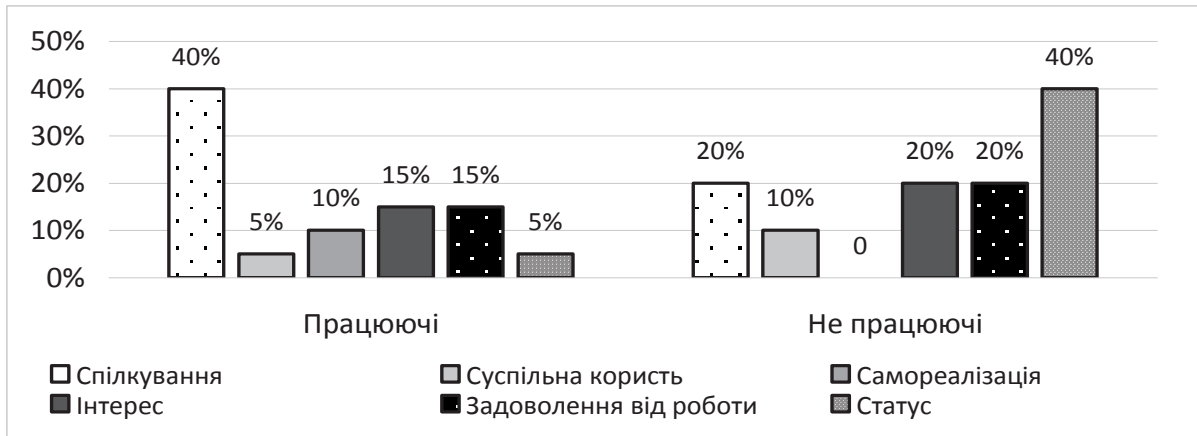


Рис. 2. Показники вираженості складників додаткової мотивації до праці в пенсіонерів (%)

у суспільстві та як наслідок повагу до неї (див. рис. 2). Такий високий відсоток однакових відповідей підтверджує той факт, що в непрацюючих пенсіонерів знижується соціальний статус, вони сильніше відчують свою неміч, піддаються соціальній депривації, яка характеризується пониженням в індивіда спроможності спілкуватися з іншими людьми і органічно взаємодіяти з навколишнім соціумом.

Лише для 10% працюючих робота є засобом реалізації (див. рис. 2). По 15% респондентів обрали як додаткову мотивацію до роботи інтерес та задоволення, що, на нашу думку, є різними поняттями. Інтерес – це жага до відкриття нового, а задоволення можна отримувати і від рутинних дій. Цікаво те, що непрацюючі респонденти частіше назвали ці поняття як можливий додатковий мотиватор – по 20% відповідей відповідно.

За результатами методики «Тест задоволеності життям», працюючі пенсіонери володіють середнім індексом життєвої задоволеності, що характеризується низькою емоційною стабільністю, середнім рівнем задоволеності ситуацією і своєю роллю в ній.

Непрацюючі пенсіонери натомість володіють низьким рівнем життєвої задоволеності, що характеризується високим рівнем емоційної напруги, незадоволеністю обставинами та детальним аналізом невдач. Як додаткове підтвердження цієї

Значення інтернальності щодо здоров'я та хвороби за результатами тесту «Рівень суб'єктивного контролю» у працюючих та непрацюючих пенсіонерів знаходяться на середньому рівні, але, з огляду на невеликі відмінності, непрацюючі пенсіонери більш схильні думати, що лікування хвороби залежить від дій інших людей.

Обидві категорії досліджуваних пенсіонерів бажають покращення рівня здоров'я. Але на прохання вказати своє хобі «спорт» називають частіше непрацюючі пенсіонери, що пов'язано з наявністю вільного часу, якого у працюючих пенсіонерів, на їхню думку, бракує.

За рівнем включеності за результатами тесту С. Мадді (див. табл. 1), можна стверджувати, що працюючі пенсіонери переконані, що активне включення в навколишні події дає максимальну вірогідність знайти щось нове в навколишньому світі. І, навпаки, пенсіонери, що не працюють, мають відчуття спустошеності. Тому людям похилого віку, що не працюють і чие життя обмежене рутинними подіями, на запитання про хобі та останні досягнення в житті було складно відповісти. Майже 73% опитаних непрацюючих пенсіонерів останнім значним для себе досягненням у житті вважають своїх дітей та онуків, що характеризує їх як людей екстернального локусу контролю, 8% респондентів цієї вибірки не змогли відповісти на це питання. Але 19%

Таблиця 1

Показники життєстійкості досліджуваних

	Життєстійкість	Включеність	Контроль	Прийняття ризику
Працюючі	73,12	34,12	24	15
Непрацюючі	65,68	31,92	20,36	13,4
Норма	80,72±18,53	37,64±8,08	29,17±8,43	13,91±4,39



Таблиця 2

Показники рівня задоволеності життям

	Задоволеність життям	Інтерес до життя	Послідовність у досягненні цілей	Узгодженість поставлених та досягнутих цілей	Позитивна оцінка себе і власних вчинків	Загальний фон настрою
Працюючі	25,84	6,16	5,2	5,6	5,8	5,8
Непрацюючі	21,2	4,68	4,64	3,68	4,2	4
Норма	25–30	6–8	6–8	6–8	6–8	6–8

Таблиця 3

Показники складників рівня суб'єктивного контролю досліджуваних

	Інтернальність						
	здоров'я	міжособистісних стосунків	невдач	сімейних відносин	виробничих відносин	досягнень	загальна
Працюючі	5,2	6,56	4,64	3,6	4,84	5,48	17,47
Непрацюючі	5,44	5,84	3,32	2,68	3,76	3,4	12,64
Норма	4,9±1,7	9,1±3,0	4,8±1,9	4,5±1,7	9,6±3,1	5,1±1,9	24,3±6,7

непрацюючих літніх людей продовжують досягати своїх цілей. Своїми досягненнями вони називають вивчення іноземної мови, в'язання та вишивання, одужання від хвороби. Цікаво, що 60% працюючих пенсіонерів пов'язують свої досягнення з роботою. Насамперед це стосується респондентів, чия робота пов'язана із соціальними функціями, наприклад вихователі та медичні працівники. Представники цієї вибірки, які свої досягнення пов'язують із хобі, становлять 20%, 18% – своїми досягненнями вважають виховання своїх нащадків, а 2% не змогли назвати свої досягнення.

Взагалі бездіяльність і пасивність, яку часто відчувають люди похилого віку, призводять до пригніченості та нудьги. У такому стані підкреслюються негативні риси характеру – консерватизм, переоцінка минулого, прагнення повчати, буркотливість, егоцентризм, недовірливість (Ермолаєва, 2002). Для деяких людей така поведінка є захисною оболонкою і спробою повернути до себе увагу.

Рівень контролю також різниться в працюючих і непрацюючих пенсіонерів. Люди похилого віку, що продовжують професійну діяльність, відчувають, що події навколо насамперед залежать від них самих. На відміну від такої точки зору, пенсіонери, що не працюють, відповідальність за невдачі частіше покладають на життєві обставини, старість, незадовільний рівень здоров'я, недосконале законодавство та інше, що відповідає характеристикам екстернального локусу контролю.

Для додаткової оцінки інтернального-екстернального локусу контролю до авторського опитувальника ввійшли питання «Що б ви бажали змінити в своєму житті?» та «Які

методики, 40% опитаних непрацюючих пенсіонерів вважають, що їх життя могло скластися інакше і почуваються нереалізованими в різних сферах свого життя: сімейній, професійній, у сфері здоров'я та особистісної самореалізації.

У процесі вивчення рівня задоволеності життям (див. табл. 2) можна зробити висновок, що як і за кожним окремим фактором, так й за їх сукупністю показники задоволеності життям вищі у працюючих пенсіонерів, ніж у непрацюючих. Але варто зазначити, що за факторами «Позитивна оцінка себе і власних вчинків» та «Загальний фон настрою» результати обох груп досліджених знаходяться нижче норми, що можна пояснити загальновіковими тенденціями переосмислення, переоцінки власного життя, досягнень, зниженням загального рівня і розмаїття прагнень тощо.

У процесі дослідження суб'єктивного контролю працюючих і непрацюючих пенсіонерів (див. табл. 3) було встановлено, що показники «Інтернальність здоров'я», «Інтернальність невдач», «Інтернальність досягнень» у порівнюваних вибірках знаходяться в межах норми. Показники «Інтернальність міжособистісних стосунків», «Інтернальність сімейних стосунків», «Загальна інтернальність» у групі працюючих пенсіонерів знаходяться в межах норми, а у непрацюючих – нижче норми. Показники за шкалами «Інтернальність виробничих стосунків» знаходяться нижче норми в обох групах, що вказує на знецінення респондентами досліджуваних груп свого впливу (або можливого впливу) на робочі процеси.

Висновки

Аналіз результатів вивчення психологічних характеристик працюючих та непрацюючих пенсіонерів показав, що ці соціальні

групи мають стійкі психологічні відмінності в ставленні до себе, різних сфер свого життя та взагалі до процесу старіння. Припинення професійної діяльності та зміна соціального статусу сприяють розвиненню кризи осмислення сенсу життя. Літні люди, які мають достатній рівень контролю процесів свого життя та конкретні плани щодо використання вільного часу, легше переживають кризові моменти, більш емоційно стабільні, стали у своїх поставлених та досягнутих цілях, ніж особи, які таких

планів ще не мають. Працюючі пенсіонери володіють вищими рівнями цих психологічних характеристик, вони керують своїм життям, ведуть активний спосіб життя, продовжують навчатися та розвивати соціальні навички в спілкуванні. Нові досягнення підвищують їх впевненість у власних силах, що дає змогу почуватися щасливими.

Таким чином, визначено, що належність до праці є позитивним явищем, яке допомагає людині похилого віку подолати кризу виходу на пенсію.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Борисов Г.И. Психологические характеристики пожилых людей третьего возраста. *Педагогическое образование в России*. 2016. № 5. С. 171–175.
2. Глэддинг С. Психологическое консультирование [4-е изд.]. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 736 с.
3. Дідора М. Особливості ціннісних орієнтацій у людей похилого віку. *Психологія і суспільство*. 2011. № 1. С. 104–113.
4. Ерохина Д.Г., Карашук Л.Н. Исследование удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте и молодости. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. Спецвыпуск, 2015. С. 117–119.
5. Ермолаева М. Практическая психология старости. Москва : ЭКСМО пресс, 2002. 320 с.
6. Закерничная Н.В. Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях. *Учёные записки ЗабГУ*. 2016. Т. 11. № 5. С. 62–65.
7. Кузьмич В. Вікові особливості людей похилого віку. *Збірник наукових праць національної академії державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні науки*. 2016. № 3(5). С. 93–106.
8. Мадди С. Смыслообразование в процессе принятия решений. *Психологический журнал*. 2005. Т. 26. № 6. С. 87–99.
9. Михальська С.А. Психологічні особливості людей похилого віку. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 425–433.
10. Неженцева В.О. До проблеми саморегуляції емоційних станів у літньому віці. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди «Психологія»*. 2017. Вип. 56. С. 167–178.
11. Решетник О.А. Анализ показателей життестойкости личности. *Сучасні тенденції розвитку науки : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції*. Херсон : Видавництво «Молодий вчений», 2018. Ч. 2. С. 47–50.
12. Сусллова Т.Ф., Жучкова М.В. Исследование удовлетворенности жизнью и смысло-жизненных ориентаций в пожилом и старческом возрасте. *Сибирский психологический журнал. Психологические науки*. 2014. Вип. 53. С. 21–30.
13. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життестійкість особистості: соціальна необхідність та безпека : навч. посібник. Київ : Марич, 2009. 76 с.
14. Ушакова І.М. Геронтопсихологія : підручник. Харків : НУЦЗУ, 2014. 236 с.
15. Халина Н.В. Сходство образа Я и образа значимого другого как фактор, влияющий на удовлетворенность жизнью в пожилом возрасте. *Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал)*. 2012. № 10 (18).
16. Charles S.T., Carstensen L.L. (2010). Social and Emotional Aging. *Annual Review of Psychology*. Vol. 61: 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448> (дата звернення: 03.06.2020).
17. Hennekam S. (2006) Vitality of older workers and its relationship with performance, career satisfaction and career success. *Revue Management & avenir*. 2016/1 (N 83), p. 15–32. URL: <https://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2016-1-page-15.htm> (дата звернення: 03.06.2020).
18. Krause N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychol. Aging*. 22(3): 456–469.
19. The Oxford handbook of work and aging (2012) / edited by Jerry W. Hedge, Walter C. Borman. (Oxford library of psychology). URL: <https://books.google.com.ua/books?id=WHdYIE76xu4C&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false> (дата звернення: 03.06.2020).

REFERENCES:

1. Borisov G.I. (2016). Psihologicheskie karakteristiki pozhiilyh lyudej tretogo vozrasta [Psychological characteristics of older people of the third age]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii – Teacher Education in Russia*, 5, 171–175 [in Russian].
2. Gledding S. (2002). Psihologicheskoe konsultirovanie [Psychological counseling] [chetvertoe izdanie]. St. Petersburg: Piter, 1–736 [in Russian].
3. Didora M. (2011). Osoblyvosti tsinnisnykh oriientatsii u liudei pokhyloho viku [Features of value orientations in the elderly]. *Psyhoholohiia i suspilstvo – Psychology and society*, 1, 104–113 [in Ukrainian].
4. Erohina D.G., Karashuk L.N. (2015). Issledovanie udovletvorennosti zhiznyu v pozhilom vozraste i molodosti [Survey of life satisfaction in old age and youth]. *Lichnost v menyayushemysya mire: zdorove, adaptaciya, razvitie – Personality in a changing world: health, adaptation, development*. Specvypusk, 117–119 [in Russian].



5. Ermolaeva M. (2002). *Prakticheskaya psihologiya starosti* [The practical psychology of old age]. Moscow: EKSMO press, 1–320 [in Russian].
6. Zakernichnaya N.V. (2016). Teoreticheskoe osmyslenie ponyatiya zhiznestojkosti v otechestvennyh i zarubezhnyh issledovaniyah [Theoretical understanding of the concept of resilience in domestic and foreign studies]. *Uchyonye zapiski Zabajkalskogo gosudarstvennoy universiteta – Scientific notes of the Transbaikalian State University*, V. 11, 5, 62–65 [in Russian].
7. Kuzmych V. (2016). Vikovi osoblyvosti liudei pokhyloho viku [Age features of elderly people]. *Zbirnyk naukovykh prats natsionalnoy akademii derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriya: Pedagogichni nauky – Collection of scientific works of the National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine. Series: Pedagogical sciences*, 3 (5), 93–106 [in Ukrainian].
8. Maddi S. (2005). Smysloobrazovanie v processe prinyatiya reshenij [Meaning in decision making]. *Psihologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, V. 26, 6, 87–99 [in Russian].
9. Mykhalska S.A. (2014). Psykholohichni osoblyvosti liudei pokhyloho viku [Psychological features of the elderly]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*, 23, 425–433 [in Ukrainian].
10. Nezhtentseva V.O. (2017). Do problemy samorehuljatsii emotsiinykh staniv u litnomu vitsi [To the problem of self-regulation of emotional states in old age]. *Visnyk KhNPU imeni H.S.Skovorody. Seriya: psykholohiia – H.S. Skovoroda KhNPU Bulletin. Psychology*, 56, 167–178 [in Ukrainian].
11. Reshetnyk O.A. (2018). Analiz pokaznykiv zhyttiistykosti osobystosti [Analysis of indicators of vitality of the individual]. *Suchasni tendentsii rozvytku nauky – Modern trends in science*. Kherson: Molodyi vchenyi, 2, 47–50 [in Ukrainian].
12. Suslova T.F., Zhuchkova M.V. (2014). Issledovanie udovletvorennosti zhiznyu i smyslozhiznennykh orientacij v pozhilom i starcheskom vozraste [The study of life satisfaction and life orientation in the elderly and senile]. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal. Psihologicheskie nauki – Siberian Psychological Journal. Psychological sciences*, 53, 21–30 [in Russian].
13. Tytarenko T.M., Larina T.O. (2009). Zhyttiistykist osobystosti: sotsialna neobkhdnist ta bezpeka [Vitality of the individual: social necessity and security]: navchalnyi posibnyk. Kiev: Marych, 1–76 [in Ukrainian].
14. Ushakova I.M. (2014). Herontopsykholohiia [Gerontopsychology]: pidruchnyk. Kharkiv: NUTsZU, 1–236 [in Ukrainian].
15. Halina N.V. (2012). Shodstvo obraza Ya i obraza znachimogo drugogo kak faktor, vliyahushij na udovletvorennost zhiznyu v pozhilom vozraste [The similarity of the image of I and the image of a significant other as a factor affecting life satisfaction in old age]. *Sovremennye issledovaniya socialnykh problem (elektronnyj nauchnyj zhurnal) – Modern studies of social problems*, 10 (18) [in Russian].
16. Charles S.T., Carstensen L.L. (2010). Social and Emotional Aging. *Annual Review of Psychology*. Vol. 61: 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>
17. Hennekam S. (2006) Vitality of older workers and its relationship with performance, career satisfaction and career success. *Revue Management & avenir*. 2016/1 (N 83), p. 15–32. URL: <https://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2016-1-page-15.htm>
18. Krause N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychol. Aging*, 22(3): 456–469.
19. The Oxford handbook of work and aging (2012) / edited by Jerry W. Hedge, Walter C. Borman. (Oxford library of psychology). URL: <https://books.google.com.ua/books?id=WHdYIE76xu4C&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false>

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.
The article was received 17 June 2020.

УДК 159.9.072+159.922.73

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-13>

АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ДЮССЕЛЬДОРФСЬКОГО ОПИТУВАЛЬНИКА СХЕМ ДЛЯ ДІТЕЙ

Литвиненко Олена Олександрівна,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Київський університет імені Бориса Грінченка

o.lytvynenko@kubg.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>

Мета. У статті представлено результати адаптації українськомовної версії Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей, розробленого у 2018 році К. Лузом, Ф. Мейером та Р. Петровськи і призначеного для діагностики дисфункційних глибинних переконань в осіб дитячого та підліткового віку. Загальна мета дослідження полягала в перекладі, адаптації і стандартизації цього психодіагностичного інструменту.

Результати. У процесі теоретичного аналізу було систематизовано підходи до розуміння типових когніцій взагалі, дисфункційних когнітивних схем зокрема, а також специфіки їх формування і прояву в дітей та підлітків. Крім того, було проаналізовано теоретичні засади розробки базової англійськомовної

версії Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей, а також показники валідності та надійності цієї методики.

Емпірична частина наукового пошуку передбачала перевірку психометричних властивостей україномовної версії опитувальника. З цією метою було проведено процедуру подвійного перекладу тексту запитань та їх експертної оцінки, двоетапну перевірку ретестової надійності через 12 і 18 місяців після первинного обстеження та дослідження конкурентної валідності отриманих із використанням опитувальника відомостей. Статистична обробка результатів відбувалась із використанням кореляційного аналізу (коефіцієнт кореляції Спірмена).

Висновки. Отримані дані та результати їх статистичної обробки свідчать про високі психометричні властивості Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей. Зокрема, показники ретестової надійності та конкурентної валідності відповідають загальним психодіагностичним та психометричним вимогам до інструментів такого типу. Це дає змогу зробити висновок про можливість та доцільність його застосування як клінічної шкали і як дослідницького діагностичного інструменту для визначення дисфункційних когнітивних схем, притаманних дітям та підліткам. Перспективи подальших наукових пошуків у цьому напрямі можуть полягати в адаптації та специфікації опитувальника для використання в роботі з більш вузькими групами досліджуваних, зокрема з особами, які мають порушення слуху і зору.

Ключові слова: *типові когніції, глибинні переконання, дисфункційні когнітивні схеми, психодіагностика, адаптація, стандартизація.*

ADAPTATION OF THE UKRAINIAN VERSION OF DUSSELDORF SCHEMA QUESTIONNAIRE FOR CHILDREN

Lytvynenko Olena Oleksandrivna,

Ph.D. in Psychology,

Associate Professor at the Department of Practical Psychology

Borys Grinchenko University of Kyiv

o.lytvynenko@kubg.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>

Purpose. The article presents results of adaptation of Ukrainian version of the Dusseldorf Schema Questionnaire for Children, developed in 2018 by Loose, Meyer and Pietrowsky and aimed to diagnose children's and adolescents' maladaptive core beliefs. The overall purpose of the study was to translate, adapt and standardize this diagnostic tool.

Results. In the course of theoretical analysis there were systematized the approaches to understanding typical cognitions and maladaptive cognitive schemas as well as the specifics of their formation and manifestation among children and adolescents. In addition there was analyzed the theoretical basis for the development of an English version of the Dusseldorf Schema Questionnaire for Children and the indicators of validity and reliability of this methodic.

The empirical part of the study included checking the psychometric properties of the Ukrainian version of the questionnaire. With this purpose there was conducted a procedure of double translation of the questions and their expert evaluation, two-stage verification of retest reliability in 12 and 18 months after the initial survey and the study of competitive validity of the information obtained with the Questionnaire. Statistical processing of the results was performed using correlation analysis (Spearman's correlation coefficient).

Conclusions. The obtained data and the results of its statistical processing indicate the high psychometric properties of the Dusseldorf Schema Questionnaire for Children. Particularly the indicators of retest reliability and competitive validity meet the general diagnostic and psychometric requirements for instruments of such type. This allows to make a conclusion about the possibility and feasibility of its usage as a clinical scale as well as a research diagnostic tool to determine maladaptive cognitive schemas of children and adolescents. The prospects of further researches in this area may be connected with the adaptation and specification of the Questionnaire for usage with narrower groups of respondents, particularly with persons who have hearing and visual impairments.

Key words: *typical cognitions, core beliefs, maladaptive cognitive schemas, psychological diagnostics, adaptation, standardization.*

Вступ

Когнітивні схеми – це утворення, що відображають глибинні неусвідомлені переконання індивіда про інших людей, навколишній світ та своє місце в ньому. Крім того, саме схеми визначають типові для особи способи емоційного реагування на події та характерні для неї поведінкові патерни. Когнітивні схеми формуються переважно

в дитинстві під впливом біологічних (спадковість, особливості нервової системи, темперамент) та соціальних (специфіка сімейного виховання та взаємодії з оточуючими) факторів. При цьому якщо мають місце патологічні впливи на процес особистісного становлення людини або ж вона стикається з травматичним досвідом, когнітивні схеми можуть ставати дисфункцій-



ними, тобто такими, що суттєво викривляють сприймання подій та явищ, призводять до неконструктивних емоційних і поведінкових реакцій та загалом суттєво знижують якість життя. Психокорекційна робота з дисфункційними когнітивними схемами можлива в межах когнітивної і когнітивно-поведінкової психотерапії, а також схема-терапії. Проте первинним етапом будь-якого психологічного втручання має бути ґрунтовна психодіагностика, проведена з використанням надійного та валідного діагностичного інструментарію. Нині є стандартизовані методики діагностики дисфункційних схем у дорослих та їх адаптовані україномовні версії (зокрема, Опитувальника схем Йонга – YSQ). Водночас інструмент для відповідної діагностики осіб дитячого та підліткового віку – Дюссельдорфський опитувальник схем для дітей (англійською мовою) – був розроблений у 2018 році та не має україномовних аналогів. Саме це зумовлює актуальність цього дослідження, спрямованого на адаптацію та стандартизацію україномовної версії опитувальника, призначеного для визначення дисфункційних когнітивних схем у дітей.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Згідно з класичною когнітивною моделлю в психології, емоції і поведінка індивіда залежать від сприйняття ним різних життєвих обставин. При цьому вважається, що почуття людини визначаються не об'єктивними подіями, а способом, в який вона їх тлумачить (Beck, 2014; Ellis, 2009). Тобто емоції є похідними від когніцій та виникають як результат когнітивної інтерпретації та реструктуризації отриманого досвіду. Набуття цього досвіду починається з дитинства, коли в індивіда формуються певні переконання про самого себе, оточуючих і світ загалом. Найголовніші, або глибинні, переконання – це настанови, які є настільки фундаментальними, що особа часто не може їх чітко висловити і навіть просто усвідомити. Носій таких ідей розцінює їх як об'єктивну інформацію про навколишній світ (Riskind, Kleiman, Seifritz & Neuhoff, 2014)

Глибинні переконання вивчаються переважно в межах когнітивної психології та психотерапії, де вони визначаються як настанови фундаментального рівня, котрі є всеосяжними, укоріненими і такими, що погано піддаються змінам, а також сягають високої міри узагальнення (McMullin, 2009). На основі глибинних переконань формуються проміжні переконання (які також часто не піддаються чіткому вираженню словами), що включають ставлення, правила і припущення. Своєю чергою проміжні переконання породжують автоматичні

думки, тобто вербальні формулювання найбільш поверхневого рівня пізнавальної діяльності (Westbrook, Kennerley & Kirk, 2007). Таким чином, когнітивна організація особистості являє собою ієрархію більш або менш стійких уявлень про світ та способів тлумачення подій, що відбуваються.

Когнітивні схеми є першоосновою, що визначає закономірності узагальнення внутрішнього досвіду. Коли активується наявна схема, в індивіда з'являються сильні негативні емоції, такі як тривога, смуток чи відчуття самотності. Досить тривалий або інтенсивний прояв певної схеми може суттєво порушувати психоемоційне благополуччя і призводити до закріплення неконструктивних способів подолання труднощів та загальної паталогізації особистості (Leahy, 2015).

Дж. Йонг і співавтори визначили 18 схем, які об'єднуються в п'ять узагальнених груп: 1) схеми втрати зв'язку та відкинення; 2) схеми обмеженої автономії і здатності досягати успіху; 3) схеми порушення меж; 4) схеми спрямованості на інших; 5) схеми надмірної пильності та інгібіції (Young, Klosko & Weishaar, 2003). Ці визначення дисфункційних схем були сформовані переважно в результаті клінічних спостережень у межах когнітивної психотерапії, а не внаслідок емпіричних досліджень. З іншого боку, результати окремих наукових пошукувань підтверджують факт їх існування (Arntz, 2014).

У будь-якої людини може бути наявна одна схема або комбінація з кількох схем. Як правило, люди мають більш-менш стійкі схеми. Схема вважається патологічною тільки тоді, коли вона пов'язана з патологічними емоційними переживаннями і симптомами чи порушеннями соціального функціонування. Особи з важкими розладами особистості мають зазвичай високий рівень прояву багатьох схем (Bateman & Fonagy, 2009). Навпаки ж, люди, яким притаманні лише певні життєві труднощі, які не відповідають діагностичним критеріям розладу особистості та мають більш високий рівень соціального функціонування, як правило, отримують високі бали лише за однією або двома схемами (Арнц, 2014).

Очевидно, що приналежність схем до когнітивної підсистеми особистості визначає їх характер та специфіку прояву. Актуалізуючись на рівні поведінки та визначаючи емоції особистості, дисфункційні схеми формуються у свідомості та відображають уявлення людини про навколишній світ та своє місце в ньому. При цьому можна класифікувати схеми відповідно до їх спрямованості на саму людину (еґоцентричні) та її соціальне

оточення (соціоцентричні). Егоцентричні схеми (особливого статусу, надвисоких стандартів, очікування на катастрофу, некомпетентності та ін.) визначають уявлення людини про себе, її рівень домагань та специфіку побудови картин імовірного майбутнього. Водночас соціоцентричні схеми (залежності, підкорення, пошуку визнання та ін.) впливають на специфіку поведінки людини в соціумі та характер її взаємодії з оточуючими (Лозова & Литвиненко, 2019).

Таким чином, когнітивні схеми не відображають переконання особи про навколишній світ, але й визначають типові для неї емоційні та поведінкові реакції. Саме тому, доцільною і необхідною є їх рання психологічна діагностика з використанням надійного та валідного діагностичного інструментарію.

Мета статті полягає у висвітленні результатів адаптації і стандартизації україномовної версії Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей, призначеного для діагностики дисфункційних глибинних переконань в осіб дитячого та підліткового віку.

2. Методологія та методи

Дюссельдорфський ілюстрований опитувальник схем для дітей (Dusseldorf Illustrated Schema Questionnaire for Children – DISC) був розроблений у 2018 році К. Лузом, Ф. Мейером та Р. Петровськи (Loose, Meyer & Pietrowsky, 2018). Цей метод являє собою форму із 36 запитань для визначення сили прояву в індивіда кожної з 18 дисфункційних когнітивних схем, виокремлених у межах представленої вище теорії Дж. Йонга, а саме: 1) покинення, 2) недовіри, 3) емоційної депривації, 4) дефективності, 5) соціальної ізоляції, 6) залежності, 7) очікування на катастрофу, 8) злиття, 9) некомпетентності, 10) особливого статусу, 11) недостатнього самоконтролю, 12) підкорення, 12) самопожертви, 13) пошуку визнання, 14) негативізму, 15) емоційної інгібіції, 17) надвисоких стандартів, 18) покарання.

Опитувальник є коротким економічним інструментом для оцінювання дисфункційних схем, а результати його стандартизації свідчать про високу надійність, а також підтверджену конструктну та прогностичну валідність. У процесі розробки цієї методики 18 оригінальних факторів, запропонованих Дж. Йонгом, підлягали статистичній перевірці на достовірність. Крім того, передбачалося, що всі 18 факторів перетворюються на загальний фактор, що дає змогу визначити рівень дезадаптації досліджуваних.

В оригінальній версії цей опитувальник продемонстрував високі показники ретестової надійності. Внаслідок повторного тестування, що відбувалось через

13–14 місяців після первинного, були виявлені сильні позитивні кореляції (за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона) між двома групами результатів ($r=0,61$, $p<0,001$). Результати ж дослідження, що проводились через 24–36 місяців після первинного, також виявили доволі тісний взаємозв'язок між отриманими даними ($r=0,37$, $p<0,05$). Все це свідчить про високий рівень психометричних характеристик цього діагностичного інструменту.

Загалом же результати стандартизації та апробації Дюссельдорфського опитувальника показали, що виокремлені Дж. Йонгом на дорослій вибірці схеми притаманні і дітям, і підліткам, а також те, що вони не є незалежними одна від одної. Про це свідчить кореляційний взаємозв'язок між рівнем прояву схем, які належать до однієї групи (Loose, Meyer & Pietrowsky, 2018). Отже, дисфункційні схеми є утвореннями, притаманними представникам різних вікових категорій, що визначають характер та специфіку їх когнітивних проявів і можуть бути визначені за допомогою спеціалізованих психодіагностичних інструментів.

Саме тому нами було прийнято рішення про переклад та адаптацію Дюссельдорфського опитувальника з метою подальшого використання для дослідження особливостей когнітивної сфери підлітків. Адаптація психодіагностичного інструментарію є досить структурованим та суворо регламентованим процесом (Бурлачук, 2006). І хоча Дюссельдорфський опитувальник схем є, насамперед, клінічною шкалою, працюючи над його адаптацією, ми намагались дотримуватись загальних психометричних вимог та послідовностей дій.

3. Результати та дискусії

На першому етапі адаптації було здійснено переклад питань та методичного посібника до опитувальника. При цьому в роботі над питаннями була застосована технологія подвійного перекладу, під час якої з англійської їх було перекладено українською мовою, а з української – англійською, та порівняно дві англійські версії. До цього процесу були залучені двоє фахівців-лінгвістів, які працювали незалежно. Для подальшої роботи залишались лише ті питання, суть яких була незмінною після обидвох процедур перекладу. Після цього україномовні варіанти запитань були порівняні з оригіналом, оцінені експертом-психологом, який володіє українською та англійською мовами.

Після лінгвістичного етапу роботи відбувся психометричний аналіз опитувальника, який полягав у реалізації таких кроків: 1) аналіз ретестової надійності, тобто



визначення стійкості результатів через певний проміжок часу; 2) перевірка кореляції з релевантними критеріями, тобто порівняння даних, отриманих із використанням опитувальника з відповідними даними, які були отримані у процесі застосування методик, перекладених і адаптованих раніше.

Перевірка ретестової надійності відбувалась у три етапи серед групи з 75 досліджуваних віком від 10 до 14 років, яка включала 37 дівчат та 38 хлопців. Перший етап дослідження відбувся безпосередньо після перекладу опитувальника у 2018 році, другий – через 12 місяців після першого – у 2019 році, а третій – через 18 місяців після першого та через 6 місяців після другого у 2020 році. При цьому порівнювались показники окремо для кожної шкали, тобто рівень прояву кожної з 18 дисфункційних схем. Результати кореляційного аналізу, проведеного з використанням коефіцієнта кореляції Спірмена, представлені в Таблиці 1.

Отримані дані свідчать про досить високий рівень ретестової надійності Дюссельдорфського опитувальника. Особливо стабільними виявились показники досліджуваних за схемами «недовіри» ($r_1=0,69$; $r_2=0,63$), «підкорення» ($r_1=0,68$; $r_2=0,59$), «покинутості» ($r_1=0,67$; $r_2=0,63$) та «негативізму» ($r_1=0,67$; $r_2=0,69$). При цьому цікавим є те, що показники досліджуваних за схемою «негативізму», отримані на другому етапі дослідження ретестової надійності (у 2020 році), виявились не лише не нижчими, а навіть трохи вищими, ніж відповідні дані, отримані на першому етапі (у 2019 році). Схожі показники можемо спостерігати також за схемами «пошуку

визнання» ($r_1=0,53$; $r_2=0,55$) та особливо «надвисоких стандартів» ($r_1=0,45$; $r_2=0,56$). Таким чином, рівень прояву цих схем через два роки після першого тестування виявився більш наближеним до первинного, аніж той, що був зафіксований на проміжному етапі дослідження.

Зазначимо, що дві з цих схем («надвисоких стандартів» та «негативізму») належать до однієї групи – схем надмірної пильності та інгібіції. Тобто складники саме цієї групи мають тенденцію до варіацій у рівні прояву впродовж різних етапів життя людини. Визначення суті та причин такого феномена потребує додаткових наукових пошуків, зокрема лонгітюдних досліджень, присвячених вивченню особливостей прояву цих схем на різних етапах особистісного становлення. Загалом же результати перевірки ретестової надійності Дюссельдорфського опитувальника дають змогу говорити про високий рівень стабільності його показників.

Наступним етапом стала перевірка кореляції з релевантними критеріями. Реалізація цього етапу адаптації опитувальника передбачала порівняння отриманих за його допомогою результатів із відповідними даними, отриманими з використанням інших психодіагностичних інструментів. Як релевантний критерій нами було обрано третю версію Опитувальника схем Йонга (YSQ-S3), українськомовна версія якого була адаптована у 2013 році Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії. Опитувальник YSQ-S3, незважаючи на те, що є короткою версією, містить 90 запитань (по 5 для виявлення кожної

Таблиця 1

Показники ретестової надійності адаптованої версії Дюссельдорфського опитувальника схем

Схема	2019 рік (r_1)	2020 рік (r_2)	Схема	2019 рік (r_1)	2020 рік (r_2)
Недостатнього самоконтролю	,628*	,507*	Особливого статусу	,625*	,524*
Підкорення	,683*	,591*	Емоційної депривації	,696*	,516*
Недовіри	,688*	,627*	Покинутості	,672*	,633*
Дефективності	,534*	,472*	Самопожертви	,745*	,432*
Соціальної ізоляції	,546*	,451*	Пошуку визнання	,534*	,551*
Залежності	,665*	,518*	Негативізму	,671*	,699*
Некомпетентності	,623*	,469*	Емоційної інгібіції	,769*	,411*
Очікування на катастрофу	,693*	,330*	Очікування на покарання	,540*	,330*
Злиття	,534*	,431*	Надвисоких стандартів	,449*	,561*

* – кореляція є значимою на рівні 0,01

з 18 схем) і не є специфікованим інструментом для роботи з дітьми та підлітками. Тому ми вважаємо недоцільним використовувати його для широких досліджень серед респондентів дитячого та підліткового віку. З іншого боку, придатність Опитувальника YSQ-S3 для вимірювання кількісного рівня прояву в досліджуваних 18 дисфункційних когнітивних схем дала змогу застосувати його як інструмент перевірки конкурентної валідності Дюссельдорфського опитувальника схем, розробленого спеціально для визначення дисфункційних глибинних переконань дітей та підлітків.

У процесі адаптації Дюссельдорфського опитувальника групі з 50 респондентів було запропоновано дати відповіді на запитання двох методик: DISC та YSQ-S3. Порівняння отриманих даних дало змогу визначити показники кореляції між їх результатами (Табл. 2).

Як видно з таблиці, нами було розглянуто показники досліджуваних для кожної з 18 дисфункційних схем. Це дало змогу не лише визначити узагальнений середній коефіцієнт кореляції, але й проаналізувати надійність кожного параметра окремо. Отримані дані свідчать про достатній загальний рівень конкурентної валідності Дюссельдорфського опитувальника, втім, показники за деякими шкалами суттєво відрізняються від середнього результату. Так, найменш значимий взаємозв'язок було виявлено за схемами «соціальної ізоляції» ($r=0,127$) та «залежності» ($r=0,100$). Тобто в досліджуваних, які продемонстрували високий рівень прояву цих схем за опитувальником Йонга, не було зафіксовано відповідних результатів у процесі використання Дюссельдорфського опитувальника і навпаки. Такі дані можуть бути результатом неоднозначного формулювання питань

або ж (що є більш вірогідним) наслідком того, що опитувальник Йонга не є специфічним психодіагностичним інструментом для підлітків, а відповідно, не може бути повністю релевантним для використання в роботі з цією цільовою аудиторією.

З іншого боку, коефіцієнти кореляції за 16 шкалами методик свідчать про високий рівень їх узгодженості. Особливо сильним виявився взаємозв'язок між рівнем прояву таких схем, як «підкорення» ($r=0,559$), «дефективності» ($r=0,561$) та «пошуку визнання» ($r=0,550$), визначений із використанням обох опитувальників. Вартим уваги є те, що дві з трьох зазначених схем («підкорення» і «пошуку визнання») належать до однієї групи – схем спрямованості на інших. Це уможливує припущення, що схеми цієї групи є особливо стабільними, а їх прояви настільки очевидними, що вони однозначно фіксуються за допомогою різних психодіагностичних інструментів.

Висновки

Отримані в процесі емпіричних досліджень дані та результати їх статистичної обробки свідчать про високі психометричні властивості Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей. Зокрема, показники ретестової надійності та конкурентної валідності відповідають загальним психодіагностичним та психометричним вимогам до інструментів такого типу. Це дає змогу зробити висновок про можливість та доцільність застосування Дюссельдорфського опитувальника з метою дослідження особливостей когнітивної сфери дітей та підлітків у контексті їх особистісного становлення. Адже рання діагностика дисфункційних когнітивних схем дає змогу не лише виявити характерні для індивіда глибинні переконання, але й проаналізувати притаманні йому емоційні та поведін-

Таблиця 2
Показники кореляції між шкалами Дюссельдорфського опитувальника схем (DISC) та Опитувальника дисфункційних переконань (PBQ)

Схема за DISC	Аналог за YSQ-S3	Схема за DISC	Аналог за YSQ-S3
Недостатнього самоконтролю	,319*	Надвисоких стандартів	,420**
Підкорення	,559**	Емоційної депривації	,403**
Недовіри	,456**	Покинутості	,594**
Дефективності	,561**	Самопожертви	,486**
Соціальної ізоляції	,127	Пошуку визнання	,550**
Залежності	,100	Негативізму	,483**
Некомпетентності	,243	Емоційної інгібіції	,439**
Очікування на катастрофу	,327*	Очікування на покарання	,464**
Злиття	,327*	Особливого статусу	,431**

* – кореляція є значимою на рівні 0,05; ** – кореляція є значимою на рівні 0,01



кові реакції на події і явища навколишнього світу та визначити патологічні їх прояви. Крім того, своєчасне виявлення типових дисфункційних когніцій забезпечує змогу організувати доцільні психокорекційні і психотерапевтичні втручання, покликані покращити якість життя людини та підвищити рівень її психоемоційного благополуччя.

Перспективи подальших наукових пошуків у цьому напрямі ми вбачаємо в адаптації та специфікації Дюссельдорфського опитувальника для роботи з окремими гру-

пами респондентів, зокрема з дітьми і підлітками, які мають порушення зору і слуху. Зважаючи на те, що дефіцитарність у роботі аналізаторів визначає специфічність формування і розвитку пізнавальної сфери, можемо припустити, що психологічна діагностика дисфункційних схем в осіб цієї категорії вимагає спеціально розроблених методів та методик. Проте перевірка цього припущення вимагає подальшої роботи, спрямованої на адаптацію Дюссельдорфського опитувальника схем для дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Арнтц А. Схема-терапія: модель роботи з частками. Львів : Свічадо, 2014. 264 с.
2. Бурлачук Л.Ф. Психодіагностика : учебник для вузов. СПб. : Питер, 2006. 351 с. ISBN 5-94723-045-3
3. Лозова О.М. & Литвиненко О.О. Наративні індикатори дисфункційних когнітивних схем підлітків. *Psycholinguistics*. 2019. № 26 (1). С. 228–245. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2019-26-1-228-245> (дата звернення: 09.06.2020).
4. Beck A. (2014). *Depression: Causes and Treatment*, Second Edition. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.
5. Bateman A. & Fonagy P. (2009). *Psychotherapy for borderline personality disorder*. N.Y. 227 p.
6. Ellis A. *Rational Emotive Behaviour Therapy: It Works for Me - It Can Work for You*. New York : Prometheus Books, 2009.
7. Leahy R. (2015). *Emotional Schema Therapy*. New York : The Guilford Press.
8. Loose Ch., Meyer F. & Pietrowsky R. (2018) The Dusseldorf Illustrated Schema Questionnaire for Children (DISC). *Psicologia : Reflexão e Crítica*. 12 p.
9. McMullin R. (2009). *The New Handbook of Cognitive Therapy Techniques*. New York : Norton Professional Books.
10. Riskind J., Kleiman E., Seifritz E. & Neuhoff J. (2014). Influence of anxiety, depression and looming cognitive style on auditory looming perception. *Journal of Anxiety Disorders*. 28, 45–50. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.11.05> (дата звернення: 09.06.2020).
11. Westbrook D., Kennerley H. & Kirk J. (2007). *An Introduction to Cognitive Behavioural Therapy*. London : Sage Publications.
12. Young J., Klosko J. & Weishaar M. (2003). *Schema therapy*. N.Y., London.

REFERENCES:

1. Arntz A. (2014). Skhema-terapiya: model roboty z chastkamy [Scheme-therapy: a model of work with particles]. Lviv: Svichado [in Ukrainian].
2. Burlachuk L. (2006). Psikhodiagnostika: uchebnik dlya vuzov [Psychodiagnostics: the Textbook for Universities]. St.-Petersburg: Peter. ISBN 5-94723-045-3 [in Russian].
3. Lozova O. & Lytvynenko O. (2019). Naratyvni indykatory dysfunktsiynykh kohnityvnykh skhem pidlitkiv [Narrative indicators of adolescents' maladaptive cognitive schemas]. *Psycholinguistics*, 26 (1), 228–245. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2019-26-1-228-245> [in Ukrainian].
4. Beck A. (2014). *Depression: Causes and Treatment*, Second Edition. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.
5. Bateman A. & Fonagy P. (2009). *Psychotherapy for borderline personality disorder*. N.Y. 227 p.
6. Ellis A. (2009). *Rational Emotive Behaviour Therapy: It Works for Me - It Can Work for You*. New York: Prometheus Books.
7. Leahy R. (2015). *Emotional Schema Therapy*. New York: The Guilford Press.
8. Loose Ch., Meyer F. & Pietrowsky R. (2018). The Dusseldorf Illustrated Schema Questionnaire for Children (DISC). *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 12 p.
9. McMullin R. (2009). *The New Handbook of Cognitive Therapy Techniques*. New York: Norton Professional Books.
10. Riskind J., Kleiman E., Seifritz E. & Neuhoff J. (2014). Influence of anxiety, depression and looming cognitive style on auditory looming perception. *Journal of Anxiety Disorders*, 28, 45–50. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.11.05>
11. Westbrook D., Kennerley H. & Kirk J. (2007). *An Introduction to Cognitive Behavioural Therapy*. London: Sage Publications.
12. Young J., Klosko J. & Weishaar M. (2003). *Schema therapy*. N.Y., London.

Стаття надійшла до редакції 18.06.2020.
The article was received 18 June 2020.

УДК [159.922.8+159.922.62]:316.723

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-14>

ОСОБЛИВОСТІ АКТУАЛЬНИХ ПОТРЕБ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ТА ДОРОСЛОГО ВІКУ В НЕФОРМАЛЬНІЙ СУБКУЛЬТУРІ

Мужанова Наталія Володимирівна,
аспірант кафедри психології розвитку та консультування
Житомирський державний університет імені Івана Франка

zelenu@meta.ua

<https://orcid.org/0000-0003-0072-6816>

Мета. У статті подано результати дослідження актуальних потреб особистості, яка перебуває під впливом культури неформальних угруповань. Результати дослідження дають змогу розширити інформаційний базис щодо особливостей впливу двох соціально-культурних чинників (традиційної та неформальної культур) на потребову сферу особистості. Подане дослідження мало на меті визначити особливості актуальних потреб особистості, яка є активним учасником неформальної субкультури. Методом вивчення слугувала методика діагностики актуальних потреб особистості О. Капцова. За допомогою процедур рандомізації було створено дві групи респондентів, кожна з яких складалася відповідно зі 160 представників різних неформальних груп та 160 пересічних людей у рівній кількості чоловічої та жіночої статі, дорослого та юнацького віку.

Результати. Подано аналіз рівня задоволеності потреб, їх інтегральних рівнів (психофізіологічний, соціальний, вищий) і видів діяльності (праця, спілкування, пізнання, рекреація, управління). Відповідно до середніх значень показників мір задоволеності потреб у представників неформальної субкультури та пересічних громадян виявлено, що рівень задоволеності їхніх потреб перебуває в межах задоволеності й часткової задоволеності. Визначено модальну частоту групового вибору, згідно з яким пересічні громадяни вважають свої потреби менш задоволеними (частково задоволеними і незадоволеними) порівняно з членами субкультурної спільноти.

Висновки. Таким чином, суб'єктивні відчуття представників неформальної субкультури презентують більшу міру задоволення власних потреб порівняно з членами традиційної культури (пересічними громадянами). Представлено ієрархічну структуру потреб респондентів обох досліджуваних груп. Виявлено статеву диференціацію актуальних потреб у дорослому та юнацькому віці. Актуальні потреби юних чоловіків є більш задоволеними порівняно з дорослими. У представниць жіночої статі з віком відбувалося заміщення одних потреб на інші. Встановлено негативну вікову динаміку задоволеності актуальних потреб осіб чоловічої статі та позитивну – жіночої.

Ключові слова: актуальні потреби, неформальна субкультура, особистість, юнацький вік, дорослий вік.

PECULIARITIES OF CURRENT NEEDS OF ADOLESCENT AND ADULT PERSONALITY IN INFORMAL SUBCULTURE

Muzhanova Nataliia Volodymyrivna,

Postgraduate Student at the Department of Developmental Psychology and Counseling
Zhytomyr Ivan Franko State University

zelenu@meta.ua

<https://orcid.org/0000-0003-0072-6816>

Purpose. The article presents the results of a study of the current needs of the individual who is influenced by the culture of informal groups. The results of the study allow to expand the information base on the peculiarities of the influence of two socio-cultural factors (traditional and informal cultures) on the required sphere of personality. The purpose of this study was to identify the specific needs of the individual who is an active participant in the informal subculture. The method of studying was the method of diagnosing the actual needs of the individual by O. Kaptsov. Two groups of respondents were created using randomization procedures, each of them consisted of 160 representatives of various informal groups and 160 ordinary people: males and females, adults and adolescents in equal numbers.

Results. It is given the analysis on the level of satisfaction of needs, their integral levels (psychophysiological, working, higher) and activity (application, communication, cognition, recreation, management). According to the average values of indicators of needs satisfaction of the informal subculture representatives and ordinary citizens, it was found that the level of satisfaction of their needs is within the limits of satisfaction and partial satisfaction. The modal frequency of group choice according to which ordinary citizens consider their needs less satisfied (partially satisfied and unsatisfied) compared to members of the subcultural community is determined.



Conclusions. Thus, the subjective feelings of the informal subculture present a greater degree of satisfaction of their own needs, compared to members of traditional culture (ordinary citizens). The hierarchical structure of the needs of the respondents of both study groups is presented. Gender differentiation of current needs in adulthood and adolescence is revealed. The actual needs of young men are more satisfied than those of adults. With age there was a substitution of some needs for others in females. There were established a negative age dynamics of actual needs satisfaction of male persons and positive – female.

Key words: *current needs, informal subculture, personality, adolescence, adulthood.*

Вступ

Упродовж останніх років наша держава проводить поступову євроінтеграцію. Завдяки цьому в українське суспільство інтегруються європейські цінності, потреби й життєві стандарти.

Важливість вивчення потреб людини важко переоцінити. Майже всі сфери людської діяльності ґрунтуються саме на них. Політика, економіка, засоби масової інформації та особливо маркетинг включно з індустрією розваг постійно моніторять та стимулюють об'єкти потреб людини (Гавриловська, Фурман, 2016). Внаслідок такої спрямованої дії змінюються державні установи, з'являються нові соціальні формації та розгалужується споживацька сфера (Шепелева, Валуева, Лаптева, 2018).

Класифікація потреб доволі складна, їх поділяють залежно від предмета – на матеріальні та духовні; від походження – природні, соціальні, культурні; від змісту – релігійні, професійні, моральні, політичні, естетичні; від важливості для суб'єкта – домінантні й другорядні та ін. (Rezaee Haftador & Hoseyni Koohsari, 2015).

У науковій психології найбільш популярною ієрархією потреб є концепція А. Маслоу, яка вибудовується на підґрунті соціальної зумовленості потреб (Маслоу, 2012). Життєдіяльність людини базується на первинних природних потребах (фізіологічних та в захищеності), способи їх реалізації завжди мають соціально-культурний характер (Макклелланд, 2007). Задоволеність здійснює перехід від первинних до соціальних потреб (афіліації) й далі до вищих потреб у повазі та самореалізації (Al Harbi, 2016). Потреби – це базис спрямованості особистості, саме вони детермінують діяльність та поведінку людини (Van Volkom, Dirmeitis, & Cappitelli, 2019). Взаємозв'язок потреб та світогляду особистості простежується в домаганнях, ідеалах, установках, цілях, поведінкових нормах. Своєю чергою світогляд впливає на розвиток інтересів особистості та обрання нею мотивів діяльності (Alqaisy & Ahmad, 2016).

Таким чином, наукове вивчення актуальних потреб особистості дає змогу отримати не лише значний інформаційний пласт щодо цієї людини, а й прогнозувати

її поведінку (Шепелева, Лаптева, Лаптева, Ушаков, Забелин, 2019).

Таке соціальне явище, як неформальна субкультура, не лише здійснює вплив на вже наявну систему потреб особистості, а й самостійно продукує нові потреби (Голуева, 2010). За умови відсутності традиційних шляхів соціалізації особистості потреба в приналежності до соціуму (афіліація) може бути реалізованою саме в неформальній субкультурі (Мужанова, 2020).

Оскільки в сучасному суспільстві неформальні субкультури не втрачають своєї актуальності і найчастіше виступають альтернативним середовищем соціалізації, вкрай важливим є вивчення актуальних потреб її членів (Мужанова, 2016).

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей актуальних потреб особистості, яка є активним учасником неформальної субкультури. У процесі дослідження вирішувались такі завдання: діагностика актуальних потреб особистості, яка перебуває в неформальній субкультурі; виокремлення специфічних особливостей актуальних потреб членів неформальної субкультури; їх вікова та статева диференціація.

2. Методологія та методи

Для вивчення актуальних потреб персоні особистості та залученої до неформальної субкультурної групи застосовували методику діагностики актуальних потреб особистості О. Капцова (Капцов, 2008), в основу якої покладена модель потреб Л. Фрийдмана та Ю. Кулагіної. Методика дає змогу діагностувати міру задоволеності 15 потреб особистості шляхом їх попарного порівняння. Якщо сума балів перебуває в діапазоні від 1 до 5 балів, то потреба знаходиться в зоні задоволеності, від 6 до 8 балів – зона часткової незадоволеності, 9–14 балів – зона незадоволеності. Також діагностуються інтегральні показники потреб за їх відповідними рівнями (психофізіологічним, соціальним, вищим) та видами діяльності (праця, спілкування, пізнання, рекреація, управління) (Капцов, 2008: 59). Алгоритм проведення дослідження відповідає нормативам експериментальної психології (Корнилова, 2002). Його емпіричний складник передбачав визначення актуальних потреб респондентів включно зі знахо-

дженням їх середніх групових показників та модальної частоти.

Достовірність виявлених відмінностей актуальних потреб та відповідних інтегральних показників між досліджуваними групами респондентів обчислювалася за допомогою критеріїв Ст'юдента та Манна-Уїтні, доцільність їх застосування визначалася нормальністю розподілу змінних.

Дослідженням було охоплено 320 респондентів: 160 представників різних неформальних субкультур (експериментальна група) та 160 пересічних громадян (контрольна група). Експериментальна та контрольна групи були розподілені за віковим та статевим критеріями: рівна кількість людей юнацького (18–22 роки) і дорослого (23–60 років) віку; пропорційний статевий розподіл (50% чоловічої та 50% жіночої статі).

Критеріями формування експериментальної вибірки були такі: вік, стать, економічно-фінансовий статус, освітній рівень, приналежність до неформальної субкультури. Респонденти, що були залучені до контрольної вибірки, повністю відповідали вищезазначеним характеристикам, окрім останнього критерію: вимогою для них була відсутність будь-якої залученості до неформальної субкультури не лише на теперішній час, але й в минулому.

Базою для дослідження слугували відомі місця дозвілля представників різних субкультурних угруповань міста Києва, зокрема: спортивні бари (BeerCity та BigBen), байкерські клуби ("CrazyHohols MFC", Angels MC, Balamut Brothers MFC), косплей організації (CosplayStuff, аніме клуб «Міцурукі», ТОВ «КІЇВ КОМІК КОН») та інтернет-ресурси (соціальні мережі Facebook, Telegram, Twitter, Linkdn). До участі в дослідженні долучилися члени таких неформальних субкультур: «хіп-хоп» (репери) – 10 осіб; готи – 20 осіб; футбольні фанати – 30 осіб; геймери – 36 осіб; емо-кід – 6 осіб; байкери – 18 осіб; «АУЄ» – 9 осіб; толкієністи – 7 осіб; скінхеди – 8 осіб; косплей – 16 осіб.

3. Результати та дискусії

Встановлені середні значення актуальних потреб та відповідних інтегральних показників (див. табл. 1) дали змогу визначити рівень їх задоволеності у респондентів обох досліджуваних груп (експериментальної та контрольної).

Згідно з отриманими середніми значеннями показників потреб досліджених респондентів, рівень їхньої задоволеності виглядає таким чином:

1) у чоловіків-неформалів (дорослий вік) у зоні повної задоволеності перебувають потреби в безпеці і задоволеннях

та в активності і готовності до майбутнього. В зоні часткової незадоволеності міститься решта потреб: в емоційному спілкуванні, орієнтаційна потреба і потреба в свободі, в домінуванні, досягненнях, емоційній насиченості, пізнанні, а також у підготовленості, статусі, бути особистістю, морально-етичні потреби, сенсі життя, самовираженні й управлінні. Інтегральні показники потреб, які репрезентуються у відповідних рівнях (психофізіологічному, соціальному і вищому) і видах діяльності (праця, спілкування, пізнання, реакція, управління), також перебувають у зоні часткової незадоволеності.

2) у хлопців-неформалів (юнацький вік) задоволеними повною мірою є потреби в безпеці і задоволеннях, орієнтаційна потреба і потреба в свободі, в активності та готовності до майбутнього, а також у пізнанні. Частково незадоволеними лишаються потреби в емоційному спілкуванні, домінуванні, досягненнях, емоційній насиченості життя, підготовленості, статусу, бути особистістю, морально-етичні потреби, в сенсі життя, самовираженні, управлінні. Всі інтегральні рівні потреб (психофізіологічний, соціальний, вищий) та діяльнісні характеристики (праця, спілкування, пізнання, реакція, управління) юнаків є частково незадоволеними.

3) у жінок-«неформалок» (дорослий вік) у зоні задоволеності перебувають потреби в безпеці і задоволеннях, орієнтовна потреба і потреба в свободі, в активності та готовності до майбутнього, в пізнанні, в межах часткової задоволеності перебувають потреби в емоційному спілкуванні, в домінуванні, в досягненнях, в емоційній насиченості, в підготовленості, в статусі, бути особистістю, морально-етичні потреби, в сенсі життя, в самовираженні, в управлінні, всі представлені інтегральні ознаки – рівні потреб (психофізіологічний, соціальний, вищий) та види діяльності (праця, спілкування, пізнання, реакція, управління).

4) у дівчат-«неформалок» (юнацький вік) у межах задоволеності є потреби в безпеці і задоволеннях, орієнтовна потреба і потреба в свободі, в активності та готовності до майбутнього, в пізнанні, психофізіологічний рівень (інтегральна ознака рівня потреб), праця (інтегральна ознака діяльності), в зоні часткової задоволеності містяться емоційне спілкування, активність та готовність до майбутнього, досягнення, емоційна насиченість, підготовленість, бути особистістю, морально-етичні потреби, сенс життя, самовираження, потреба в управлінні, соціальний і вищий рівні та спілкування, пізнання, реакція, управ-



Таблиця 1

Середні показники актуальних потреб у репрезентативних вибірках членів неформальної субкультури та пересічних громадян

Потреби	Експериментальна група				Контрольна група			
	Ч	Х	Ж	Д	Ч	Х	Ж	Д
у безпеці і задоволенні	5,825	4,750	5,025	3,100	6,050	5,600	6,575	5,675
в емоційному спілкуванні	6,650	7,125	6,825	6,750	7,750	7,000	7,375	7,275
орієнтаційна та в свободі	6,325	5,800	5,975	5,200	6,450	6,625	6,900	6,275
в активності та готовності до майбутнього	5,075	5,750	5,650	6,200	5,875	5,450	5,775	5,575
у домінуванні	7,550	6,975	7,300	5,925	7,575	7,675	7,900	7,500
у досягненнях	7,600	7,025	7,150	6,175	7,500	7,350	7,750	7,600
в емоційній насиченості	8,175	8,000	8,175	7,675	8,125	8,100	8,000	8,200
у пізнанні	6,250	5,925	5,875	5,625	6,050	5,875	5,875	6,075
у підготовленості	7,625	7,250	7,325	6,150	7,950	7,400	8,100	7,725
у статусі	7,575	8,475	8,550	9,600	7,950	7,850	7,925	7,925
бути особистістю	7,025	7,200	7,150	7,950	6,650	6,775	6,525	6,875
морально-етичні	8,025	8,325	8,150	8,850	7,950	8,125	7,600	8,000
у сенсі життя	7,300	7,825	7,450	8,525	6,825	7,125	6,675	7,175
у самовираженні	6,800	7,125	6,925	7,925	6,275	6,775	6,275	6,575
в управлінні	6,300	6,675	6,500	7,450	5,850	6,375	5,500	6,150
психофізіологічний рівень	6,285	6,080	6,155	5,435	6,740	6,470	6,905	6,460
соціальний рівень	6,920	6,960	7,040	7,045	7,065	7,015	7,155	6,980
вищий рівень	7,090	7,430	7,235	8,140	6,710	7,035	6,515	6,955
праця	6,715	6,292	6,407	5,617	6,642	6,537	6,747	6,677
спілкування	7,577	7,777	7,680	7,707	7,895	7,707	7,617	7,790
пізнання	6,592	6,495	6,410	6,442	6,420	6,515	6,457	6,480
рекреація	6,470	6,687	6,610	6,747	6,672	6,517	6,687	6,600
управління	7,227	7,345	7,420	7,632	7,207	7,265	7,190	7,157

Примітки: Ч – чоловіки; Х – хлопці; Ж – жінки; Д – дівчата

ління (інтегральні ознаки), єдиною потребою, яка перебуває в зоні незадоволеності, є потреба в статусі.

5) у пересічних чоловіків (дорослий вік) у зоні задоволеності містяться потреби в активності та готовності до майбутнього та управлінні, а в зоні часткової незадоволеності перебувають потреби в безпеці і задоволеннях, в емоційному спілкуванні, орієнтовна потреба і потреба в свободі, в домінуванні, в досягненнях, в емоційній насиченості, в пізнанні; в підготовленості, в статусі, бути особистістю, морально-етичні потреби, в сенсі життя, в самовираженні та інтегральні показники (психофізіологічний, соціальний і вищий рівні та праця, спілкування, пізнання, реакція, управління).

6) у хлопців (юнацький вік) з контрольної групи в зоні задоволеності є потреби

в активності та готовності до майбутнього і пізнанні, в межах часткової задоволеності перебувають усі інші потреби (в безпеці і задоволеннях, орієнтовна потреба і потреба в свободі, емоційне спілкування, домінування, досягнення, емоційна насиченість, підготовленість, статус, бути особистістю, морально-етичні потреби, сенс життя, самовираження, управління) та інтегральні показники (психофізіологічний, соціальний і вищий рівні та праця, спілкування, пізнання, реакція, управління).

7) у пересічних жінок (дорослий вік) потреби в активності та готовності до майбутнього, в пізнанні та в управлінні є задоволеними, тоді як потреби (в безпеці і задоволеннях, орієнтовна потреба і потреба в свободі, емоційне спілкування, домінування, досягнення, емоційна насиченість, підготовленість, статус, бути осо-

бистістю, морально-етичні потреби, сенс життя, самовираження) і інтегральні показники (психофізіологічний, соціальний і вищий рівні та праця, спілкування, пізнання, реакція, управління) є частково незадоволеними.

8) у дівчат (юнацький вік) з контрольної групи в діапазоні задоволеності перебувають потреби в безпеці і задоволеннях та в активності й готовності до майбутнього, в діапазоні частково незадоволеності перебувають потреби в емоційному спілкуванні, орієнтовна потреба і потреба в свободі, в домінуванні, в досягненні, в емоційній насиченості, в пізнанні, в підготовленості, в статусі, бути особистістю, морально-етичні потреби, в сенсі життя, в самовираженні, включно з інтегральними показниками (психофізіологічний, соціальний і вищий рівні та праця, спілкування, пізнання, реакція, управління).

Оскільки методика передбачала оцінку та порівняння суджень (іпсативний формат) було доцільним визначення частоти вибору кожної з потреб за допомогою пошуку відповідних мод (див. табл. 2).

Знаходження модальної частоти показників потреб дало змогу визначити основні тенденції, особливості частот персональних та групових виборів респондентів експериментальної та контрольної груп. У такий спосіб було отримано більш чітку картину діапазону мір задоволеності потреб у досліджуваних.

За таких обставин у підгрупі дорослих чоловіків з неформального субкультурного середовища в зону незадоволеності потрапляли орієнтаційна потреба і потреба в свободі, а також у домінуванні та в досягненнях.

Потреби в сенсі життя, бути особистістю, в самовираженні, в управлінні та комплекс потреб психофізіологічного рівня визначені чоловіками як задоволені. Всі інші потреби перебували в зоні часткової незадоволеності.

У підгрупі юнаків-неформалів єдиною незадоволеною була потреба «в сенсі життя», а задоволеними – в безпеці і задоволеннях, орієнтаційна, в свободі, бути особистістю, в самовираженні та комплекс потреб психофізіологічного рівня.

Таблиця 2

Модальна частота актуальних потреб у репрезентативних вибірках членів неформальної субкультури та пересічних громадян

Потреби	Експериментальна група				Контрольна група			
	Ч	Х	Ж	Д	Ч	Х	Ж	Д
у безпеці і задоволенні	8	4	4	1	8	8	8	8
в емоційному спілкуванні	6	6	6	0	9	9	9	9
орієнтаційна та в свободі	9	4	4	4	9	9	9	9
в активності та готовності до майбутнього	6	6	6	6	6	6	6	6
у домінуванні	9	6	9	2	9	9	9	9
у досягненнях	9	6	8	6	9	9	9	9
в емоційній насиченості	8	8	8	4	8	8	8	8
у пізнанні	7	6	6	6	6	6	6	6
у підготовленості	8	8	8	8	8	8	8	8
у статусі	6	6	6	6	6	6	6	6
бути особистістю	5	5	5	6	5	5	5	5
морально-етичні	7	7	7	9	7	7	7	7
у сенсі життя	4	9	9	12	4	4	4	4
у самовираженні	5	5	5	7	5	5	5	5
в управлінні	5	8	5	8	5	5	5	5
психофізіологічний рівень	4,2	4,2	8,2	3,2	8,2	8,2	8,2	8,2
соціальний рівень	7,40	7,40	7,40	6,20	7,40	7,40	7,40	7,40
вищий рівень	5,40	5,40	5,40	8a	5,40	5,40	5,40	5,40
праця	7,30	7,30	7,30	5a	7,30	7,30	7,30	7,30
спілкування	8,30	8,30	8,30	6,60	8,30	8,30	8,30	8,30
пізнання	6,30	6,30	6,30	5a	6,30	6,30	6,30	6,30
рекреація	6,30	6,30	6,30	8	6,30	6,30	6,30	6,30
управління	6,60	6,60	6,60	5,30	6,60	6,60	6,60	6,60

Примітки: Ч – чоловіки; Х – хлопці; Ж – жінки; Д – дівчата



Таблиця 3

Рангове представлення актуальних потреб членів неформальної субкультури та пересічних громадян

Потреби	Експериментальна група				Контрольна група			
	Ч	Х	Ж	Д	Ч	Х	Ж	Д
у безпеці і задоволенні	11	1,5	1,5	2	10	10	10	10
в емоційному спілкуванні	6	7,5	7,5	1	13,5	13,5	13,5	13,5
орієнтаційна та в свободі	14	1,5	1,5	4,5	13,5	13,5	13,5	13,5
в активності та готовності до майбутнього	6	7,5	7,5	8	6	6	6	6
у домінуванні	14	7,5	14,5	3	13,5	13,5	13,5	13,5
у досягненнях	14	7,5	12	8	13,5	13,5	13,5	13,5
в емоційній насиченості	11	13	12	4,5	10	10	10	10
у пізнанні	8,5	7,5	7,5	8	6	6	6	6
підготовленості	11	13	12	12,5	10	10	10	10
у статусі	6	7,5	7,5	8	7	6	6	6
бути особистістю	3	3,5	4	8	3	3	3	3
морально-етичні	8,5	11	10	14	8	8	8	8
у сенсі життя	1	15	14,5	15	1	1	1	1
у самовираженні	3	3,5	4	11	3	3	3	3
в управлінні	3	13	4	12,5	3	3	3	3

Примітки: Ч – чоловіки; Х – хлопці; Ж – жінки; Д – дівчата

У дорослих представниць неформальної субкультури найчастіше в зону незадоволеності потрапляли потреби в домінуванні та сенсі життя. Згідно з їхніми відповідями, в зоні задоволеності перебували такі потреби, як у безпеці і задоволеннях, орієнтаційна, в свободі, бути особистістю, в самовираженні та в управлінні.

Юні неформальні дівчата рідше вибирали потреби в безпеці і задоволеннях, в емоційному спілкуванні, орієнтаційну потребу і потребу в свободі, в домінуванні, в емоційній насиченості, що сприяло потраплянню потреб психофізіологічного рівня, в праці та пізнанні до зони задоволеності також. Морально-етичні потреби та потреби в сенсі життя дівчатами нехтувалися рідше, тому вони і перебувають у зоні незадоволеності.

Як видно з таблиці, поміж представників традиційного культурного соціуму ні за віком, ні за статтю розбіжностей не виявлено. Для досліджених пересічних людей найчастіше в зоні задоволеності перебували потреби бути особистістю, в сенсі життя, самовираженні, управлінні, а в зоні незадоволеності – потреби в емоційному спілкуванні, орієнтаційна потреба і потреба в свободі, в домінуванні, в досягненнях.

Для об'єктивації результатів вивчення актуальних потреб представників неформальних субкультур та традиційної культури було здійснено процедуру ранжування акту-

альних потреб досліджуваних експериментальної та контрольної груп (див. табл. 3).

Дорослі чоловіки, члени неформальної субкультури, визначають для себе таку ієрархію потреб: 1) у сенсі життя; 2) у самовираженні, в управлінні, бути особистістю; 3) у статусі, в активності та готовності до майбутнього, в емоційному спілкуванні; 4) морально-етичні, в пізнанні; 5) безпеці і задоволеннях, в емоційній насиченості, в підготовленості; 6) орієнтаційну і потребу в свободі, в домінуванні, в досягненнях.

Хлопці з неформальної субкультури представили таку ієрархію потреб: 1) у безпеці і задоволеннях, орієнтаційну, в свободі; 2) бути особистістю, в самовираженні; 3) в емоційному спілкуванні, в активності та готовності до майбутнього, в домінуванні, в досягненнях, у пізнанні, в статусі; 4) морально-етичні потреби; 5) в емоційній насиченості, в підготовленості та в управлінні; 6) у сенсі життя.

Ієрархія потреб дорослих жінок-«неформалок»: 1) у безпеці і задоволеннях, орієнтаційна, в свободі; 2) бути особистістю, в самовираженні, в управлінні; 3) в емоційному спілкуванні, в активності та готовності до майбутнього, в пізнанні, в статусі; 4) морально-етичні потреби; 5) у досягненнях, емоційній насиченості, підготовленості; 6) у домінуванні та в сенсі життя.

Ієрархічна структура потреб юних дівчат-«неформалок» є найбільш диференційованою порівняно з представниками реш-

ти підгруп та має такий вигляд: 1) потреби в емоційному спілкуванні; 2) у безпеці і задоволеннях; 3) у домінуванні; 4) орієнтаційна потреба і потреба в свободі та в емоційній насиченості; 5) в активності та готовності до майбутнього, в досягненнях, пізнанні, статусі, бути особистістю; 6) в самовираженні; 7) у підготовленості та в управлінні; 8) морально-етичні потреби, в сенсі життя.

Неочікуваними вийшли ієрархічні структури потребових сфер пересічних громадян. За винятком потреби у статусі ієрархічні системи потреб представників традиційної культури як дорослих, так і юнацтва є ідентичними. До того ж відсутній статеві відмінності. Лише у дорослих чоловіків потреба в статусі є дещо більшою мірою незадоволеною порівняно з іншими респондентами.

Перейдемо до аналізу значущих відмінностей між показниками потреб представників неформальної субкультури та звичайних громадян.

У чоловіків-«неформалів» більшою мірою порівняно з їх пересічними ровесниками є задоволеними потреба в активності та готовності до майбутнього ($U=2,96$; $p \leq 0,01$).

У жінок з неформальної субкультури порівняно з пересічними ровесницями більшою мірою не задовольняються потреби у самовираженні ($t=2,67$; $p \leq 0,01$) та комплекс потреб вищого рівня ($t=-2,08$; $p \leq 0,05$) і краще задовольняються потреби в безпеці ($t=-2,73$; $p \leq 0,01$), в підготовленості ($U=2,18$; $p \leq 0,05$) та всі потреби психофізіологічного рівня ($t=-2,13$; $p \leq 0,05$). Дівчата-«неформалки» порівняно з пересічними більшою мірою не задовольняють власні потреби в активності та готовності до майбутнього ($t=-2,29$; $p \leq 0,05$), в статусі ($U=2,40$; $p \leq 0,05$), бути особистістю ($t=-2,05$; $p \leq 0,05$), морально-етичні потреби ($U=2,85$; $p \leq 0,01$), в самовираженні ($U=3,60$; $p \leq 0,01$), в управлінні ($U=4,15$; $p \leq 0,01$) та потреб вищого рівня ($U=3,46$; $p \leq 0,01$), краще задовольняють потреби у безпеці ($U=-4,46$; $p \leq 0,01$), домінуванні ($t=-2,56$; $p \leq 0,01$), досягненнях ($t=-4,51$; $p \leq 0,01$), в підготовленості ($U=4,04$; $p \leq 0,01$), психічному рівні ($t=-2,73$; $p \leq 0,01$) та праці ($U=4,45$; $p \leq 0,01$).

Безпосереднє порівняння показників осіб експериментальної групи встановило таке: для юнаків порівняно з дорослими чоловіками є важливішими потреби в активності та готовності до майбутнього ($t=-2,58$; $p \leq 0,01$); в безпеці ($U=3,33$; $p \leq 0,01$), в домінуванні ($t=2,17$; $p \leq 0,05$), в досягненнях ($U=2,92$; $p \leq 0,01$), в підготовленості ($U=3,04$; $p \leq 0,01$) та праці ($U=3,43$; $p \leq 0,01$). Для дорослих жінок більш вагомими порівняно

з юними є потреби в активності та готовності до майбутнього ($t=-2,00$; $p \leq 0,05$), в самовираженні ($U=2,73$; $p \leq 0,01$), в потребі управління ($U=3,19$; $p \leq 0,01$) та потребах вищого рівня ($U=2,72$; $p \leq 0,01$).

Висновки

Актуальні потреби та їх інтегральні показники представників неформальних субкультур та пересічних громадян перебувають у межах задоволеності та частково задоволеності. Визначення модальної частоти кожної з потреб (найбільш поширеного вибору в групі) засвідчив, що більшість представників неформальної субкультури вважають свої потреби задоволеними або частково задоволеними, тоді як більшість пересічних громадян схильні нижче оцінювати задоволеність своїх потреб (часткова незадоволеність чи незадоволеність).

Процедура ранжування актуальних потреб виявила, що система потреб представників неформальних субкультур є більш ієрархічно та статево диференційованою порівняно з потребою сферою пересічних громадян.

Знайдено значущі відмінності в показниках представників неформальної субкультури та пересічних громадян. Максимальна кількість відмінних ознак спостерігалася між представницями жіночої статі, особливо юними дівчатами. Мінімальна кількість була виявлена у представників чоловічої статі, поміж юнаків взагалі відсутня.

Наявні вікові особливості в потребовій сфері учасників субкультури. Рівень задоволеності актуальних потреб дорослих представників неформальної субкультури нижчий порівняно з пересічними громадянами. Поміж юних членів неформальної субкультури спостерігалася протилежна ситуація, а саме рівень задоволеності актуальних потреб юних дівчат вищий, ніж у пересічних юнок.

Простежується статева диференціація в актуальних потребах дорослих і юнацтва з неформальних угруповань. Рівень задоволеності потреб юнаків вищий порівняно з дорослими чоловіками. Дорослі жінки більшою мірою порівняно з дівчатами не задовольняють потреби в безпеці, домінуванні, досягненнях, підготовленості, праці та краще задовольняють потреби в готовності до майбутнього, самовираженні, в управлінні, а також потреби вищого рівня.

Перспективи подальших розвідок вбачаємо у вивченні особистісних корелятивів смислової сфери представників неформальної субкультури, які зумовлюють задоволеність особистісних потреб.



ЛІТЕРАТУРА:

1. Голуева М. М. Специфика негативного влияния субкультуры на развитие личности подростка. *Вестник ТГПУ*, 2010. № 5(95), с. 153–158. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-negativnogo-vliyaniya-subkultury-na-razvitie-lichnosti-podrostka/viewer> (дата звернення: 10.06.2020).
2. Гавриловська К.П., Фурма, О.І. Особливості Я-концепції осіб, що перебувають у неформальних релігійних організаціях. *Наука і освіта*, 2016. № 5, с. 78–83. DOI: 10.24195/2414-4665-2016-5-11 (дата звернення: 10.06.2020).
3. Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург : Питер. 2012. URL: http://loveread.ec/view_global.php?id=49550 (дата звернення: 10.06.2020).
4. Макклелланд Д. Мотивация человека. Санкт-Петербург : Питер. 2007. URL: <https://may.alleng.org/d/psy/psy110.htm> (дата звернення: 10.06.2020).
5. Капцов А.В. Методика для диагностики актуальных потребностей личности. *Вестник Самарской гуманитарной академии*, 2008. № 4, с. 59–70. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-dlya-diagnostiki-aktualnyh-potrebnostey-lichnosti> (дата звернення: 10.06.2020).
6. Корнилова Т. В. Экспериментальная психология. Теория и методы : учебник. 2002. Москва : Аспект Пресс. URL: http://schoolint24.ru/psy/literature/kornilova_t.v-ehksperimentalnaja_psikhologija (дата звернення: 10.06.2020).
7. Мужанова Н.В. Вікові особливості смислової сфери представників неформальних субкультур. *Наука і освіта*, 2016. № 5, с. 228–232. DOI: 10.24195/2414-4665-2016-5-37 (дата звернення: 10.06.2020).
8. Мужанова Н.В. Особенности личностной зрелости представителей неформальной субкультуры. *Science and Educationa New Dimension. Pedagogy and Psychology*, 2020. № VIII (90), с. 62–66. DOI: 10.31174/SEND-PP2020-222VIII90-14 (дата звернення: 10.06.2020).
9. Шепелева Е., Лаптева Е., Лаптева Н., Ушаков Д., Забелин, С. Формирование ценностных ориентаций учащихся, воспитывающихся в семьях и детских социальных учреждениях. *Сибирский психологический журнал*, 2019. № 74, с. 126–138. DOI: 10.17223/17267080/74/8 (дата звернення: 10.06.2020).
10. Шепелева Е., Валуева Е., Лаптева Е. Потребность в познании: сравнительный анализ различных исследовательских и психодиагностических подходов. *Современная зарубежная психология*, 2018. № 7(3), с. 115–125. DOI: 10.17759/jmfp.2018070311 (дата звернення: 10.06.2020).
11. Van Volkom M., Dirmeitis D. & Cappitelli S. An Investigation of the Connection between Parenting Styles, Birth Order, Personality, and Sibling Relationships. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 2019. No. 7, pp. 55–63. DOI: 10.15640/jpbs.v7n1a7 (дата звернення: 10.06.2020).
12. Alqaisy M. & Ahmad M. Thawabieh Personal Traits and their Relationship with Future Anxiety and Achievement. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 2016. No. 4(2), pp. 122–130. DOI: 10.15640/jpbs.v4n2a11 (дата звернення: 10.06.2020).
13. Al Harbi M. Faculty Attitudes Toward and Motivation for Virtual Learning Environments (VLE) for Language Studies: A Cross-National Study in Saudi Arabian Universities. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 2016. No. 4(2), pp. 100–114. DOI: 10.15640/jpbs.v4n2a9 (дата звернення: 10.06.2020).
14. Rezaee Haftador H. & Hoseyni Koohsari E. Examination of Human Psychological Needs according to Islamic Teachings. *Asian Social Science*, 2015. No.11,18, pp. 93–99. DOI: 10.5539/ass.v11n18p93 (дата звернення: 10.06.2020).

REFERENCES:

1. Golueva, M.M. (2010). Spetsifika negativnogo vliyaniya subkulturyi na razvitie lichnosti podrostka. [The specifics of the negative impact of subculture on the development of the personality of a teenager]. *Vestnik TGPU – Bulletin of the TSPU*, 5(95), 153–158. Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-negativnogo-vliyaniya-subkultury-na-razvitie-lichnosti-podrostka/viewer> [in Russian].
2. Havrylovska, K.P. & Furman, O.I. (2016). Osoblyvosti Ya-kontseptsii osib, shcho perebuvauiut u neformalnykh relihiinykh orhanizatsiiah [Features of self-conception of persons who are in informal religious organizations]. *Nauka i osvita – Science and education*, 5, 78–83. DOI: 10.24195/2414-4665-2016-5-11 [in Ukrainian].
3. Maslou, A. (2012). Motivacziya i lichnost' [Motivation and personality]. Sankt-Peterburg: Piter [in Russian].
4. Makklelland, D. (2007). *Motivacziya cheloveka [Human motivation]*. Sankt-Peterburg: Piter [in Russian].
5. Kapczov, A. (2008). Metodika dlya diagnostiki aktual'ny'kh potrebnostej lichnosti [A technique for diagnosing the urgent needs of an individual]. *Vestnik Samarskoj gumanitarnej akademii – Bulletin of the Samara Humanitarian Academy*, 2(4), 59–70. Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-dlya-diagnostiki-aktualnyh-potrebnostey-lichnosti> [in Russian].
6. Kornilova, T. (2002). *E'ksperimental'naya psikhologiya. Teoriya i metody'. Uchebnik*. Moskva: Aspekt Press [in Russian].
7. Muzhanova, N.V. (2016). Vikovi osoblyvosti smyslovoi sfery predstavnykiv neformalnykh subkultur [Semantic sphere age features among representatives of informal subcultures]. *Nayka i osvita – Science and education*, 5, 228–232. DOI:10.24195/2414-4665-2016-5-37 [in Ukrainian].
8. Muzhanova, N.V. (2020). Features of personal maturity of representatives of the informal subculture. *Science and Educationa New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VIII(90), 62–66. DOI: 10.31174/SEND-PP2020-222VIII90-14 [in Russian].
9. Shepeleva, E., Lapteva, E., Lapteva, N., Ushakov, D. & Zabelin, S. (2019). Formirovanie czennostny'kh orientaczij uchashhikhsya, vospity'vayushhikhsya v sem'yakh i detskikh soczial'ny'kh ucherezheniyakh [The formation of value orientations of students brought up in families and children's social institutions]. *Sibirskij psikhologicheskij zhurnal – Siberian Psychological Journal*, 74, 126–138. DOI: 10.17223/17267080/74/8 [in Russian].

10. Shepeleva, E., Valueva, E., & Lapteva, E. (2018). Potrebnost' v poznanii: sravnitel'ny'j analiz razlichny'kh issledovatel'skikh i psikhodiagnosticheskikh podkhodov [The need for knowledge: a comparative analysis of various research and psychodiagnostic approaches]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya – Modern foreign psychology*, 7(3), 115–125. DOI: 10.17759/jmfp.2018070311 [in Russian].

11. Van Volkom, M., Dirmeitis, D. & Cappitelli, S. (2019). An Investigation of the Connection between Parenting Styles, Birth Order, Personality, and Sibling Relationships. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 7, 55–63. DOI: 10.15640 / jpbs.v7n1a7 [in English].

12. Alqaisy, M. & Ahmad, M. (2016). Thawabieh Personal Traits and their Relationship with Future Anxiety and Achievement. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 4(2), 122–130. DOI: 10.15640 / jpbs.v4n2a11 [in English].

13. Al Harbi, M. (2016). Faculty Attitudes Toward and Motivation for Virtual Learning Environments (VLE) for Language Studies: A Cross-National Study in Saudi Arabian Universities. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 4(2), 100–114. DOI: 10.15640 / jpbs.v4n2a9 [in English].

14. Rezaee Haftador, H. & Hoseyni Koohsari, E. (2015). Examination of Human Psychological Needs according to Islamic Teachings. *Asian Social Science*, 11 18, 93–99. DOI: 10.5539 / ass.v11n18p93 [in English].

Стаття надійшла до редакції 17.06.2020.

The article was received 17 June 2020.

УДК 159.9-053:316.625:305

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-15>

ОСОБЛИВОСТІ СИСТЕМИ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

Шахова Олена Григорівна,

кандидат біологічних наук,
доцент кафедри соціології та психології

Харківський національний університет внутрішніх справ

olenashakhova14@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-7860-6972>

Чепіга Лада Петрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціології та психології

Харківський національний університет внутрішніх справ

<http://orcid.org/0000-0002-2519-5698>

Мета. Виявити та проаналізувати гендерні аспекти долаючої поведінки і життєстійкості підлітків з метою визначення основних напрямів стратегії зміцнення їх психологічного здоров'я та профілактики емоційних і поведінкових розладів.

Методи. Для вирішення поставлених завдань використовували методи психологічного тестування, статистичної обробки та аналізу даних. Життєстійкість оцінювали за допомогою тесту життєстійкості С. Мадді в адаптації Д.О. Леонтєва. Базисні переконання досліджували за допомогою шкали базових переконань Р. Янов-Бульман в адаптації М.А. Падун і А.В. Котельникової. Для діагностики механізмів психологічного захисту використовували методiku «Індекс життєвого стилю» Плутчика-Келлермана-Конте. Статистичний аналіз даних проводили, використовуючи t-критерій Стьюдента. У дослідженні брали участь 70 підлітків – школярів Харківської області віком від 15 до 16 років: 34 хлопці та 36 дівчат.

Результати. Встановлено, що дівчата, спираючись на довіру до світу і цінність власного «Я», у стресових ситуаціях рідше за хлопців використовують ранні психологічні захисти, які спотворюють реальність, та частіше використовують копінг-стратегії, базовані на більш зрілих психологічних захистах, що є важливою основою для їх більшої порівняно з хлопцями життєстійкості. У хлопців достовірно вища ніж у дівчат загальна напруженість усіх психологічних захистів, що задає формування менш адаптивної ніж у дівчат системи долаючої поведінки і призводить до їх меншої життєстійкості.

Висновки. Стратегію зміцнення психологічного здоров'я підлітків та профілактики емоційних і поведінкових розладів пропонується будувати в декількох напрямках: розвиток компонентів життєстійкості (переважно залученості та прийняття ризику); формування базових переконань у тому, що світ сповнений сенсу і кожна людина є цінною сама по собі; розвиток інструментальних копінг-стратегій; формування зрілих механізмів психологічного захисту.

Ключові слова: підлітки, гендерні відмінності, життєстійкість, долаюча поведінка, психологічний захист.



PARTICULARITIES OF ADOLESCENTS' COPING: THE GENDER ASPECT

Shakhova Olena Hryhorivna,

Candidate of Biological Sciences,
Associate Professor at the Department of Sociology and Psychology
Kharkiv National University of Internal Affairs

olenashakhova14@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-7860-6972>

Chepiha Lada Petrivna,

Candidate of Psychological Sciences, Docent,
Associate Professor at the Department of Sociology and Psychology
Kharkiv National University of Internal Affairs

<http://orcid.org/0000-0002-2519-5698>

Purpose. The article presents the results of research of gender aspects of coping behavior and hardiness of 15–16 years old adolescents in the context of social and political society instability. The analysis of the obtained data allowed to outline strategies for preserving and strengthening the psychological health of adolescents and for prevention of emotional and behavioral disorders.

Methods. We have used the following diagnostic tools to fulfill our research goals: the “The Hardiness Scale” (S. Maddie, in adaptation by D. Leontiev, O. Raskazova); methods of diagnostics of the life style index (R. Plutchik, H. Kelierman, H. Conte, in adaptation of L. Vasserman, O. Yeryshev and etc.); the “World Assumptions Scale” (R. Janoff-Bulman, in adaptation by M. Padun, A. Kotelnikovej). Methods of processing empirical data were Student’s t-test.

Results. It has been established that girls have a more optimistic attitude towards the world, surrounding people and themselves, than boys; demonstrate a more adaptive style of coping and use more mature psychological defense mechanisms, which is an important basis of them being higher in hardiness comparing to boys.

Boys have reliably higher general tension of all psychological defenses than girls, which determines the formation of a less adaptive coping style comparing to girls, and leads, in general, to their lower level of hardiness.

Conclusions. We believe that the strategy of preserving and strengthening the adolescents’ psychological health and prevention of emotional and behavioral disorders should be built in several directions: development of hardiness components (mainly involvement and risk taking); formation of basic beliefs that the world is full of meaning and each person is valuable per se; development of instrumental coping strategies; formation of mature defense mechanisms; evaluation of the objective possibilities of coping with a situation when confronted with difficulties in choosing coping behavior: if a stressor can be influenced, choose instrumental coping; if a stressful situation cannot be changed, an adequate way of coping is avoidance; if it is impossible neither to avoid the situation, nor to influence it – adequate is emotionally-focused coping, cognitive reassessment of the situation or use of psychological protection.

Key words: *adolescents, gender differences, hardiness, coping behavior, psychological defenses.*

Вступ

Постійне підвищення швидкості й ускладнення умов сучасного життя, нестійкість та низька прогнозованість соціально-політичних процесів висувають усе більш високі вимоги до здатності людини долати життєві труднощі. Підвищення адаптивного потенціалу особистості і розвиток життєстійкості відбувається за рахунок набуття широкого спектра ефективних способів вирішення стресових ситуацій у процесі розвитку системи долаючої поведінки.

Здатність справлятися з життєвими труднощами закладається в дитинстві й активно розвивається в підлітковому віці під впливом формування гендерної ідентичності. Натепер спостерігаються серйозні зміни в процесах становлення гендеру. Це ускладнює формування гендерної ідентичності,

ускладнює вирішення нормативної вікової кризи підліткового віку, що своєю чергою може бути джерелом емоційних і поведінкових розладів, зниження життєстійкості і підвищення ризику формування девіантної та делінквентної поведінки.

З огляду на сказане вище, це дослідження було спрямоване на виявлення та аналіз гендерних аспектів долаючої поведінки і життєстійкості підлітків з метою розробки стратегії збереження і зміцнення їх психологічного здоров'я та профілактики їх емоційних і поведінкових розладів.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Долаючу поведінку визначають як суму когнітивних і поведінкових зусиль людини, спрямованих на подолання важких життєвих ситуацій (Biggs, 2017). Подолання спрямоване на активну зміну та перетво-

рення стресової ситуації, яка піддається контролю, та на пристосування до такої ситуації, яка контролю не піддається. У першому випадку адекватним вибором є проблемно-фокусовані копінг-стратегії (спрямовані на вирішення ситуації), у другому випадку – емоційно-фокусовані копінг-стратегії (спрямовані на зниження психоемоційної напруги) або використання психологічних захистів (Biggs, 2017; Maddi, 2013; Бідюк, 2018). Стили долаючої поведінки закладаються в дитинстві та продовжують активно формуватися в підлітковому віці шляхом заміщення психологічних захистів копінг-стратегіями. Таким чином, саморегуляція просувається на більш високий усвідомлюваний рівень.

Прийнято вважати, що факторами, які впливають на вибір стилю і стратегії долаючої поведінки, є як особливості ситуації, так і особливості особистості (Biggs, 2017; Бідюк, 2018; Александрова, 2016 та ін.). Інтегральну особистісну рису, яка опосередковує успішність подолання життєвих труднощів і вплив стресогенних факторів на соматичне і психологічне здоров'я, С. Мадді визначив поняттям "hardiness" (Maddi, 2013), яке Д.О. Леонтьєв переклав як «життєстійкість».

Вважають, що важливими компонентами реалізації життєстійкості є базові установки особистості (когнітивний компонент), а також навички саморегуляції та подолання труднощів (поведінковий компонент) (Maddi, 2013; Александрова, 2016; та ін.). Відзначають три головні якості життєстійких людей: здатність бачити реальність такою, яка вона є, вміння навіть у нелегкі часи знаходити сенс у тому, що відбувається, і вміння вирішувати проблеми, спираючись на наявні ресурси (Maddi, 2013).

Становлення і розвиток життєстійкості відбувається головним чином в дитинстві та підлітковому віці і залежить від впливу мікро- та макросоціальної ситуації. Значною мірою на становлення компонентів життєстійкості впливає гендерна ідентифікація особистості, яка активно формується в підлітковому віці (Александрова, 2016). У сучасному суспільстві відбуваються серйозні зміни в питаннях становлення ген-

деру: відзначається зрівнювання гендерних ролей, зближення стереотипів мужності і жіночності, що ускладнює формування гендерної ідентичності і може бути джерелом емоційних і поведінкових розладів (Тихомандрицька, 2018). Це визначає актуальність постійного моніторингу процесів становлення долаючої поведінки підлітків з метою розробки програм їх соціально-психологічної підтримки.

2. Методологія та методи

Для визначення життєстійкості підлітків та її компонентів (залученість, контроль і прийняття ризику) використовували Тест життєстійкості С. Мадді в адаптації Д.О. Леонтьєва. Базисні переконання, які впливають на мислення, емоційні стани і поведінку, а також визначають почуття безпеки, досліджували за допомогою методики Шкала базових переконань Р. Янов-Бульман в адаптації М.А. Падун та А.В. Котельникової.

Діагностику механізмів психологічного захисту «Я» проводили за допомогою методики «Індекс життєвого стилю» Плутчика-Келлермана-Конте, яка дає змогу вимірювати напруженість восьми видів захисних механізмів: витіснення, заперечення, заміщення, компенсації, реактивного утворення, проєкції, інтелектуалізації (раціоналізації) і регресії. Для статистичного аналізу отриманих даних використовували t-критерій Стьюдента. У дослідженні взяли участь 70 підлітків – школярів Харківської області віком від 15 до 16 років: 34 хлопці і 36 дівчат.

3. Результати та дискусії

У результаті дослідження життєстійкості підлітків було встановлено, що дівчатка мають більш високий загальний бал життєстійкості ніж хлопчики (таблиця 1) за рахунок більш високих показників таких її компонентів, як «залученість» і «прийняття ризику».

Водночас між хлопцями і дівчатами не було відзначено достовірних відмінностей у вираженості такого компонента життєстійкості, як «контроль». Усі досліджувані показники життєстійкості підлітків перебували в межах норми, зазначеної в методиці.

Отримані нами дані про більшу життєстійкість дівчат порівняно з хлопцями

Таблиця 1

Показники життєстійкості підлітків

Показники життєстійкості	Хлопці M±m	Дівчата M±m	t- Stud	p
Залученість	30,39±1,61	37,67±2,04	2,80	P < 0,01
Контроль	28,04±1,22	29,85±1,93	0,72	
Прийняття ризику	14,96±0,78	17,70±1,01	2,03	P < 0,05
Загальний бал життєстійкості	73,26±2,93	85,26±4,64	2,19	P < 0,05



можуть свідчити про більшу здібність дівчат витримувати і ефективно долати стресові ситуації, про наявність у них більших внутрішніх ресурсів для управління змінами та подолання труднощів. Це може відбуватися за рахунок більшої впевненості в собі і в світі, отримання більшого задоволення від власної діяльності, відчуття себе значущими і досить цінними, щоб включатися у вирішення життєвих завдань, незважаючи на труднощі, тобто в більшій залученості. Однак якими є причини формування відмінностей життєстійкості дівчат та хлопців?

Згідно з даними літератури, життєстійкість та її компоненти тісно пов'язані з когнітивною сферою особистості (Мадді, 2013; Александрова, 2016). Більш висока життєстійкість дівчат пов'язана з їх залученістю і прийняттям ризику, які є атитюдами, переконаннями, тобто компонентами когнітивної сфери. З огляду на це далі з метою більш глибокого дослідження вкладу когнітивних компонентів особистості у виявленні ґендерної відмінності життєстійкості підлітків, ми вивчали їх базові переконання, які можна визначити як глобальні, стійкі уявлення індивіда про світ і про себе, що впливають на мислення, емоційні стани та поведінку людини.

Аналіз результатів дослідження базових переконань підлітків виявив ґендерні відмінності цих компонентів когнітивної сфери: показники за шкалами «прихильність світу», «доброта людей», «справедливість світу», «контрольованість світу» і «цінність власного «Я» у дівчат були достовірно вищими, ніж у хлопців (таблиця 2).

Звертає на себе увагу те, що показники хлопців за шкалами: «прихильність світу», «доброта людей» і особливо «цінність власного «Я» наближаються або перебувають на нижній межі норми тестових значень, що вказує на песимістичне ставлення хлопчиків до цих категорій. Водночас згідно з розробниками методики оптимістичне ставлення до світу, оточуючих людей і себе

самого сприяє більшій психічній стабільності і успішності в повсякденному житті (Janoff-Bulman, 2014). Отже, можна сказати, що віра в прихильність навколишнього світу і доброту людей, контрольованість подій і їх підпорядкування законам справедливості поряд з переконанням у цінності власного «Я» формує у дівчат здорове почуття безпеки і сприяє психічній стабільності. Зазначені особливості базових переконань дівчат можуть бути підставою для їх більшої порівняно з хлопчиками здатності витримувати й ефективно долати стресові ситуації і визначати більші внутрішні ресурси для управління змінами та подолання труднощів.

З метою перевірки гіпотези про більш розвинені порівняно з хлопцями здібності дівчат до подолання життєвих труднощів ми проводили дослідження копінг-стратегій підлітків, які можна вважати відображенням діяльнісного компонента долаючої поведінки і життєстійкості. Результати цього етапу дослідження були представлені нами раніше (Шахова, 2016). Ми не виявили ґендерних відмінностей у використанні копінг-стратегій, сфокусованих на вирішенні проблеми. Водночас встановили, що дівчата достовірно частіше за хлопців вдаються до емоційно-фокусованих копінг-стратегій, спрямованих на зниження інтенсивності негативних емоцій і підвищення здатності мислити раціонально (дистанціювання, самоконтроль і прийняття відповідальності).

Згідно з даними літератури копінг-стратегії, сфокусовані на вирішенні проблеми, частіше використовують чоловіки і маскулінні жінки, тоді як до емоційно-фокусованих копінг-стратегій схильні частіше вдаватися жінки і фемінні чоловіки (Biggs, 2017; Дворянчиков, 2011). Однак дівчатка-підлітки вибірки нашого дослідження не схильні висловлювати емоції, як це властиво жінкам, а, навпаки, пригнічують їх і у стресових ситуаціях демонструють

Таблиця 2

Показники базових переконань підлітків

Категорії базових переконань	Хлопці M±m	Дівчата M±m	t- Stud	p
Прихильність світу	3,62±0,16	4,45±0,22	3,05	p < 0,01
Доброта людей	3,61±0,16	4,09±0,17	2,06	p < 0,05
Справедливість світу	3,73±0,19	4,44±0,13	3,08	p < 0,01
Контрольованість світу	3,89±0,16	4,34±0,14	2,12	p < 0,05
Випадковість подій	3,68±0,17	3,66±0,21	0,07	
Цінність власного «Я»	3,47±0,19	4,13±0,20	2,39	p < 0,05
Ступінь самоконтролю	3,87±0,17	4,24±0,15	1,63	
Ступінь удачі або везіння	3,72±0,18	3,69±0,19	0,11	

емоційну відстороненість (дистанціювання, самоконтроль), що характерно для чоловіків і маскулітних жінок. З огляду на те, що поряд з цим дівчата не рідше за хлопців вдаються до «чоловічого» інструментального копіngu, можна сказати, що дівчата демонструють, загалом, більш маскулітний стиль копіngu, ніж хлопці, що відповідає сучасним ґендерним тенденціям у світі (Biggs, 2017). Поряд з цим прийняття відповідальності, прагнення до раціональності і самоконтролю, які є більш характерними для дівчат, можуть свідчити про їхню більшу соціально-психологічну зрілість порівняно з однолітками-хлопцями.

Вважають, що діапазон копіng-стратегій людини залежить від структури провідних типів психологічного захисту, що складається в ранньому дитинстві (Бідюк, 2018). Тобто психологічний захист задає напрям копіngu, який формується в більш пізні терміни онтогенезу, що дає змогу говорити про стійкий конструкт «захисно-долаючого стилю поведінки». Натепер розмежування механізмів захисту і копіngu є значною практичною та теоретичною складністю, що багато в чому визначається наявністю однакових цілей цих процесів: і психологічний захист і копіng сприяють подоланню суб'єктивно важких для особистості ситуацій. Відомо також, що захисні механізми психіки включаються у відповідь на дію стресових факторів, що перевищують адаптивні можливості людини, особливо в ситуаціях, які вона не в змозі ні змінити, ні прийняти, ні уникнути (Бідюк, 2018). З огляду на тісний зв'язок копіngu і захисних механізмів психіки в побудові стратегій долаючої поведінки, на наступному етапі нашого дослідження ми вивчали рівень напруженості восьми основних психологічних захистів, ієрархію системи психологічного захисту і загальну напруженість усіх вимірюваних захистів підлітків.

Згідно з отриманими даними, як у хлопців, так і у дівчат, найбільш високий індекс напруженості виявлений у психологічному захисті «заперечення», а найменший – у «заміщення» (таблиця 3).

Як у хлопців, так і у дівчат, відзначені високі індекси напруженості захистів «гіперкомпенсація і реактивні утворення» та «раціоналізація і інтелектуалізація». Результати дослідження свідчать про використання підлітками широкого репертуару захисних механізмів для протекції від переживання тривоги. Відсутність ригідності психологічних захистів є важливою передумовою можливості адаптації до широкого спектра психотравмуючих ситуацій.

Як у хлопців, так і у дівчат, загальна напруженість усіх психологічних захистів перевищує 50%, при цьому індекс загальної напруженості захистів у хлопців достовірно вищий, ніж у дівчат за рахунок заперечення і витіснення. Ці дані вказують на наявність у підлітків невирішених зовнішніх і внутрішніх конфліктів, більш виражених у хлопчиків. У стресових ситуаціях підлітки обох статей найчастіше використовують заперечення, гіперкомпенсацію з реактивними утвореннями і раціоналізацію з інтелектуалізацією.

Отримані нами дані узгоджуються з результатами інших дослідників про домінуючі психологічні захисти підлітків (Бідюк, 2018 та ін.) Заперечення – це ранній спосіб долати труднощі шляхом відмови від прийняття їх існування; реактивні утворення формуються тоді, коли дитина відчуває ворожість, але безпечніше її контролювати, а не виражати; а інтелектуалізація (більш зрілий захисний механізм) розвивається в ранньому юнацькому віці і її утворення зазвичай співвідносять з фрустрацією, яка пов'язана з невдачами в конкуренції з однолітками. Деякі дослідники відносять інтелектуалізацію і витіснення до типово

Таблиця 3

Напруженість механізмів психологічного захисту підлітків

Механізми психологічного захисту	Хлопці M±m	Дівчата M±m	t-Stud	p
Заперечення	77,26±2,63	68,38±2,64	2,38	p < 0,05
Витіснення (Придушення)	63,40±2,76	55,25±2,44	2,21	p < 0,05
Регресія	59,31±2,96	52,38±1,87	1,98	
Проекція	50,50±3,27	48,55±2,10	0,50	
Заміщення	28,43±2,39	31,05±2,34	0,78	
Компенсація	60,43±3,36	52,59±3,91	1,52	
Гіперкомпенсація і реактивні утворення	67,83±2,35	65,19±3,60	0,61	
Раціоналізація та інтелектуалізація	67,39±2,77	64,14±2,62	0,85	
Загальна напруженість усіх психологічних захистів	58,90±1,20	54,45±1,25	2,57	p < 0,05



«чоловічих» форм захисної поведінки, тоді як незалежно від віку репертуар «жіночих» захисних механізмів включає в себе регресію, компенсацію і реактивні утворення (Дворянчиков, 2011).

Таким чином, можна сказати, що дівчата вибірки нашого дослідження використовують як «жіночі» захисні механізми (реактивні утворення), так і «чоловічі» (інтелектуалізація). Своєю чергою хлопчики використовують як «чоловічі» захисти (придушення та інтелектуалізація), так і «жіночі» (реактивні утворення). Ці результати свідчать про відсутність ґендерно-специфічних механізмів психологічного захисту у підлітків вибірки нашого дослідження. Подібні результати, що вказують на відсутність виражених ґендерних відмінностей у сучасних підлітків, отримані також у численних вітчизняних та зарубіжних дослідженнях, що є відображенням так званої «кризи маскулінності», трансформації ґендерної ідентичності у бік андрогінності, яка є більш сприятливою для успішної соціалізації особистості в умовах мінливої сучасності (Тихомандрицькая, 2018).

Отже, той факт, що хлопці частіше за дівчат використовують заперечення і придушення, свідчить про більше прагнення хлопців уникати переживання почуття тривоги, зберігаючи стабільність самооцінки, що є проявом внутрішнього конфлікту і призводить до зниження адаптації і наростання емоційної напруги. Зазначені особливості хлопців можуть бути наслідком конфлікту між нав'язуванням ґендерних приписів, згідно з якими чоловікові слід бути сильним, сміливим і соромитися почуттів, як прояву слабкості, та неможливістю впоратися з цими приписами маскулінності в сучасному світі, який швидко рухається до егалітарності. Часте вдавання хлопців до ранніх психологічних захистів так само може служити компенсацією недостатнього почуття безпеки і самоцінності.

Аналіз ґендерних особливостей психологічних захистів і копіngu підлітків дає змогу виявити ґендерну асиметрію розвитку системи їх долаючої поведінки. Дівчата рідше за хлопців використовують ранні психологічні захисти інфантильного «Я», які спотворюють реальність (заперечення і витіснення) і частіше використовують копінг-стратегії, базовані на більш зрілих психологічних

захистах (дистанціювання, самоконтроль і прийняття відповідальності), що сприяють емоційній відстороненості і раціональному мисленню в стресових ситуаціях. Зазначені особливості дівчат свідчать про те, що система їх долаючої поведінки більш зріла, ніж у однолітків-хлопчиків.

Висновки

Дівчата-підлітки, спираючись на довіру до світу і цінність власного «Я», у стресових ситуаціях рідше за хлопчиків використовують ранні психологічні захисти, які спотворюють реальність, частіше використовують копінг-стратегії, базовані на більш зрілих психологічних захистах, що є важливою основою для їх більшої порівняно з хлопчиками життєстійкості. У хлопчиків достовірно вища ніж у дівчат загальна напруженість усіх психологічних захистів, що задає формування менш адаптивної ніж у дівчат системи долаючої поведінки, і призводить до меншої життєстійкості хлопців.

Вважаємо, що стратегію зміцнення психологічного здоров'я підлітків (що особливо актуально для хлопців) і профілактики емоційних і поведінкових розладів слід будувати в декількох напрямках: розвитку компонентів життєстійкості – переважно залученості і прийняття ризику; формування базових переконань у тому, що світ сповнений сенсу і кожна людина є цінною сама по собі; розвитку інструментальних копінг-стратегій, спрямованих на вирішення життєвих труднощів; формування більш зрілих захисних механізмів, які не спотворюють сприйняття реальності.

Під час зіткнення з труднощами для вибору долаючої поведінки слід оцінювати можливості щодо зміни ситуації: якщо на стресор можна вплинути – вибирати інструментальний копінг; якщо стресову ситуацію неможливо змінити і важко прийняти – адекватним може бути уникнення; якщо неможливо ні уникнути ситуації, ні вплинути на неї – адекватним є емоційно-сфокусований копінг, когнітивна переоцінка ситуації або використання психологічного захисту. Подальший розвиток стратегії зміцнення психологічного здоров'я підлітків буде направлений на розробку та втілення корекційно-розвивальних програм, спрямованих на розвиток системи долаючої поведінки підлітків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бідюк І.А., Скуб М.Г. Особливості копінг-стратегій у підлітків з різним типом психологічних захисних механізмів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. № 2 (2). С. 20–25.
2. Дворянчиков Н.В., Носов С.С., Саламова Д.К. Половое самосознание и методы его диагностики. Москва : Флинта: Наука, 2011. 150 с.

3. Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Л.А. Александрова и др. Москва : Изд-во ИП РАН, 2016. 755 с.
4. Тихомандрицкая О.А., Мельникова О.Т. Исследование проблемы кризиса маскулинности в гендерной картине мира современной молодежи методом фокус-группы. *Социальная психология и общество*. 2018. Т. 9, № 3. С. 187–196. DOI: 10.17759/sps.2018090318 (дата звернення: 03.06.2020).
5. Шахова О.Г. Гендерні аспекти копінг-поведінки підлітків. *Realita a perspektivy vývoja spoločnosti: sociálne, psychologické a politické aspekty : zbornik príspevkov z medzinarodna vedecko-prakticka konferencia* (Sladkovičovo, Slovenska republika, 28–29 oktobra 2016). P. 126–129.
6. Biggs A., Brough P., Drummond S. Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory : the handbook of stress and health: A guide to research and practice / in C.L. Cooper & J.C. Quick (Eds.). Hoboken, New Jersey, USA : Wiley-Blackwell, 2017. Pp. 351–364.
7. Janoff-Bulman R. Schema-change perspectives on posttraumatic growth : Handbook of posttraumatic growth / in L.G. Calhoun & R.G. Tedeschi (Eds.). New York and London : Psychology Press, 2014. Pp. 95–113.
8. Maddi S.R. Hardiness as the Existential Courage to Grow Through Searching for Meaning. *The Experience of Meaning in Life* : handbook in Hicks J. & Routledge C. (Eds.). Springer, Dordrecht. 2013. Pp. 227–239.

REFERENCES:

1. Bidiuk, I.A., Skub, M.G. (2018). Osoblyvosti kopinh-stratehii u pidlitkiv z riznym typom psykhologichnykh zakhysnykh mekhanizmiv [Features of coping strategies in adolescents with different types of psychological defense mechanisms]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia "Psykhologichni nauky" – Scientific Bulletin of Kherson State University. Psychological Sciences Series*, 2 (2), 20–25 [in Ukrainian].
2. Dvoryanchikov, N.V., Nosov, S.S. and Salamova, D.K. (2011). *Polovoe samosoznanie i metody ego diagnostiki* [Sexual identity and methods for its diagnosis]. Moskva: Flinta: Nauka [in Russian].
3. *Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nye, professional'nye i social'nye aspekty* [Human vitality: individual, professional and social aspects]. (2016) / L.A. Aleksandrova i dr. Moskva: IP RAN [in Russian].
4. Tihomandrickaja, O.A., Mel'nikova, O.T. (2018). Issledovanie problemy krizisa maskulinnosti v gendernoj kartine mira sovremennoj molodezhi metodom fokus-gruppy [Research of the problem of "masculinity crisis" in the gender picture of the world of modern youth by the focus group method]. *Social'naja psihologija i obshhestvo – Social Psychology and Society*, 9 (3), 187–196. DOI: 10.17759/sps.2018090318 [in Russian].
5. Shakhova, O.G. (2016). Genderni aspekty koping-povedinky pidlitkiv [Gender aspects of teen coping behavior]. In: *Realita a perspektivy vývoja spoločnosti: sociálne, psychologické a politické aspekty: Zbornik príspevkov z medzinarodna vedecko-prakticka konferencia*. 28–29 october. Sladkovichevo: Danubis High School, 126–129 [in Ukrainian].
6. Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. In C.L. Cooper & J.C. Quick (Eds.), *The handbook of stress and health: A guide to research and practice* (pp. 351–364). Hoboken, New Jersey, USA: Wiley-Blackwell.
7. Janoff-Bulman, R. (2014). Schema-change perspectives on posttraumatic growth. In L.G. Calhoun & R.G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth* (pp. 95–113). New York and London: Psychology Press.
8. Maddi, S.R. (2013). Hardiness as the Existential Courage to Grow Through Searching for Meaning. In: Hicks J., Routledge C. (Eds.), *The Experience of Meaning in Life* (pp. 227–239). Springer, Dordrecht.

Стаття надійшла до редакції 16.06.2020.

The article was received 16 June 2020.



СЕКЦІЯ 3. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК [316.64:316.653:614.4](=1.477)
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-16>

ДЕЯКІ ТЕНДЕНЦІЇ МАСОВОЇ СВІДОМОСТІ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ КОРОНАВІРУСУ

Дроздов Олександр Юрійович,
доктор психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри загальної, вікової та соціальної психології
імені М. А. Скока

*Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т. Г. Шевченка*

dalmar@ukr.net

<http://orcid.org/0000-0002-6682-9108>

Дроздова Марина Анатоліївна,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри екологічної психології та соціології
*Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т. Г. Шевченка*

dalmar@ukr.net

<http://orcid.org/0000-0002-1388-4955>

Мета роботи – визначення специфіки складників масової свідомості громадян України в умовах пандемії коронавірусу.

Методи. У статті описуються результати соціально-психологічного дослідження, проведеного в Україні в період коронавірусної епідемії та після запровадження загальнодержавного карантину. Шляхом інтернет-анкетування (16–25 березня 2020 р.) було опитано 2424 осіб віком 18–84 роки (середній вік – 36 років) з усіх основних регіонів України. З огляду на статевий дисбаланс отриманої вибірки (504 чоловіки та 1920 жінок), кількісний та якісний аналіз даних було проведено за статевими підгрупами.

Результати. Спільними в результатах чоловіків і жінок були: вищий рівень оцінки загроз епідемії для світу / своєї країни порівняно із загрозами для себе / власної родини; більш критичні оцінки зусиль вітчизняної влади у боротьбі з пандемією, ніж влади зарубіжних країн; середній рівень підтримки конспірологічних уявлень про пандемію; низький рівень переживання гніву щодо суб'єктів, яким приписувалася провина за цю ситуацію. Статеві відмінності проявлялися стосовно сприймання загроз коронавірусної епідемії та її висвітлення в мас-медіа, критичності оцінок кроків вітчизняної та зарубіжної влади у боротьбі з пандемією, оцінок запровадженого загальнодержавного карантину та поінформованості щодо вірусу, намірів зменшувати комунікативну активність в умовах карантину, переживання страху, роздратованості та байдужості. «Винними» в поширенні вірусу в Україні та світі респонденти переважно вважали пересічних людей (та їхні негативні риси), державні структури, мешканців та владу Китаю, туристів і заробітчанин. На частоту згадування цих категорій статевий чинник впливав несуттєво.

Висновки. Пандемія коронавірусу може вважатися специфічною (екстремальною) квазіекспериментальною ситуацією, котра суттєво вплинула на масову свідомість громадян України. Позначившись на громадській думці та масових настроях українців, епідемія зумовила появу певних соціальних настанов та уявлень, частина з яких була статево зумовленою, а інша – спільною для чоловіків і жінок.

Ключові слова: коронавірус, пандемія, масова свідомість, Україна, громадська думка, соціальні уявлення, масові настрої, чоловіки, жінки.

SOME TENDENCIES OF THE MASS CONSCIOUSNESS OF UKRAINIANS IN THE CONDITIONS OF THE CORONAVIRUS PANDEMIC

Drozdov Oleksandr Yuriiovich,

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor,
Head of the M. A. Skok Department of General, Developmental and Social Psychology
T. H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium"

dalmar@ukr.net

<http://orcid.org/0000-0002-6682-9108>

Drozdova Maryna Anatoliivna,

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Ecological Psychology and Sociology
T. H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium"

dalmar@ukr.net

<http://orcid.org/0000-0002-1388-4955>

Purpose. The purpose of the paper is to determine the specific components of the mass consciousness of Ukrainian citizens in the context of a pandemic coronavirus.

Methods. The article deals with the results of the social and psychological study conducted in Ukraine during the coronavirus epidemic and after the introduction of nationwide quarantine. An online survey (March 16–25, 2020) has been carried out among 2424 people aged 18–84 (average age is 36 years) from all major regions of Ukraine. Having regard to the gender imbalance of the sample (504 men and 1920 women), quantitative and qualitative data analysis has been done by gender subgroups.

Results. Men's and women's results have in common the following factors. They are a higher level of epidemic threat assessment for the world / their country compared to threats to themselves / their families; more critical assessments of the efforts of the national authorities in the fight against the pandemic than the authorities of foreign countries; an average level of support for conspiracy theories about the pandemic; low level of anger at subjects who have been blamed for the current situation. Sex differences have been manifested in the perception of the threats of the coronavirus epidemic and its coverage in the media; in assessing criticality of the national and foreign authorities steps in the fight against the pandemic; in assessments of nationwide quarantine and awareness of the virus; in intentions to reduce communication activity in quarantine; in experiences of fear, irritation and indifference. Respondents have mostly blamed ordinary people (and their negative traits), state structures, residents and authorities of China, tourists and workers returned from other countries for the spread of the virus in Ukraine and in the world. The mentioning frequency of these categories has been slightly affected by gender factor.

Conclusions. A coronavirus pandemic can be considered a specific (extreme) quasi-experimental situation that has significantly influenced the mass consciousness of Ukrainian citizens. Having affected public opinion and mass moods of Ukrainians, the epidemic has caused the emergence of certain social attitudes and beliefs, some of which are gender-based and the others are common to men and women.

Key words: *coronavirus, pandemic, mass consciousness, Ukraine, public opinion, social representations, mass moods, men, women.*

Вступ

Мабуть, немає сенсу доводити актуальність наукових досліджень, пов'язаних з епідемією коронавірусу. Стрімке поширення COVID-19 у світі перетворило його з медичної на найважливішу соціальну проблему першої половини 2020 р., котра має низку аспектів – економічний, політичний, культурний і, зокрема, соціально-психологічний. Останній є значущим, оскільки сприймання та оцінка людьми вірусних загроз (що зумовлюють комунікативну та захисну поведінку) можуть впливати на динаміку епідемій. У сучасній вітчизняній соціології та соціальній психології не склалися традиції дослідження масової свідомості та поведінки громадян в умовах поширення епідемій. Але це тому, що досі в нашій кра-

їні не виникало такої небезпечної епідеміологічної ситуації, як поширення COVID-19. Регулярні сезонні епідемії грипу можна не враховувати, адже вони порівняно спокійно сприймалися більшою частиною населення (як періоди «поганої погоди»). Як наслідок, у більшості соціологічних та соціально-психологічних досліджень, присвячених сприйманню загроз та небезпек, варіант відповіді «епідемія» був відсутній. Вищесказане робить не лише актуальною, але й нагальною організацію та проведення відповідних емпіричних досліджень серед мешканців України.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Побічним наслідком епідемій кінця XX – початку XXI ст. (пташиного грипу H5N1 1997 р.; атипової пневмонії SARS 2002 р.; свиня-



чого грипу H1N1 2009 р.; нового пташиного грипу H7N9 2012 р.; близькосхідного респіраторного синдрому MERS 2013 р. тощо), котрі зачепили багато країн та регіонів світу, стало накопичення зарубіжними вченими більш-менш солідного досвіду вивчення масової свідомості та поведінки громадян у періоди вірусних епідемій. Зокрема, низка наукових праць присвячена емоційним реакціям населення на спалахи вірусних епідемій. Так, С. Cheng та М. Cheung виявили коливання тривожних станів студентів Гонконгу в період епідемії атипової пневмонії, пов'язані, зокрема, з рівнем особистісної тривожності, ситуативними копінг-стратегіями та практиками особистої гігієни (Cheng, Cheung, 2005). У дослідженні М. Weaton та його колег з'ясовано психологічні чинники тривоги американських студентів в умовах епідемії свинячого грипу: рівень тривоги щодо власного здоров'я, когнітивні чинники (тенденція перебільшувати вірогідність та серйозність зараження) і чутливість до відрази (Weaton et al, 2011).

Заслужують на увагу праці, присвячені особливостям та чинникам поведінки населення в умовах епідемій. Зокрема, А. Bish та S. Mishie виявили, що захисна поведінка громадян у період вірусних епідемій зумовлюється комплексом демографічних (стать, вік, освіта, раса) та особистісних чинників (рівень тривоги, особливості сприймання загрози, довіра до авторитетів тощо). Відповідно, було зроблено висновок, що профілактичний вплив в умовах епідемії має здійснюватися не на «населення загалом», а на конкретні соціально-демографічні групи (Bish, Michie, 2010). Дослідження G. Rubin, Н. Potts та S. Mishie виявило зв'язок обсягу інформації про епідемію свинячого грипу в мас-медіа з низкою показників захисної поведінки британців: стурбованістю можливим зараженням, схильністю до проходження вакцинації, використанням серветок та дезінфікуючих гелів, частотою користування громадським транспортом та звернень до лікаря (Rubin et al, 2010).

Когнітивні реакції громадян на вірусні епідемії теж вивчалися зарубіжними науковцями. Інтерес, наприклад, становить праця W. Sherlaw та J. Raude, котрі намагалися пояснити низький рівень стурбованості французів епідемією свинячого грипу в 2009 р. На думку дослідників, сформований та розтиражований мас-медіа образ вірусної епідемії (побудований на лякаючих метафорах пандемії «іспанки» початку ХХ ст., що призвела до загибелі багатьох мільйонів людей) контрастував із реальністю, яку спостерігали навколо мешканці країни. Такий «розрив» (ефект «позитивного

сюрпризу») між загрозливими очікуваннями та відносно «безпечною» реальністю не лише завадив виникненню масової паніки, але й призвів до фактичного зриву кампанії вакцинації у Франції. Це дозволило авторам дійти висновку про непродуктивність використання залякуючих стратегій боротьби з вірусними епідеміями (Sherlaw, Raude, 2013). У дослідженні G. Rubin та його колег визначено чинники скептичного сприймання британцями загроз зараження свинячим грипом. Виявилось, що зазвичай так вважали чоловіки білої раси, які мали задовільний стан здоров'я; довіряли переважно лікарям первинної медичної допомоги; не володіли достатньою інформацією стосовно хвороби, і, що важливо, не виявляли бажання її отримувати; не були знайомі з людьми, котрі вже захворіли на вірус (Rubin et al, 2015).

Але найактуальніші для нас результати серії новітніх (2020 р.) досліджень міжнародної кампанії «Ipsos», які стосувалися громадської думки мешканців різних країн щодо епідемії коронавірусу COVID-19 (Coronavirus, 2020a; Coronavirus, 2020b; Tracking, 2020). Наприклад, опитування, проведене на початку лютого 2020 р. (серед 8 тис. респондентів із Канади, США, Австралії, Франції, Німеччини, Японії, Росії та Британії) показало існування спільних тенденцій і крос-культурних відмінностей в оцінках та думках щодо вірусної загрози. Зокрема, майже в усіх країнах респонденти значно вище оцінювали загрозу COVID-19 для світу загалом, ніж для власної країни, а вірусна загроза для останньої видавалася більшою, аніж для власної територіальної спільноти, родини та особисто себе. Імовірно, такий «розрив» є наслідком впливу низки захисних механізмів (заперечення, раціоналізації тощо) в екстремальній ситуації. Поряд із тим, оцінки «дуже високої / високої» загрози коронавірусу «для світу» та для «себе особисто» найчастіше фіксувалися в Японії (66% та 16% опитаних відповідно), Австралії (61% та 15%) та США (55% та 14%), менш часто – у Росії (42% та 8%) та Канаді (42% та 6%). Мали місце й певні відмінності за числом опитаних, які заявляли про свою увагу та поінформованість стосовно проблеми поширення вірусу – найбільше їх було у Франції (95%), Японії та Британії (по 92%), дещо менше – в Росії (77%) й Німеччині (76%). З огляду на специфіку дискурсу російських ЗМІ зрозуміло, чому росіяни значно частіше погоджувалися з думкою, що «спалах коронавірусу локалізований і незабаром завершиться» (33% проти 15–21% в інших країнах), і з тим, що «медіа перебільшують поширення коронавірусу» (45% проти 23–34% в інших країнах) (Coronavirus, 2020 a).

Аналогічне дослідження, проведене пізніше (лютий – березень 2020 р.) серед мешканців уже 12 країн, виявило певну динаміку громадської думки щодо коронавірусу. Так, у низці країн значно зросла частка опитаних, котрі вважали, що вірус становить «високу / дуже високу загрозу» для них особисто. Цілком природно, що найбільше це було помітно серед італійців (48%), які навіть випередили за цим показником китайців (44%); найнижчі оцінки особистої загрози коронавірусу отримано серед канадців (15%), росіян та британців (по 19%). Зауважимо, що тоді як в одних країнах кількість згодних із цим із часом знизилася (Італія, Китай, Німеччина, Британія), в інших – вона, навпаки, зросла (Австралія, Канада, США). Певну суперечливість (або інертність) масової свідомості багатьох європейців ілюструє такий факт: респонденти з Франції, Німеччини та Британії менше (порівняно з мешканцями інших країн) підтримували ідею повного закриття кордонів як міри карантину; натомість, саме в цих європейських країнах протягом лютого–березня 2020 р. спостерігалось суттєве збільшення опитаних, на думку яких, епідемія становить високу або дуже високу загрозу для їх країн (Tracking, 2020).

Наприкінці березня 2020 р. Київський міжнародний інститут соціології першим опублікував результати вітчизняного опитування на цю тему. Про стурбованість поширенням коронавірусу заявило 88% респондентів (з них 35% – «дуже сильно»). Порівняна більшість (40%) вважала, що вжиті заходи мають бути жорсткішими; а 33% вважають, що ці заходи цілком адекватні. Виявилось, що опитані по-різному виконували рекомендації з профілактики зараження. Так, поради виходити з дому тільки в разі крайньої необхідності «завжди» дотримувалося 39% опитаних, одягати маску в громадських місцях – 23%, не користуватися громадським транспортом – 53%, уникати контактів з іншими – 26%, часто і ретельно мити руки – 73% (Як українці, 2020). Разом із тим низка важливих моментів (у т.ч. специфіка когнітивних і емоційних компонентів масової свідомості в умовах вірусної загрози) є малодослідженими. Це зумовило організацію та реалізацію авторського соціально-психологічного дослідження. Його мета полягала у визначенні специфіки складників масової свідомості громадян України в умовах пандемії коронавірусу COVID-19.

2. Методологія та методи

Емпіричне дослідження проводилося протягом 16–25 березня 2020 року, тобто у період після оголошення світової пандемії коронавірусу та введення карантину в Україні (але до офіційного продовження останнього 25 березня 2020 р.). Це дає змогу вважати це дослідження соціально-психологічним квазіекспериментом, незалежними змінними якого виступали екстремальна ситуація епідемії та потужний інформаційний вплив (із загрозливим дискурсом). Було використано метод інтернет-опитування¹.

Розробляючи анкету, ми виходили з двох міркувань: 1) оскільки основними макроформами масової свідомості є громадська думка (яка базується на когнітивних компонентах) та масові настрої (поширені емоційні компоненти), завдання анкети мають стосуватися вказаних складників; 2) щоб підвищити мотивацію потенційних респондентів до участі, анкета не повинна мати занадто великий обсяг та порівняно складні питання; автори усвідомлювали, що такий крок неминуче призведе до зменшення кількості отриманої інформації, але «плюсом» такої анкети буде змога її поширити серед представників різних соціально-демографічних груп («широких мас»).

Анкета містила 3 блоки завдань. Перший стосувався соціальних уявлень та оцінок громадян про небезпеку епідемії коронавірусу в світі, Україні та особисто для себе і своєї родини, схильності до конспірологічного сприймання цієї ситуації, оцінок ефективності дій влади зарубіжних країн та України у боротьбі з епідемією, оцінок власної поінформованості щодо вірусу; сюди також було включене питання про комунікативну активність респондентів. Другий блок завдань присвячено вивченню емоційних реакцій досліджуваних. Було обрано 4 групи емоційних станів – страх, роздратованість, гнів/ворожість та байдужість. Завдання перших двох блоків оцінювалися опитаними за 10-бальною шкалою (де 1 – повна незгода, а 10 – повна згода); обробка даних здійснювалася за допомогою програми SPSS V.23. Третій блок містить відкриті питання каузального характеру – респондентів просили написати, хто, на їхню думку, «є винним» у поширенні коронавірусу у світі та Україні; отримані відповіді оброблялися методом контент-аналізу. З огляду на те, що, по-перше, об'єктом дослідження виступала саме масова свідомість, і, по-друге, на момент проведення дослідження загроза епідемії та запровадженій карантин мали загальнодержавний

¹ Автори висловлюють подяку магістрантці НУЧК імені Т.Г. Шевченка С. Молчановій за технічну допомогу в підготовці дослідження.



характер, в анкеті не було питань про місце проживання та соціальний статус респондентів; запропонована «паспортичка» обмежувалася даними лише про базові демографічні показники (вік та стать).

Щоб отримані дані, які хоча б приблизно віддзеркалювали загальнонаціональні тенденції, «первинні» респонденти (до яких безпосередньо зверталися організатори дослідження) обиралися з основних регіонів України: півночі (м. Чернігів, Ніжин, Новгород-Сіверський), центру (м. Київ, Переяслав-Хмельницький, Вінниця, Житомир), заходу (м. Львів, Дрогобич, Луцьк, Івано-Франківськ), півдня (м. Одеса та Херсон) та сходу України (м. Дніпро, Запоріжжя, Харків, Старобільськ). Респондентів просили самостійно заповнити анкету та переслати її кільком друзям, знайомим і колегам.

Загалом у вищевказаний період анкету заповнили 2424 респонденти віком від 18 до 84 років; середній вік становив $36,2 \pm 12,4$ років. У загальній вибірці переважали жінки: 1920 (79,2%; середній вік – 36,1 років) проти 504 чоловіків (20,8%; середній вік – 36,5 років). Пояснити цей факт можна статевою специфікою «первинних респондентів» – переважно це були академічні (викладачі ЗВО та наукові працівники) і практичні психологи, а також студенти Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка з фаху «Психологія». Відомо, що у вітчизняній психології саме жінки становлять більшість фахівців (і студентів) цієї галузі. Мабуть, це посприяло тому, що «вторинні ланцюжки» теж часто будувалися за принципом «жінка-жінка». Отже, отримана нами вибірка була швидше стихійного характеру, а наведені нижче результати мають обмежену зовнішню валідність, що дає змогу вести мову лише про окремі тенденції масової свідомості мешканців України.

3. Результати та дискусії

Враховуючи статевий дисбаланс загальної вибірки, було вирішено порівнювати дані статевих груп (див. таблицю 1).

Як бачимо, у статевих групах має місце низка спільних тенденцій. По-перше, чоловіки та жінки демонстрували майже однаковий (середній) рівень підтримки конспірологічної тези («Уся метушня навколо поширення коронавірусу спеціально організована...»). По-друге, в обох групах мав місце порівняно низький рівень переживання гніву стосовно винних у ситуації епідемії. По-третє, обидві групи демонстрували тенденцію, виявлену в дослідженнях зарубіжних науковців, – узагаль-

нений (абстрактний) рівень загрози для «світу» та своєї країни оцінювався вище, ніж конкретна загроза для «себе» та власної родини. Отже, можемо констатувати тенденцію прояву захисних психологічних механізмів, аналогічну для мешканців інших країн Європи, Азії та Америки.

По-четверте, і чоловіки, і жінки оцінювали зусилля вітчизняної влади у боротьбі з коронавірусом більш критично, ніж дії влади інших країн. З огляду на суттєву відмінність між кількістю хворих в Україні та багатьма іншими країнами світу це видається дивним. Але такі оцінки ми вважаємо наслідком відомих тенденцій масової політичної свідомості українців – генералізоване критично-скептичне ставлення до вітчизняної влади загалом, що поєднується з певною ідеалізацією зарубіжжя, де «все краще, більше порядку».

По-п'яте, в обох статевих групах були однакові тенденції розкиду даних у відповідях на певні питання. Найбільша дисперсія результатів (що вказує на виражену поляризацію оцінок) стосувалася конспірологічної тези (все організовано «спеціально»), тез про перебільшення проблеми коронавірусу зарубіжними та вітчизняними мас-медіа, а також щодо прояву роздратованості в умовах епідемії. Отже, щодо саме цих змінних найбільше проявляються особистісні (інтелектуальні, світоглядні, емоційно-вольові тощо) особливості респондентів. Найменший розкид даних мав місце щодо самооцінки опитаними власної поінформованості про коронавірус та шляхи його профілактики (до речі, за цим пунктом анкети були найвищі оцінки). Останнє, вочевидь, можна вважати наслідком потужної інформаційної кампанії у вітчизняних ЗМІ.

Поряд із тим, за U-критерієм Манна-Уїтні було виявлено низку статистично вірогідних відмінностей у відповідях жінок і чоловіків за завданнями перших двох блоків анкети. Отже, жінки: дещо більше від чоловіків сприймали загрозу коронавірусу для світу, власної країни, родини та особисто для себе; менше погоджувалися з тезою про перебільшення світовими та вітчизняними мас-медіа проблеми коронавірусу; менш критично оцінювали зусилля влади України та інших країн, спрямовані на боротьбу з епідемією; вбачали більше сенсу в запровадженому в Україні карантині та вище оцінювали власну поінформованість щодо вірусу та засобів його профілактики; більше заявляли про намагання зменшити власну комунікативну активність. Що стосується емоційних наслідків епідемії, то жінки більшою мірою відчували страх,

Таблиця 1

Результати респондентів чоловічої та жіночої статі (M ± SD)

№	Завдання	Чоловіки	Жінки	Відмінності
1	Поширення коронавірусу становить дуже серйозну загрозу мешканцям усіх країн, у т.ч. й України	7,47 ± 2,50	8,26 ± 2,19	при p ≤ 0,001
2	Поширення коронавірусу становить дуже серйозну загрозу особисто мені та моїй родині	6,37 ± 2,78	6,97 ± 2,65	при p ≤ 0,001
3	Світові ЗМІ перебільшують небезпеку проблеми коронавірусу; нині у світі є й інші, серйозніші проблеми та хвороби	5,79 ± 3,02	5,45 ± 3,03	при p ≤ 0,05
4	Вітчизняні уряд та ЗМІ перебільшують небезпеку проблеми коронавірусу; нині в Україні є й інші, серйозніші проблеми та хвороби	5,68 ± 3,09	5,31 ± 3,06	при p ≤ 0,05
5	Уся метушня навколо поширення коронавірусу спеціально організована, щоб відволікти увагу людей від інших проблем або дій влади	4,86 ± 3,15	4,84 ± 3,13	---
6	Влада зарубіжних країн вживає своєчасних та ефективних заходів для боротьби з коронавірусом	6,15 ± 2,47	6,77 ± 2,32	при p ≤ 0,001
7	Вітчизняна влада вживає своєчасних та ефективних заходів для боротьби з коронавірусом в Україні	5,15 ± 2,69	5,60 ± 2,65	при p ≤ 0,001
8	Уведений в Україні 3-тижневий карантин має сенс	7,39 ± 2,84	8,10 ± 2,54	при p ≤ 0,001
9	Я досить поінформований стосовно симптомів коронавірусу та засобів його профілактики	8,13 ± 2,18	8,61 ± 1,93	при p ≤ 0,001
10	Останнім часом я намагаюся зменшити свої контакти з іншими людьми, щоб уникнути зараження	7,53 ± 2,63	8,43 ± 2,23	при p ≤ 0,001
11	У ситуації, яка склалася навколо коронавірусу, я відчуваю страх	3,77 ± 2,52	5,45 ± 2,86	при p ≤ 0,001
12	... роздратованість	4,65 ± 3,05	4,96 ± 3,07	при p ≤ 0,05
13	... ворожість, гнів (до тих, хто винен у цьому)	3,28 ± 2,71	3,47 ± 2,86	---
14	... байдужість	3,43 ± 2,67	2,68 ± 2,38	при p ≤ 0,001

роздратованість, і менше – байдужість. У принципі, існування всіх цих відмінностей можна пояснити й відомими гендерними стереотипами («чоловіки – сміливі» та ін.), і об'єктивними психологічними відмінностями між жінками та чоловіками, зокрема в разі вибору копінг-стратегій у стресових ситуаціях.

Далі розглянемо відповіді опитаних на «каузальні» питання («хто винен» у поширенні коронавірусу у світі / в Україні...). Тут вважаємо за необхідне зазначити, що, з одного боку, формулювання цих завдань (у вигляді незакінчених речень) було дещо провокативним, що не випадково. Водночас ми міркували так: а) провокативність (прийом проективної психодіагностики) дасть змогу виявити

усвідомлені та малоусвідомлені компоненти громадської думки про причини того, що сталося; б) враховуючи існування феномена каузальної атрибуції, ми припускали, що більшість опитаних так чи інакше приписуватиме «вину» (саме її, а не якусь політкоректну «відповідальність») певним соціальним суб'єктам; якщо ж людина так не вважає, то відкритий характер завдань дозволяє дати негативну відповідь. З огляду на існування статевих відмінностей за попередніми завданнями анкети, контент-аналіз відповідей на ці питання теж було проведено окремо за чоловічою та жіночою групами. За 100% ми брали кількість відповідей, отриманих у кожній підгрупі (а не число досліджуваних певної статі), адже значна частина респондентів



давала по кілька відповідей. Акцентувалося виділення та аналіз смислових категорій із частотою згадування не менше 10% (що давало змогу виявляти наявні соціальні уявлення). Отримані дані наведено у таблицях 2–3.

Як бачимо з таблиці 2, загалом соціальні уявлення опитаних обох груп щодо винних у поширенні коронавірусу у світі дуже схожі й за змістом, і за відсотковим значенням отриманих категорій. Загалом звинувачують пересічних людей та їхні певні характерологічні, світоглядні й поведінкові особливості, Китай і його мешканців, а також (на рівні тенденції) владу різних країн та її політику. Вважаємо такі результати зако-

номірними і стереотипними. Адже традиційно в лихах, заворушеннях, суспільних негараздах звинувачували владу, людей (та їхню неправильну і таку, що все ускладнює, поведінку) і тих, кому «наклеїли кліше» головного ворога (у цьому випадку це Китай – офіційна «батьківщина» COVID-19). Щоправда, частина респондентів обох статей не звинувачує в поширенні пандемії нікого, вважаючи, що це або природний процес (віруси траплялися в усі часи), або ж наслідок життєдіяльності диких тварин (переносників збудника інфекції). Припускаємо, що серед цих опитаних є, по-перше, досить критичні, помірковані та раціонально мислячі люди, а, по-друге,

Таблиця 2
Відповіді на питання «У поширенні коронавірусу у світі винні...» (у %)

№	Смислова категорія	Приклади	Чол.	Жін.
1	Люди та їхні негативні риси	«Люди», «населення», «самі ж люди», «людський фактор», «несвідомі люди», «люди без інстинкту самозбереження», «байдужість», «безвідповідальність людей», «неуважність, необережність», «недотримання людьми елементарної гігієни», «люди, що не зверталися своєчасно до лікарів», «ті, хто нехтував карантинном», «людська недбалість та безпечність», «люди, які не дотримуються правил безпеки».	32	33
2	Немає винних / природа	«Ніхто не винен», «вірус», «мутація вірусу», «це природа», «природні процеси», «кажани».	13	13
3	Китай	«Китай», «Ухань», «КНР», «китайці», «китайці, які довго приховували проблему / подорожують / їдять кажанів / їдять все підряд», «комуністична влада Китаю».	12	12
4	Влада та політика	«Влада», «уряди / влада всіх держав», «влада, яка несвоечасно реагує на проблему / закрила кордони», «політики», «це геополітична війна», «спецслужби».	9	8

Таблиця 3
Відповіді на питання «У поширенні коронавірусу в Україні винні...» (у %)

№	Смислова категорія	Приклади	Чол.	Жін.
1	Люди та їхні негативні риси	«Люди», «населення України», «ми самі», «менталітет українців», «безвідповідальність людей/населення», «байдужість громадян», «байдужість та безпечність», «несвідомі громадяни», «люди, які не дотримуються карантину», «люди, які не самоізолювалися вчасно», «егоїзм людей і міркування: «мене це не стосується»	34	38
2	Влада та політика	«Влада», «уряд», «керівництво країни», «МОЗ», «системне невиконання державою своїх функцій», «влада, що не закрила кордони», «реформи медицини», «чиновники, які знищили СЕС», «недостатні заходи ізоляції тих, хто приїхав з Європи», «неготовність влади», «надповільні і непродуктивні дії влади», «бездіяльність / некомпетентність влади», «У. Супрун», «Зеленський»	24	18
3	Туристи-заробітчани-мігранти	«Трудова міграція», «відпочивальники та заробітчани», «заробітчани, які повернулися до мами», «мандрівники», «туристи», «люди, які повернулися з країн, де вже був розповсюджений вірус», «люди, що приїхали з Італії / Європи», «люди, які привезли вірус», «українці, котрі їздили з заражених країн на Батьківщину і нехтували самоізоляцією»	12	17
4	Немає винних / природа	«Ніхто», «немає винних», «не вважаю когось винним», «природа людини і вірусів», «об'єктивні біологічні чинники», «специфіка вірусу»	8	10

ті, хто або взагалі не задумувався над пошкодженням винних, або кому байдуже, звідки вірус взявся (головне, як від нього «спекатися»). Цікаво, що на рівні тенденції (9%) у жіночій групі виділилася категорія «Вчені/дослідники», тобто, на думку низки респонденток, вірус був штучно створений у лабораторіях впливових країн (називалися Китай та США). Натомість чоловіки скептичніше ставляться до такої думки (5% відповідей). Наголосимо, що 9% відповідей жінок стосувалося туристів, мігрантів і заробітчан, яких також звинувачували в поширенні коронавірусу у світі. Серед представників чоловічої статі таких «закидів» було дуже мало (лише 2%).

Ще цікавіші результати маємо щодо уявлень про «винних» у поширенні коронавірусу в Україні (табл. 3). На перший погляд, виділені категорії схожі. Досліджувані обох статевих груп «винуватців» поширення COVID-19 в нашій країні теж вбачають у «пересічних» безвідповідальних людях і у вітчизняній владі. Але у відсотковому відношенні остання категорія тут є більш значущою. Вважаємо, що ця тенденція відображає одну з особливостей вітчизняної масової політичної свідомості – схильність звинувачувати у всіх бідах владу. Разом із тим значна частина опитаних не керувалася стереотипом «винної влади», адже пов'язувала виникнення епідемії з поведінкою «звичайних» людей. Можливо, це засвідчує існування порівняно зрілої, самокритичної, виваженої громадської думки стосовно наявної проблеми.

Окрім названого, серед причетних до поширення коронавірусу в Україні певна кількість респондентів називала туристів, заробітчан та мігрантів. Отже, знову уявлялися «винними» люди. Проте, на відміну від першої, досить широкої за змістом категорії («Люди та їхні негативні риси»), тут йшлося про цілком конкретну соціальну групу. Причому жінки, порівняно з чоловіками, дещо більше звинувачували її в поширенні небезпечного вірусу на Батьківщині. До речі, цікаво, що респонденти обох статей частіше приписували мандрівникам та заробітчанах відповідальність у поширенні коронавірусу в Україні, ніж у світі (попри те, що туризм і міграція населення поширені в інших країнах не менше, ніж у нашій). Напевно, це можна пояснити таким чином: для громадян кожної держави ближчими й актуальнішими є ті події, котрі безпосередньо зачіпають їх самих. Так, десь там у світі хтось подорожує, заробляє, розносить віруси, «то й нехай – нам що до того?!». Але коли саме наші туристи і заробітчани привозять до нас «заразу»,

тут уже «інша справа», бо «страждаємо ми, українці!». Гадаємо, те саме можна сказати про владу та політиків – в Україні й у світі. Як і щодо поширення коронавірусу світом, в Україні певна частина респондентів теж «не звинувачує» взагалі нікого.

Висновки

Пандемія коронавірусу 2019–2020 рр. може розглядатися як специфічна (екстремальна) квазіекспериментальна ситуація, котра значно вплинула на масову свідомість громадян України, позначившись на громадській думці та масових настроях. Наслідками цього стала поява певних соціальних настанов та уявлень, частина з яких мала статево зумовлений, а інша частина – спільний характер.

Чоловіки та жінки однаково демонстрували: а) середній рівень підтримки конспірологічних уявлень щодо пандемії; б) низький рівень переживання гніву стосовно суб'єктів, яких вважали відповідальними за цю ситуацію; в) вищий рівень оцінки загроз коронавірусу для світу та своєї країни порівняно із загрозами для себе / власної родини; г) критичніші оцінки зусиль вітчизняної влади порівняно з владою зарубіжних країн у боротьбі з пандемією; г) тенденції розкиду оцінок щодо власної поінформованості про коронавірус та конспірологічного розуміння ситуації пандемії, оцінок її висвітлення в мас-медіа, проявів роздратованості. Статеві відмінності зафіксовано щодо сприймання епідеміологічних загроз та їх висвітлення у мас-медіа, критичності оцінок дій влади України та інших країн у боротьбі з пандемією, оцінок введеного загальнодержавного карантину та поінформованості стосовно вірусу, намірів зменшувати комунікативну активність в умовах карантину, переживання певних (страх, роздратованість, байдужість) емоційних станів.

Наслідком ефекту каузальної атрибуції стало виділення переважною більшістю опитаних низки соціальних суб'єктів, котрі вважалися «винними» в поширенні пандемії. При цьому статевий чинник взагалі не позначився на типах виділених смислових категорій і несуттєво вплинув на частоту їх згадування. Загалом у поширенні COVID-19 в Україні та світі «винними» видавалися «абстрактні» пересічні люди та їхні негативні риси, влада й політика, мешканці та влада Китаю, туристи і заробітчани.

Підкреслимо, що вищеописані дані відображають специфіку масової свідомості вітчизняних громадян саме на початку епідемії в країні. Перспективними напрямками подальших досліджень можуть бути вияв-



лення динаміки масової свідомості в умовах пандемії, а також встановлення специфіки сприймання епідеміологічних загроз та захисної поведінки серед представників різних соціально-демографічних груп населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Як українці дотримуються умов карантину (прес-реліз КМІС, 24.03.2020 р.). URL: <http://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=925&page=1&fbclid=IwAR2Hi3SmbIDLYYC6eXDzZdu7lc3G4hv1wEBIPmFfZVrpyZFK5CJ5xFY42Nc> (дата звернення: 24.03.2020).
2. Bish A., Michie S. Demographic and attitudinal determinants of protective behaviours during a pandemic: a review. *British Journal of Health Psychology*. 2010. November. 15 (Pt 4). P. 797–824.
3. Cheng C., Cheung M. Psychological Responses to Outbreak of Severe Acute Respiratory Syndrome: A Prospective, Multiple Time-Point Study. *Journal of personality*. 2005. 73. P. 261–85.
4. Coronavirus: Opinion and Reaction. Results from a Multi-Country Poll: February 14, 2020. URL: <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-02/coronavirus-topline-results-ipsos.pdf> (дата звернення: 23.03.2020).
5. Coronavirus: Opinion and Reaction. Results from a Multi-Country Poll: 6 March, 2020. URL: https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-03/coronavirus_research_pakistan_and_other_8_countries-6mar20.pdf (дата звернення: 23.03.2020).
6. Rubin G.J., Finn Y., Potts H.W., Michie S. Who is sceptical about emerging public health threats? Results from 39 national surveys in the United Kingdom. *Public Health*. 2015. December. 129 (12). P. 1553–1562.
7. Rubin G.J., Potts H.W., Michie S. The impact of communications about swine flu (influenza A H1N1v) on public responses to the outbreak: results from 36 national telephone surveys in the UK. *Health Technology Assessment*. 2010. July, 14 (34). P. 183–266.
8. Sherlaw W., Raude J. Why the French did not choose to panic: a dynamic analysis of the public response to the influenza pandemic. *Sociology of Health & Illness*. 2013. Vol. 35. No. 2. P. 332–344.
9. Tracking The Coronavirus: Results From a Multi-Country Poll (12–14 March, 2020). URL: <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-03/tracking-the-coronavirus-wave-4-ipsos.pdf> (дата звернення: 23.03.2020).
10. Weaton M.G., Abramowitz J.S., Berman N.C., Fabricant L.E., Olatunji B.O. Psychological Predictors of Anxiety in Response to the H1N1 (Swine Flu) Pandemic. *Cognitive Therapy and Research*. 2011. February. 36 (3). P. 210–218.

REFERENCES:

1. Bish, A., Michie, S. (2010). Demographic and attitudinal determinants of protective behaviours during a pandemic: a review. *British Journal of Health Psychology*, 15 (Pt 4), 797–824.
2. Cheng, C., Cheung, M. (2005). Psychological Responses to Outbreak of Severe Acute Respiratory Syndrome: A Prospective, Multiple Time-Point Study. *Journal of personality*, 73, 261–85.
3. Coronavirus: Opinion and Reaction. Results from a Multi-Country Poll: February 14, 2020 (2020a). URL: <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-02/coronavirus-topline-results-ipsos.pdf>.
4. Coronavirus: Opinion and Reaction. Results from a Multi-Country Poll: 6 March, 2020 (2020b). URL: https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-03/coronavirus_research_pakistan_and_other_8_countries-6mar20.pdf.
5. Rubin, G.J., Finn, Y., Potts, H.W., Michie, S. (2015). Who is sceptical about emerging public health threats? Results from 39 national surveys in the United Kingdom. *Public Health*, 129 (12), 1553–1562.
6. Rubin, G.J., Potts, H.W., Michie, S. (2010). The impact of communications about swine flu (influenza A H1N1v) on public responses to the outbreak: results from 36 national telephone surveys in the UK. *Health Technology Assessment*, 14 (34), 183–266.
7. Sherlaw, W., Raude, J. (2013). Why the French did not choose to panic: a dynamic analysis of the public response to the influenza pandemic. *Sociology of Health & Illness*, 35(2), 332–344.
8. Tracking The Coronavirus: Results From a Multi-Country Poll, 12–14 March, 2020 (2020). URL: <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-03/tracking-the-coronavirus-wave-4-ipsos.pdf>.
9. Weaton, M.G., Abramowitz, J.S., Berman, N.C., Fabricant, L.E., Olatunji, B.O. (2011). Psychological Predictors of Anxiety in Response to the H1N1 (Swine Flu) Pandemic. *Cognitive Therapy and Research*, 36(3), 210–218.
10. Yak ukrainsi dotrymuyutsia umov karantynu [How Ukrainians adhere to quarantine conditions]. (2020). URL: <http://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=925&page=1&fbclid=IwAR2Hi3SmbIDLYYC6eXDzZdu7lc3G4hv1wEBIPmFfZVrpyZFK5CJ5xFY42Nc> [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 15.06.2020.
The article was received 15 June 2020

УДК 159.922.6-053.6:004.38+004.946:615.851
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-17>

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Застело Анна Олександрівна,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної роботи та психології
Національний університет «Запорізька політехніка»

zastelo@ukr.net,
<http://orcid.org/0000-0002-7375-7923>

Віхляєва Яна Євгенівна,
викладач кафедри соціальної роботи та психології
Національний університет «Запорізька політехніка»

yana02081989@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8470-5750>

Мета статті – обґрунтувати, навести змістовну характеристику та довести ефективність психокорекційної роботи з укріплення особистісного та соціального статусу підлітків із комп'ютерною залежністю різних рівнів задля її подолання. У статті проаналізовано сучасні підходи до розуміння психологічної сутності комп'ютерної залежності та її прояву в підлітків.

Методи. Для реалізації мети дослідження використано теоретичні та емпіричні методи. Теоретичними методами дослідження стали узагальнення та аналіз теоретичної бази за проблематикою, відповідно до мети щодо визначення актуального стану розробленості питань комп'ютерної залежності. До емпіричних методів увійшли опитування, формувальний експеримент із метою визначення ефективних шляхів корекції залежної поведінки підлітків із різним рівнем комп'ютерної залежності, спостереження. Статистичну обробку даних для ґрунтовного порівняльного аналізу здійснено за допомогою обчислення t-критерія Стьюдента.

Результати. З'ясовано, що профілактика та подолання комп'ютерної залежності в підлітків співвідносяться з їх особистісними та соціально-поведінковими аспектами розвитку. На особливу увагу заслуговує мотиваційна сфера особистості, оскільки занурення у віртуальний світ спричинене складністю задоволення основних потреб підлітка в реальній міжособистісній взаємодії. Встановлено в половині всіх досліджуваних комп'ютерну залежність та ризик її виникнення. Розроблено психокорекційну програму для підлітків, що мають комп'ютерну залежність та схильні до неї, яка спрямована на вирішення інформаційних, розвивальних та рефлексивних завдань, що охоплюють вразливі до розвитку комп'ютерної залежності особистісні особливості досліджуваних.

Висновки. Ефективність програми подолання комп'ютерної залежності та схильності до неї підтверджено результатами порівняльного дослідження. Окреслено перспективи подальших досліджень, що включають питання мотивації включення батьків до профілактики та корекції залежної поведінки їх дітей як негативного явища соціалізації та їх практичної реалізації, питання подальшої практичної психологічної роботи з підлітками з питань ризику та виникнення комп'ютерної залежності.

Ключові слова: комп'ютерна залежність, віртуальна комунікація, мотивація, емоційний стан, самопостереження.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PSYCHOCORRECTION OF COMPUTER ADDICTION OF ADOLESCENTS

Zastelo Anna Oleksandrivna,
PhD in Psychology,
Associate Professor at the Department of Social Work and Psychology
Zaporizhzhya Polytechnic National University

zastelo@ukr.net
<http://orcid.org/0000-0002-7375-7923>



Vikhliaieva Yana Yevhenivna,
Lecturer at the Department of Social Work and Psychology
Zaporizhzhya Polytechnic National University
yana02081989@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8470-5750>

Purpose of the article is to substantiate, provide meaningful description, and prove the effectiveness of psycho-correctional work on strengthening the personal and social status of computer addicted adolescents at various levels with the aim to overcome it. The article analyzes modern approaches to understanding the psychological essence of the computer addiction and its manifestation in adolescents.

Methods. A number of theoretical and empirical methods were used to achieve the purpose of the study. Theoretical methods of research were generalization and analysis of the theoretical basis on the issue, according to the aim to determine the current degree of computer addiction development. Empirical methods included surveys, a formative experiment for determining effective ways to correct the addictive behavior of adolescents with different degree of computer dependence, and observation. Statistical data processing for a thorough comparative analysis was performed through calculating Student's t-test.

Results. It was found out that the prevention and overcoming of computer addiction in adolescents are correlated with their personal and socio-behavioral aspects of development. The motivational sphere of personality needs special attention, as immersion into virtual worlds is caused by the difficulty of meeting the basic needs of the adolescent in real interpersonal interaction. The computer addiction or the risk of its development were diagnosed in a half of all subjects. A psycho-correctional program has been developed for adolescents with and prone to computer addiction, which is aimed at solving informational, developmental, and reflexive tasks that cover the personal characteristics of the subjects vulnerable to the development of computer addiction.

Conclusions. The effectiveness of the program for overcoming computer addiction and propensity to it is confirmed by the results of a comparative study. Prospects for further research are outlined, including the motivation of parents to take part in the prevention and correction of addictive behavior of their children as a negative phenomenon of socialization and their practical implementation, and further practical psychological work with adolescents on risk and computer addiction.

Key words: *computer addiction, virtual communication, motivation, emotional state, self-observation.*

Вступ

Віртуальний простір – невід’ємна частина розвитку та соціалізації особистості в реаліях сьогодення. Питання психологічної безпеки особистості, що проходить шлях свого становлення, особливо гостро постає з огляду її включеності до користування комп’ютером та ресурсами мережі Інтернет, які своєю чергою сповнені негативним впливом нарівні з усіма можливостями. Комп’ютерна залежність (або комп’ютерна чи віртуальна адикція) виходить із використання цих можливостей як альтернативи в задоволенні потреб, що традиційно задовольняються у сфері міжособистісних відносин у реальному світі.

Окремий напрям наукових пошуків щодо визначення понять та різновидів комп’ютерної залежності не відмінняє нагальної потреби вирішення реальної проблеми заміщення реального світу як контексту становлення особистості підлітка. Водночас на особливу увагу заслуговує проблема мобільності змістовних засобів та об’єктів психокорекційного впливу на комп’ютерно залежних підлітків.

Мета статті – обґрунтувати, навести змістовну характеристику та довести ефективність психокорекційної роботи з укріплення особистісного та соціального ста-

тусу підлітків із комп’ютерною залежністю різних рівнів задля її подолання.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Розгляд проблематики комп’ютерної залежності нині знаходиться в площині інтересів психологічної, соціологічної, педагогічної та медичної науки.

Проблемне поле наукових пошуків українськими психологами з питань комп’ютерної залежності у підлітків охоплює кілька напрямів: питання психологічних причин та факторів виникнення комп’ютерної залежності, особливостей її розвитку та стану, питання особистісних якостей підлітків що схильні або мають комп’ютерну залежність, питання профілактики та психокорекції комп’ютерно-залежних підлітків.

Окремо зазначимо постійне оновлення типології комп’ютерної залежності з огляду на постійне оновлення змісту активності особистості у віртуальному світі. Проте всі типи зводяться до взаємодії з комп’ютером або смартфоном, що в останні роки стрімкого розвитку технологій стає рівноцінним його заміником, більш мобільним, що збільшує можливості та час взаємодії підлітка з гаджетом. Здебільшого комп’ютерну залежність диференціюють на ігрову та інтернет-залежність, які під впливом технологічного прогресу стають єдиним цілим.

Пік ігрової комп'ютерної активності припадає на молодший підлітковий вік і виходить із мотиваційно-потребової сфери (Перепелиця, 2018).

Це підтверджено дослідженням схильності до комп'ютерної адикції в молодших та старших підлітків з огляду на більшу вразливість групи, де становлення особистості базується на розвитку потреб та мотивів. Виявлено, що 26% молодших підлітків грають в онлайн-ігри, чим суттєво випереджають учнів 10-х класів, а також 63% з них є активними користувачами соціальних мереж (Рень, Левенок, 2012).

Варто зазначити, за даними масштабного дослідження підлітків Хорватії, Фінляндії та Польщі, комп'ютерна залежність пов'язана з використанням саме інтернету. Підлітки найчастіше використовують комп'ютер та інтернет із розважальною метою. Рівень інтернет-залежності є найвищим серед підлітків 15–16 років, а найнижчим – у групі досліджуваних віком 11–12 років (Karacic & Oreskovic, 2017).

Можливості для підлітків та молоді, що виникають завдяки розвитку інформаційних технологій, існують поряд із негативними тенденціями, які Ю. Ярченко та А. Дрюк пов'язує з негативними тенденціями глобальної «інтернетизації» освіти. Найбільш важливими автор вважає зомбування, маніпуляції свідомістю, віртуалізацію свідомості, примітивізацію, вульгаризацію, хаотизацію, провокатизацію; ігроїзацію, криміналізацію, комерціалізацію, ресоціалізацію тощо (Ярченко, Дрюк, 2019). Прояв означених тенденцій можна визначити як індикатор особистісних проблем та слабких місць важливого етапу соціалізації підлітків.

Визначено, що психологічні чинники комп'ютерної залежності складаються з суто психологічних (індивідуально-особистісні, розумові здібності, самооцінка, кому нікативні здібності, схильність до ризику, суб'єктність, тривожність, вольовий потенціал) та соціально-психологічних чинників (рівень соціалізації, місце навчання чи роботи, дитячо-батьківські відносини, відносини з друзями (статус і місце в групі), коло спілкування) (Перепелиця, 2018).

За результатами дослідження Ю. Ярченко та А. Дрюк, необмежене перебування в мережі має негативний вплив на когнітивну (посилення механізму раціоналізації, інтелектуального виправдання адикції, формування «магічного мислення» у вигляді фантазій про власну могутність або всемогутність інтернету й «мислення за бажанням». знижується критичність до негативних наслідків свого адиктивного стану), мотиваційну (надмірне емо-

ційне ставлення до об'єкта адикції, починають домінувати роздуми про об'єкт адикції) та поведінкову сфери (посилюється захисно-агресивна поведінка, зростають ознаки соціальної дезадаптації) (Ярченко, Дрюк, 2019).

Щодо мотивації знаходження саме у віртуальному світі Д. Пугачовим експериментально визначено, що незначний її рівень характерний для не схильних до комп'ютерної залежності підлітків. Сформована ж мотивація знаходження у віртуальному світі групи ризику та залежних однолітків проявляється в бажанні змін у своїй особистісній сфері та підкріплюється проявом втечі у віртуальний світ (Пугачов, 2016). Потреба вираження маскулітних якостей підлітків як етап статево-рольової ідентифікації зумовлює вибір ігор з агресивним змістом (Перепелиця, 2018).

Повсякденне використання віртуальної комунікації, як зазначає Д. Пугачов, не впливає на відмінність якості та кількості віртуальної комунікації в підлітків. Проте для підлітків з ознаками комп'ютерної залежності віртуальний простір є єдиним місцем самопрезентації та комунікації (Пугачов, 2016).

Тому ми можемо зробити висновок про широкий спектр завдань щодо подолання комп'ютерної залежності серед підлітків.

Напрями роботи з психологічними аспектами комп'ютерної залежності стосуються інтелектуальної та особистісної сфери, соціально-поведінкових особливостей (Ярченко, Дрюк, 2019). Останній напрям потребує включити, на нашу думку, питання дитячо-батьківських стосунків, що зумовлено, по-перше, тим, що саме батьки навчили комп'ютерних ігор значну кількість підлітків (40% опитаних учнів 4-х класів, 46% 5-х класів, 21% 6-х класів) (Рень, Левенок, 2012), а по-друге, потреби приналежності та любові, незадоволені у власній сім'ї, спонукають до пошуку задоволення, що просто та доступно здійснити у віртуальному просторі.

Насамперед ці питання актуалізують потребу в профілактичній та психокорекційній роботі з попередження та подолання комп'ютерної залежності. Я. Шугайло пропонує інтегрувати кілька напрямів: 1) про світницький для підлітків, їх батьків та вчителів; 2) тренінгів, спрямований на формування інформаційно-педагогічної культури та розвиток комунікативних навичок; 3) спеціально-організоване навчання (Шугайло, 2015). Результати турецьких досліджень наголошують також на включенні підлітків до шкільної позанавчальної активності (Taş, 2017).



На нашу думку, ефективність профілактики комп'ютерної залежності потребує масштабних лонгitudних досліджень, а нині актуальний стан проблеми потребує корекційних заходів, мобільних у своєму змісті та реалізації.

Позитивні можливості, що надає користування комп'ютером та мережею Інтернет, можуть бути зумовлені рівнем сформованості рефлексивних навичок підлітків, основою для яких слугує розвиток інформаційно-комунікативної поведінки та її саморегуляції для профілактики віртуалізації свідомості та виникнення комп'ютерної залежності. Надання простору реального світу для задоволення потреб особистісного розвитку та самовизначення поза віртуальним простором визначило потребу інтеграції науково-практичних надбань та розробки психокорекційної програми з подолання комп'ютерної залежності в молодших підлітків.

2. Методологія та методи

Теоретичними методами дослідження стали узагальнення та аналіз теоретичної бази за проблематикою, відповідно до мети щодо визначення актуального стану розробленості питань комп'ютерної адикції.

До емпіричних методів увійшли опитування, формувальний експеримент із метою визначення ефективних шляхів корекції залежної поведінки підлітків із різним рівнем комп'ютерної залежності, спостереження.

Статистичну обробку даних для ґрунтовного порівняльного аналізу здійснено за допомогою обчислення t-критерія Стьюдента.

3. Результати та дискусії

Дослідження, яке проводилося впродовж 2018–2019 року, було реалізовано в межах програми «Здорове покоління» громадської організації «Флоренс» серед учнів запорізьких шкіл.

У дослідженні та реалізації психокорекційної програми на базі ГО «Флоренс» взяли участь 130 підлітків (12–14 років), що активно використовують комп'ютерні технології (персональний комп'ютер або

телефон) та в тій чи іншій мірі витрачають час на ігри, що було з'ясовано в бесідах із досліджуваними.

До експериментальної групи (n=55) було залучено підлітків із наявністю комп'ютерної залежності, а також більшість досліджуваних, хто тільки знаходиться на стадії захопленості та з ризиком розвитку комп'ютерної залежності, серед яких 5 осіб із відсутністю комп'ютерної залежності обрані для порівняння динаміки показників групи загалом. Усі інші підлітки (n=75) увійшли до контрольної групи, яка традиційно створюється для визначення ефективності корекційних заходів, що застосовуються до учасників експериментальної групи, та не бере в них участі.

До початку впровадження корекційної програми було проведено констатувальний експеримент, до якого увійшли бесіда, скринінгова діагностика комп'ютерної залежності за методикою Л. Юр'євої, Т. Ботьбот (Юр'єва, Ботьбот, 2006) та діагностика мотиваційної структури особистості за методикою В. Мільмана (Іллін, 2013).

На початку діагностичного дослідження з підлітками було проведено вступну бесіду, під час якої вони надали інформацію щодо вподобань у взаємодії з комп'ютером або телефоном, що їм подобається в іграх, чи задоволені вони витраченим часом. Зазначимо, що спостережуваний стан досліджуваних переважно не мав жодної динаміки, в деяких випадках змінювався від захоплення темою бесіди до задуми.

У процесі аналізу результатів констатувального експерименту за рівнями сформованості комп'ютерної залежності було виявлено, що в 50% досліджуваних відсутній ризик виникнення комп'ютерної залежності – 9% в експериментальній групі та 80% в контрольній групі відповідно. Можемо говорити про те, що ці досліджувані не входять до групи ризику. Зауважимо, що наявність та ризик розвитку комп'ютерної залежності виявлено у 39% респондентів, з яких до експериментальної групи

Таблиця 1

Рівні комп'ютерної залежності підлітків експериментальної і контрольної груп на констатуючому етапі

Рівні комп'ютерної залежності	Експериментальна група, % (n=55)	Контрольна група, % (n=75)	Загальний результат, % (n=130)
Наявність комп'ютерної залежності	45,45	0	19
Ризик розвитку комп'ютерної залежності	30,9	12	20
Стадія захоплення	14,54	8	11
Відсутність ризику виникнення комп'ютерної залежності	9,09	80	50

увійшли усі, хто має комп'ютерну залежність, а ті, хто має ризик її розвитку, – у більшості (65%).

У результаті математичного аналізу результатів дослідження мотиваційної структури підлітків було виявлено, що між експериментальною та контрольною групами підлітків є значущі відмінності. В експериментальній групі переважають показники за трьома мотивами: підтримання життєзабезпечення, комфорту, загальної активності (табл. 2).

В експериментальній групі виявлено регресивну спрямованість мотиваційного профілю підлітків, що свідчить про домінування підтримуючих мотивів над розвиваючими. При цьому в загальному профілі виділяється мотив загальної активності, що може говорити про конфронтацію різних мотиваційних факторів всередині загальної структури особистості. Також у більшості підлітків в основній групі присутній мотиваційний профіль сплющеного типу. Такий профіль характеризується досить плоским, маловиразним профільним малюнком без виразних підйомів і спусків і відображає недостатню диференційованість мотиваційної ієрархії особистості, її бідність. Це відображає, по-перше, незадоволеність підлітків шкільним життям, відносинами з однокласниками та вчителями, що впливає на зниження інтересу до навчання, та, по-друге, неуспішність підлітків.

Зауважимо, що в підлітків обох груп мотив спілкування знаходиться не на лідируючій позиції, хоча міжособистісне спілкування вважається провідною діяльністю цього віку.

Отже, аналізуючи дані, можна говорити, що мотиви підтримки відіграють провідну роль у формуванні мотиваційної сфери в підлітків з експериментальної групи. Ця ситуація характеризується спрямованістю підлітка переважно на себе, ніж на розвиток соціальної активності. Таку мотиваційну

структуру можна визначити як споживчу (регресивний профіль), що виконує, головним чином, забезпечення життєдіяльності, а не розвиваючу особистість функцію. Це свідчить про незадоволення потреб у безпеці (прагнення до захисту від невлаштованості, страху і гніву) і в соціальних зв'язках (прагнення до соціального приєднання, ідентифікації, насичення бажання в любові і ніжності).

Отримані емпіричні дані дали змогу визначити мету та центральні напрями корекційних занять. Основна мета психокорекційної програми – зміцнення особистісного та соціального статусу підлітків, що мають комп'ютерну залежність та схильні до неї. Означена мета реалізована за такими напрямками:

1) інформаційний – надання доступної інформації про психологічні аспекти комп'ютерної залежності та її наслідки для розвитку особистості як у підлітковому віці, так і надалі;

2) розвивальний – спрямування фокусу уваги підлітків на власну особистість, використання навичок критичного мислення, самоспостереження, виховання почуття відповідальності за свої дії та вчинки, розвиток навичок ефективної комунікації з однолітками.

3) рефлексивний – активізація та формування навичок усвідомлення дій, вчинків, їх природи, як власних, так і в побудові відносин з оточуючими.

Впровадження програми у виховну роботу передбачало три етапи, кожен з яких реалізовано у формі психотренінгу (для цього підлітків було поділено на 4 групи). Корекційні та особистісно-розвивальні заняття проводилися один-два рази на тиждень протягом трьох місяців. Тривалість заняття – від 1,5 до 2 годин.

На першому орієнтовному етапі було проведено 4 заняття, спрямованих на створення сприятливих умов для роботи в групі,

Таблиця 2

Результати дослідження мотиваційної структури особистості в підлітків

Мотиваційні шкала	Експериментальна група, середні значення (n=55)	Контрольна група, середні значення (n=75)	Достовірність різниці
Підтримання життєзабезпечення	22,11±1,82	17,31±1,53	p < 0,05
Комфорт	21,41±1,75	17,53±1,54	p < 0,05
Досягнення соціального статусу	17,65±1,85	18,65±1,93	p > 0,05
Спілкування	17,75±1,83	16,9±1,63	p > 0,05
Загальна активність	21,75±1,72	17,45±1,25	p < 0,05
Творча активність	15,35±1,46	15,65±1,31	p > 0,05
Соціальна корисність	19,9±1,98	21±2,13	p > 0,05



ознайомлення з основними принципами роботи корекційної програми, формулювання правил групи і очікуваних результатів від тренінгу. Паралельно зі знайомством та розподілом ролей у групі, ознайомленням з інформаційними блоками, підліткам було запропоновано засвоїти матеріал в ігровій формі, наповнити його особистісним змістом під час мозкових штурмів.

Використання мозкових штурмів під час тренінгів було спрямовано на рефлексію власного досвіду залежної поведінки, а подальша презентація групової роботи додавала впевненості підліткам. Обмін особистісним досвідом у питаннях ознак або наслідків комп'ютерної залежності сприяв груповій інтеграції, знижуючи почуття самотності серед учасників занять.

Разом із тим, на тренінгу підлітки опанували екологічне налагодження контакту в груповій роботі через вербалізацію власних почуттів, уміння довіряти групі свої переживання. У заключній частині кожного заняття на першому етапі в рефлексії самопочуття учасники найчастіше акцентували на тому, що вони не почуваються самотніми після ознайомлення з проблематикою комп'ютерної залежності, а саме «не я один такий», «я не самотня з усім цим», «я відчуваю, що мене тут зрозуміють» тощо. Але зрозуміло, що такі усвідомлення потребували підкріплення виробленням корисних поведінкових навичок та раціональних переконань, розвитку критичності мислення, оскільки завжди є ризик згуртування за інтересами щодо предмета своєї залежної поведінки.

До другого, основного етапу було включено 6 занять спрямованих, на корекцію комп'ютерної залежності. Робота з комп'ютерною залежністю була конкретизована через основні завдання: інформування про наслідки ігрової комунікації, ознаки небезпеки та віртуальної агресії, ступені потрапляння в залежність від ігор та інтернету взагалі, ревізію своєї зайнятості протягом дня, пошук альтернатив вирішення повсякденних завдань та проведення дозвілля без використання комп'ютера та інтернету.

На цьому етапі акцент було зміщено з налагодження комунікації в групі на якісні складники поведінки підлітків. Серед результатів дослідження високий показник в експериментальній групі за мотиваційною шкалою «комфорт» спонукав до виокремлення блоку про безпеку поведінки підлітків в мережі взагалі та під час ігрової комунікації зокрема.

Тренером було запропоновано роботу в контексті кейсового методу, перегляду та аналізу відеороликів та фільмів. Спо-

нукання до проговорення почуттів страху, гніву, злості, пригніченості вивело учасників на більш відверті розповіді щодо стосунків з однолітками та батьками, сприяло збільшенню емоційної залученості підлітків до заняття. Деякі історії було розглянуто як додаткові кейси, що на заключному етапі обговорення підтвердило прийняте рішення, оскільки учасники зазначили відчуття власної значущості, прийняли їх особистості без осуду та оцінки (за зізнаннями, схожий комфорт та полегшення викликає спілкування в мережі з незнайомими особисто людьми).

Підвищення емоційності переживань серед учасників потребувало акценту на вправах із розслаблення та релаксації, до яких увійшли вправи-руханки, ди-хальні та арттехніки.

Залучення методу хронометражу до реалізації другого етапу програми дало змогу проаналізувати затрати часу підлітків на різні види діяльності в навчальні та ненавчальні дні – навчання, домашні обов'язки, дозвілля, використання комп'ютера та інтернету. Для відпрацювання навички завдання виконувалося кілька тижнів з обговоренням на тренінгових заняттях. Близько половини підлітків позитивно оцінили свої зусилля в контексті самоспостереження та планування часу, уважності до себе, оцінювання подій за критеріями «безпечність-загроза», «користь-шкода», «змінне-незмінне», відчували розширення меж власних можливостей у прийнятті рішень щодо свого життя.

Після другого етапу реалізації корекційної програми підлітки з комп'ютерною залежністю та схильністю до неї розширили свої уявлення щодо особливостей поведінки в ігровій комунікації та інтернеті, навчилися аналізувати власний досвід та діяльність, окреслювати можливі наслідки своєї поведінки, вдосконалили навички вербалізації свого емоційного стану та безоцінкового прийняття переживань іншого.

На третьому етапі реалізації корекційної програми 4 заняття мали на меті закріплення позитивних змін в особистості підлітків і формування мотивації до подальшого саморозвитку та самовдосконалення.

Корекційні заняття було спрямовано на ознайомлення підлітків про вплив комп'ютера та інтернету на життя особистості. Виявлення бажань та прагнень учасників, тих особистісних якостей, які є важливими для них, планування на найближче майбутнє стало можливим через застосування технік арттерапії та коучінгу.

З підлітками робилися візуалізації майбутнього «Я», його емоційного стану

та правил поведінки в міжособистісному спілкуванні та з комп'ютером. Для реалізації планів та задумів тренером було використано коучингові техніки: «Піраміда Ділтса» (мета – дослідження мети від рівня повсякденного життя до рівня своєї місії та назад, розширюючи уявлення про власні цінності, дії, реагування), «Декартів квадрат» (мета – підвищення ефективності прийняття рішення), «Рамка результату» (мета – детальне роз'яснення бажаного результату та необхідних дій).

Після завершення заключного етапу програми підлітки закріпили навички ефективної комунікації, правила безпечної поведінки з комп'ютером та в інтернеті, сформуvalи уміння брати на себе відповідальність та реалістично планувати свій особистісний розвиток.

Підтвердження ефективності психокорекційної програми зі зміцнення особистісного та соціального статусу підлітків, що мають комп'ютерну залежність та схильні до неї, здійснено шляхом повторної скринінгової діагностики комп'ютерної залежності та статистичної обробки даних. Зауважимо, що для підтвердження ефективності впливу саме психокорекційних заходів досліджено підлітків контрольної групи також після завершення формуvalьного етапу (табл. 3).

Статистично значимі результати було визначено в експериментальній групі, де значно зменшилась кількість підлітків із наявною комп'ютерною залежністю (з 45% до 13%) та збільшилась кількість досліджуваних із відсутністю комп'ютерної залежності (з 9% до 35%). Натомість значущість змін кількості підлітків із ризиком її формування (з 31% до 16%) та на ста-

дії захоплення (з 15% до 36%) не підтверджено статистично. Збільшення кількості підлітків на стадії захоплення після впровадження психокорекційної програми зумовлене тим, що перехід від наявної комп'ютерної залежності до повної її відсутності зумовлений не лише психологічною корекцією підлітків у форматі групової роботи. Певна динаміка зазначена в більшості учасників тренінгових занять – підлітки з експериментальної групи переходять з одного на інший рівень, але є й ті, чий показники зменшуються в межах рівня, виявленого на початку експерименту. Варто зазначити, що не виявлено жодного підлітка, хто покращив свої показники від наявності комп'ютерної залежності до її відсутності, оскільки групова психокорекційна робота є одним з елементів корекції залежної поведінки.

Серед підлітків контрольної групи, які не були залучені до психокорекційних занять, показники рівня сформованості комп'ютерної залежності значно не змінилися. Відсутність комп'ютерної залежності на початку експерименту визначено у 80% підлітків, після завершення – 76%. Кількість підлітків на стадії захоплення зросла з 8% до 11%, але незначно. Лише в одного досліджуваного виявлено комп'ютерну залежність, якої не було ні в кого з контрольної групи на етапі констатувального експерименту. Показник ризику розвитку комп'ютерної залежності залишився незмінним.

Незначні зміни в бік розвитку комп'ютерної залежності в контрольній групі пов'язані як із психологічними особливостями віку, так і зі способом життя, де комп'ютер та інтернет є невід'ємною частиною – через них задовольняються потреби у спіл-

Таблиця 3

Рівні комп'ютерної залежності підлітків експериментальної і контрольної груп після впровадження психокорекційної програми

Рівні комп'ютерної залежності	Експериментальна група, % (n=55)			Контрольна група, % (n=75)		
	До впровадження психокорекційної програми	Після впровадження психокорекційної програми	t	До експерименту	Після експерименту	t
Наявність комп'ютерної залежності	45	13	4,4	0	1	-
Ризик розвитку комп'ютерної залежності	31	16	0,2	12	12	-
Стадія захоплення	15	36	0,6	8	11	0,5
Відсутність ризику виникнення комп'ютерної залежності	9	35	7,1	80	76	0,1



куванні, розслабленні тощо без чіткого усвідомлення правил безпечної поведінки у віртуальному світі.

Щодо результатів дослідження мотиваційної структури підлітків, між експериментальною та контрольною групами підлітків не виявлено значущих відмінностей. В експериментальній групі показники за трьома мотивами (підтримання життєзабезпечення, комфорту, загальної активності) вирівнялись із показниками контрольної групи.

Тому порівнюючи результати дослідження експериментальної та контрольної групи, серед підлітків, що брали участь у психокорекційних заняттях значно зменшилась кількість тих, у кого визначено наявність комп'ютерної залежності, та збільшилась кількість досліджуваних без комп'ютерної залежності. Особливої уваги потребують і якісні результати учасників з експериментальної групи: 1) за інформаційним напрямом психокорекційної програми підвищився рівень обізнаності підлітків щодо психологічних аспектів та наслідків комп'ютерної залежності, підкріплений обміном особистим досвідом, отриманим та засвоєним знанням про безпечну поведінку у віртуальному просторі; 2) за розвивальним напрямом досліджувани розширили уявлення щодо власних можливостей у прийнятті рішень, навчилися ревізувати свою зайнятість, реалістично та відповідально планувати свій особистісний розвиток, оволоділи навичками пошуку альтернатив у вирішенні повсякденних завдань та проведення дозвілля, вдосконалили навички ефективною та безпечною комунікацією; 3) за рефлексивним напрямом підлітки оволоділи навичками вербалізації свого емоційного стану та безоцінкового прийняття переживань іншого; підвищили

рівень уявлень про відчуття власної значущості та безоцінкового прийняття особистості, навчилися окреслювати можливі наслідки власної поведінки.

Висновки

З'ясовано, що профілактика та подолання комп'ютерної залежності в підлітків співвідносяться з їх особистісними та соціально-поведінковими аспектами розвитку. На особливу увагу заслуговує мотиваційна сфера особистості, оскільки занурення у віртуальний світ спричинене складністю задоволення основних потреб підлітка в реальній міжособистісній взаємодії.

На основі теоретичного дослідження проблеми комп'ютерної залежності було розроблено психокорекційну програму для підлітків, ефективність якої в подоланні комп'ютерної залежності та схильності до неї підтверджено результатами порівняльного дослідження. Змістовне наповнення програми базується на вирішенні інформаційних, розвивальних та рефлексивних завдань, що охоплюють вразливі до розвитку комп'ютерної залежності особистісні особливості досліджуваних.

Перспективи подальших досліджень полягають у площині розробки питань мотивації включення батьків до профілактики та корекції залежної поведінки їх дітей як негативного явища соціалізації та їх практичної реалізації. Перш за все зазначимо міждисциплінарну інтеграцію, наприклад, розвиток медіаграмотності (в колаборації зі спеціалістами із соціальних комунікацій) підлітків та їх батьків. Також визначена ефективність психокорекційних завдань не вичерпує вирішення проблеми комп'ютерної залежності, що потребує подальшої практичної психологічної роботи з підлітками.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Іллін Є. П. Мотивація і мотиви / переклад з рос. мови, передмова та примітки Т. В. Тадеєвої. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2013. 512 с.
2. Перепелиця А. В. Проблема комп'ютерних ігор, як альтернатива реальності. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ ; Ніжин : Видавець «ПП Лисенко М.М.», 2018. Том XIV: Методологія і теорія психології. Вип. 1. С. 265–279.
3. Пугачов Д. Л. Експериментальне дослідження особливостей формування образу «я» комп'ютерно залежними молодшими підлітками. *Технології розвитку інтелекту*. 2016. Т. 2. № 3. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_3_12 (дата звернення: 05.06.2020).
4. Рень Л. В., Левенок М. В. Дослідження стану схильності до комп'ютерної адикції серед дітей та підлітків. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. 2012. Вип. 96. С. 177–180.
5. Шугайло Я. В. Інтернет-залежність та проблема її профілактики серед дітей та підлітків. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. 2015. № 2 (25). С. 17–24.
6. Юрьева Л. Н., Ботьбот Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск : Пороги, 2006. 196 с.
7. Ярченко Ю., Дрюк А. Інтернет-залежність молоді як соціальна проблема. *Вісник Приазовського державного технічного університету : збірник наук. праць*. Маріуполь, 2019. Вип. 3. С. 75–81.
8. Karacic. S., Oreskovic S. Internet Addiction Through the Phase of Adolescence: A Questionnaire Study. *JMIR Ment Health*. 2017 Apr-Jun; 4(2): e11. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5394260/> (дата звернення: 05.06.2020).

9. Taş İ. Relationship between Internet Addiction, Gaming Addiction and School Engagement among Adolescents. *Universal Journal of Educational Research*. 2017. 5(12). P. 2304–2311

REFERENCES:

1. Illin Ye.P. (2013) Motyvatsiia i motyvy. [Motivation and motives]. Ternopil [in Ukrainian].
2. Perepelytsia A.V. (2018) Problema kompiuternykh ihor, yak alternatyva realnosti [The problem of computer games as an alternative to reality]. *Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy* – Actual problems of psychology: Collection of scientific works G.S. Kostyuk Institute of Psychology NAPS of Ukraine, 1, 265–279 [in Ukrainian].
3. Puhachov D.L. (2016) Eksperymentalne doslidzhennia osoblyvosti formuvannia obrazu “ia” kompiuterno zalezhnymy molodshymy pidlitkamyi [Experimental study of the peculiarities of the formation of the “I” image by computer-addicted younger adolescents]. *Tekhnolohii rozvytku intelektu – Technologies of intelligence development*, 2(3). URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_3_12 [in Ukrainian].
4. Ren L.V., Levenok M.V. (2012) Doslidzhennia stanu skhylnosti do kompiuternoї adyktzii sered ditei ta pidlitkiv [A study of the state of propensity for computer addiction among children and adolescents]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T.H. Shevchenka – Bulletin of T.G. Shevchenko Chernihiv National Pedagogical University*, Vol. 96, 177–180 [in Ukrainian].
5. Shuhailo Ya.V. (2015) Internet-zalezhnist ta problema yii profilaktyky sered ditei ta pidlitkiv. [Internet addiction and the problem of its prevention among children and adolescents]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu Pedahohichni nauky – Bulletin of Zaporizhia National University. Pedagogical sciences*. Vos. 2 (25), 17–24 [in Ukrainian].
6. Yureva L.N., Bolbot T.Yu. (2006) Kompyuternaya zavisimost: formirovanie, diagnostika, korrektsiya i profilaktika. [Computer addiction: formation, diagnosis, correction and prevention]. Dnepropetrovsk [in Russian]
7. Yarchenko Yu.V., Driuk A. (2019) Internet-zalezhnist molodi yak sotsialna problema [Internet addiction of young people as a social problem]. *Visnyk Pryazovskoho derzhavnogo tekhnichnoho universytetu : zb. nauk. prats – Bulletin of the Azov State Technical University: coll. science. Papers*, Vol. 3, 75–81 [in Ukrainian].
8. Karacic. S., Oreskovic S. (2017) Internet Addiction Through the Phase of Adolescence: A Questionnaire Study. *JMIR Ment Health*, e11. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5394260/>
9. Taş İ. (2017) Relationship between Internet Addiction, Gaming Addiction and School Engagement among Adolescents. *Universal Journal of Educational Research*, 5(12). 2304–2311

Стаття надійшла до редакції 18.06.2020.

The article was received 18 June 2020.

УДК 37.015.3:001.895

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-18>

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ВПРОВАДЖЕННЯ ОСВІТНІХ ІННОВАЦІЙ

Кравчук Світлана Леонтіївна,
кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник

*Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України*

757kravchuk@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6951-1912>

Мета. Метою дослідження є аналіз особливостей психологічної готовності студентської молоді педагогічних спеціальностей до впровадження освітніх інновацій на вибірці 129 осіб – українських студентів (67 жінок і 62 чоловіків) віком від 19 до 23 років, які здобувають першу вищу освіту. Вибірка зібрана з трьох українських університетів: Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, Національного лінгвістичного університету, Київського університету імені Бориса Грінченка.

Методи. В емпіричному дослідженні використовувалась авторська анкета, спрямована на дослідження суб'єктивних ставлень до реформи у сфері загальної середньої освіти. Анкета складається з 27 запитань, з них 17 відкритих запитань, 2 – закритих запитання і 8 напівзакритих запитань, що є комбінацією відкритих і закритих запитань.

Результати. Більшість студентів педагогічних спеціальностей висловили бажання узяти активну участь у впровадженні реформи у сфері загальної середньої освіти і дізнатися більше про реформу у сфері загальної середньої освіти. Через впровадження реформи у сфері загальної середньої освіти у значного відсотка осіб студентської молоді педагогічних спеціальностей переважають позитивні емо-



ції. Більшість студентів педагогічних спеціальностей вважають, що не можуть впливати на процес впровадження освітніх інновацій в Україні.

Висновки. Психологічну готовність студентської молоді до впровадження освітніх інновацій доцільно визначити як інтегративне утворення, що поєднує прояв індивідуальних, особистісних, суб'єктних характеристик в їх цілісності, наявність функціональної і особистісної підготовленості особи до впровадження освітніх інновацій, що зумовлюється наявністю певної психологічної установки на досягнення очікуваного результату, домінуючими мотивами і спрямованостями. У структурі психологічної готовності студентської молоді до впровадження освітніх інновацій доцільно виокремити такі компоненти: емоційно-мотиваційний, когнітивно-цільовий, орієнтаційний, діяльнісно-операційний, моральний, комунікативний, вольовий, мобілізаційний, оцінно-результативний.

Ключові слова: психологічна готовність, студентська молодь, освітні інновації, освітня реформа, партнерство.

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF STUDENT YOUTH OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES FOR INTRODUCTION OF EDUCATIONAL INNOVATIONS

Kravchuk Svitlana Leontiivna,
Candidate of Psychological Sciences,
Senior Researcher

*Institute of Social and Political Psychology of the National Academy
of Educational Sciences of Ukraine*

757kravchuk@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6951-1912>

Purpose. The aim of the study is to analyze the psychological readiness of students of pedagogical specialties to implement educational innovations in a sample of 129 people – Ukrainian students (67 women and 62 men) aged 19 to 23 years, receiving their first higher education. The sample is collected from three Ukrainian universities: Drahomanov National Pedagogical University, National Linguistic University, Borys Hrinchenko Kyiv University.

Methods. The empirical study used an author's questionnaire aimed at examining subjective attitudes to reform in general secondary education. The questionnaire consists of 27 questions, including 17 open questions, 2 closed questions and 8 half-closed questions, which is a combination of open and closed questions.

Results. The vast majority of students of pedagogical specialties expressed a desire to take an active part in the implementation of reform in the field of general secondary education. Most students of pedagogical specialties have a desire to learn more about reform in the sphere of general secondary education. Due to the implementation of the reform in the field of general secondary education, a significant percentage of students of pedagogical specialties are dominated by positive emotions. The vast majority of students of pedagogical specialties believe that they cannot influence the process of implementing educational innovations in Ukraine.

Conclusions. Psychological readiness of student youth to implement educational innovations should be defined as an integrative structure that combines the manifestation of individual, personal, subjective characteristics in their entirety, the presence of functional and personal readiness to implement educational innovations, due to the presence of a certain psychological attitude to achieve the expected result, dominant motives and orientations. In the structure of psychological readiness of student youth for the introduction of educational innovations it is advisable to distinguish the following components: emotional-motivational, cognitive-target, orientation, activity-operational, moral, communicative, volitional, mobilization, evaluation-effective.

Key words: psychological readiness, student youth, educational innovations, educational reform, partnership.

Вступ

Проблема психологічної готовності студентської молоді педагогічних спеціальностей до впровадження освітніх інновацій, зокрема до реформування загальної середньої освіти, набуває особливого значення, оскільки розвиток та доля майбутнього молодого покоління значною мірою залежать від соціально-психологічної компетентності студентської молоді як майбутніх вчителів та потенційних батьків.

Нині найактуальнішою проблемою є розвиток освітньої системи, зокрема загальної середньої освіти, що сприяє формуванню здорового та безпечного способу життя молодого покоління.

Концепт «інновація» (від італ. *innovazione* – «новина») почав широко використовуватися в 40-х роках ХХ сторіччя, причому першість у його використанні належить німецьким та австрійським вченим у контексті аналізу технологічних та економічних процесів.

Нині немає однозначного визначення терміна «інновація». Термін «інновація» означає нововведення, новизну, зміни, зокрема нові форми управління та організації праці, нові види технологій, які охоплюють окремі установи й організації, а також різні сфери.

Р. І. Нісбет та Дж. М. Коллінз (Nisbet, Collins, 2001) зазначають, що корисно визначити нововведення як навмисну, нову, специфічну зміну, яка має бути ефективною в досягненні цілей системи.

Інновації в освіті розглядаються як процес творення, впровадження і поширення в освітній практиці нових ідей, засобів, педагогічних й управлінських технологій, спрямованих на підвищення рівнів досягнень структурних компонентів освіти та здійснення переходу системи до якісно нового стану (Lynch, Smith, 2016).

Р. І. Нісбет та Дж. М. Коллінз (Nisbet, Collins, 2001) вказують, що інновація є невід'ємною частиною операційних процедур будь-якої сучасної освітньої системи, яка прагне вирішити проблеми, з якими стикається. Поняття «інновація» має складне та багатогранне значення у сфері освіти, яке передбачає процес оновлення, освітні реформи, відбір найбільш відповідного матеріалу (ідей, діяльностей, форм, методів, засобів, концепцій чи програм) та його впровадження в педагогічній практиці (Novick, Kress, Elias, 2007).

Аналіз сучасних психологічних, соціально-психологічних і педагогічних досліджень (Дичківська, 2004; Дубасенюк, 2009; Карпова, 2004; Курлянд, 2009; Johnson, Maclean, 2008; Jurgena, Cēdere, 2016; Terhart, 2013) дає змогу виокремити в інноваційній діяльності такі складники: мотиваційний, когнітивний, рефлексивний, особистісний, креативний, процесуальний, технологічний. Стосовно реформування загальної середньої освіти інновація означає нововведення в цілі, зміст, методи й форми навчання та виховання дітей, а також організацію спільної діяльності вчителів та учнів.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Аналіз різноманітних підходів до визначення психологічної готовності свідчить, що більшість вчених виходять із такої загальної позиції, що це складна синтетична конструкція, яка складається з комплексу різноманітних взаємопов'язаних компонентів. О. А. Дубасенюк (Дубасенюк, 2009) вважає, що термін «готовність» доцільно розглядати в контексті «готовності до дії» та визначати як стан мобілізації всіх психофізіологічних систем людини, які забезпечують ефективно виконання визначених дій. Готовність доцільно розглядати

як співвідношення таких факторів: нейродинамічного забезпечення, фізичної підготовленості, психологічних умов готовності, причому в діяльностях різних видів складності може переважати будь-яка з названих сторін (Дубасенюк, 2009; Клімов, 2005; Курлянд, 2009; Левітов, 1973; Мушинська, 2007; Lynch, Smith, 2016; Novick, Kress, Elias, 2007).

На думку вченого Є. О. Клімова (Клімов, 2005), стан психологічної готовності до діяльності допомагає людині успішно виконувати свої професійні обов'язки, правильно використовувати знання, досвід, особисті якості, зберігати самоконтроль та перебудовувати діяльність у разі появи непередбачених перешкод. Є. О. Клімов (Клімов, 2005) зазначає, що стан психологічної готовності до діяльності характеризується мобілізацією ресурсів суб'єкта діяльності на оперативне чи довготермінове її виконання або трудового завдання. Б. Д. Париґін (Париґін, 2003) визначає психологічну готовність як своєрідний пусковий механізм діяльності. На думку Б. Д. Париґіна, психологічна готовність до початку діяльності визначається передусім складністю подолання психологічного бар'єру на її старті. За цим психологічним бар'єром, згідно з дослідником, стоять сумніви і вагання, пов'язані з переживаннями труднощів того, що треба зробити; також дається взнаки тут і фактор впевненості чи невпевненості у своїх силах, вдалому чи невдалому виборі часу дії тощо.

Є. О. Клімов (Клімов, 2005) вважає, що динамічна структура стану психологічної готовності до складних видів діяльності являє собою цілісне утворення, яке охоплює низку особистісних характеристик, основними з яких є такі: 1) мотиваційні: потреба успішно виконувати завдання, інтерес до діяльності, прагнення досягти успіху і показати себе з кращої сторони; 2) пізнавальні: розуміння обов'язків, трудового завдання, оцінка значущості для досягнення конкретних результатів діяльності і для себе (з точки зору престижу, статусу), представлення ймовірних змін, обставин тощо; 3) емоційні: почуття професійної і соціальної відповідальності, впевненість в успіху, наснага; 4) вольові: управління собою і мобілізація сил, зосередження на завданні, відволікання від сторонніх впливів, подолання сумнівів, боязні.

М. Д. Левітов (Левітов, 1973) характеризує готовність як певний психічний стан, який має проміжне положення між властивостями особистості і психічними процесами й зумовлює загальний функціональний рівень, на фоні якого відбувається



розвиток процесів, які необхідні для високої результативності здійснення професійної діяльності.

Д. Лінч та Р. Сміт (Lynch, Smith, 2016) зазначають, що готовність, з однієї сторони, означає згоду прийняти щось як добровільне та свідоме рішення, спрямоване на діяльність, з другої сторони, розглядається як опис стану, за якого людина до чогось готова і який забезпечить реалізацію рішення. Провідним компонентом готовності є психологічна готовність, яку доцільно розглядати як складну конструкцію, як сплав функціональних та особистісних компонентів, що забезпечують мотиваційну та розумову готовність та здатність суб'єкта до здійснення професійної діяльності (Lynch, Smith, 2016).

Досить цікавий погляд на визначення психологічної готовності та її структури був запропонований З. Н. Курлянд (Курлянд, 2009), згідно з якою психологічна готовність до діяльності – це інтегрована цілісна якість особистості, яка найбільш вичерпно описує когнітивну, емоційну і вольову мобільність особи в час включення в професійну діяльність. На думку дослідниці, в структурі психологічної готовності доцільно виділити чотири основні компоненти: мотиваційний (внутрішня спрямованість на певний тип професійної діяльності), емоційний (постійне позитивне ставлення до професійної діяльності), особистісний (готовність до професійної рефлексії) і професійний (володіння професійно важливими навичками) (Курлянд, 2009).

Згідно із Л. З. Сердюк і Н. М. Петрученко, доцільно виділити в структурі психологічної готовності морально-психологічний компонент (усвідомлення мети діяльності, спрямованість на певний тип професійної діяльності, інтереси і потреби) та особистісний компонент (властивості і якості, які забезпечують виконання фахових функцій) (Сердюк, Петрученко, 2011).

Л. В. Помиткіна вказує, що конкретний стан готовності до дії визначається узгодженням факторів, які характеризують різні рівні та сторони готовності: фізіологічну підготовленість, необхідну нейродинамічну забезпеченість дії, психологічні умови готовності (Помиткіна, 2012). На думку Л. В. Помиткіної, залежно від умов виконання дії провідною може стати одна з цих сторін. Позитивне ціннісне ставлення, згідно із Л. В. Помиткіною, є важливим елементом будь-якої готовності особистості.

Досить цікавим поглядом на цю проблему є дослідження О. В. Мушинської (Мушинська, 2007). Вчена здійснила аналіз

здатності керівників до прийняття рішень в умовах ризику. На думку О. В. Мушинської, у психологічній готовності доцільно виділити такі компоненти: 1) відображуючий – високий професійний розвиток пізнавальних процесів та стійких якостей особистості, що забезпечують стійке реагування фахівця на всі впливи навколишнього середовища з урахуванням майбутньої діяльності; 2) спонукальний (центрально-система мотивів з їх взаємозалежністю і супідрядністю); 3) виконавчий – міцні та високорозвинені розумові і сенсорні здатності; 4) регулюючий – вольові якості особистості, емоційна стійкість, здатність доволіно знижувати негативний вплив шкідливих факторів, керувати своєю поведінкою в стані напруженості.

Вагомий внесок у розробку проблеми готовності до інноваційної педагогічної діяльності зробила О. А. Дубасенюк (Дубасенюк, 2009), визначивши в її структурі такі компоненти: цільовий, мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-операційний та оцінно-результативний.

І. М. Дичківська визначає готовність до інноваційної педагогічної діяльності як особливий особистісний стан, який передбачає наявність у педагога мотиваційно-ціннісного ставлення до професійної діяльності, володіння ефективними способами та засобами досягнення педагогічних цілей, здатності до творчості і рефлексії (Дичківська, 2004).

Ю. Карпова вважає, що готовність до інноваційної діяльності варто розглядати як певну сформованість особистісного ресурсу людини, що забезпечує свободу її інтелектуальної самореалізації в умовах зміни соціальної реальності (Карпова, 2004).

Дослідники Б. Новік, Дж. Кресс та М. Еліас (Novick, Kress, Elias, 2007) зазначають, що готовність до освітніх інновацій – це сполука готовності та можливостей. На думку вчених, майбутнє функціонування будь-якої організації пов'язане з її поточним статусом. Адміністратори шкіл можуть бути освіченими, цілеспрямованими чи зацікавленими, але в кожній школі своя історія, яку неможливо стерти, і люди не можуть легко чи швидко відмовитися від звичок й моделей роботи (Novick, Kress, Elias, 2007).

На нашу думку, психологічну готовність до впровадження освітніх інновацій доцільно визначити як інтегративне утвердження, що поєднує прояв індивідуальних, особистісних, суб'єктних характеристик в їх цілісності, наявність функціональної і особистісної підготовленості особи до впровадження освітніх інновацій, що

зумовлюється наявністю певної психологічної установки на досягнення очікуваного результату, домінуючими мотивами і спрямованостями.

Метою дослідження є аналіз особливостей психологічної готовності студентської молоді педагогічних спеціальностей до впровадження освітніх інновацій.

2. Методологія та методи

Процедура емпіричного дослідження передбачала розробку авторської анкети, спрямованої на дослідження суб'єктивних ставлень до реформи у сфері загальної середньої освіти. Анкета складається з 27 запитань, з них 17 відкритих запитань, 2 закритих запитання і 8 напівзакритих запитань, що є комбінацією відкритих і закритих запитань. Емпіричне дослідження було проведено з використанням етичних принципів та кодексів поведінки Американської психологічної асоціації (2010).

Учасниками дослідження були 129 осіб – українські студенти (67 жінок і 62 чоловіка) віком від 19 до 23 років, які здобувають першу вищу освіту. Вибірка зібрана з трьох українських університетів: Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, Національного лінгвістичного університету, Київського університету імені Бориса Грінченка. Участь у дослідженні була повністю добровільною. У будь-який момент учасники могли відмовитися від подальшої участі. Дані були зібрані анонімно.

3. Результати та дискусії

На основі авторської дослідницької анкети, спрямованої на дослідження суб'єктивних ставлень до реформи освіти, нами було виявлено, що 57,4% осіб висловили бажання узяти активну участь у впровадженні реформи у сфері загальної середньої освіти, водночас 33,3% осіб не мають такого бажання (див. табл. 1).

Таблиця 1

Висловлення бажання студентською молоддю узяти активну участь у впровадженні реформи у сфері загальної середньої освіти

Питання «Ви хотіли б узяти активну участь у впровадженні реформи у сфері загальної середньої освіти?»	Частота	Відсотки
Так	74	57,4
Ні	43	33,3
Інша відповідь	12	9,3
Разом	129	100,0

Стосовно бажання дізнатися більше про реформу освіти в Україні виявлено, що 72,1% осіб висловили таке бажання, також 7,0% осіб не мають такого бажання (див. табл. 2).

Таблиця 2

Висловлення студентською молоддю бажання дізнатися більше про реформу освіти в Україні

Питання «У Вас є бажання дізнатися більше про реформу освіти в Україні?»	Частота	Відсотки
Так	93	72,1
Ні	9	7,0
Інша відповідь	27	20,9
Разом	129	100,0

На питання «Які емоції у Вас виникають через впровадження реформи у сфері загальної середньої освіти?» у студентської молоді переважали позитивні емоції (відповідно, 51,9%), у 33,3% осіб домінують нейтральні емоції. Негативні емоції переважають тільки у 14,7% осіб (див. табл. 3).

Таблиця 3

Особливості емоцій за знаком, які виникають у студентської молоді через впровадження реформи у сфері загальної середньої освіти

Емоції за знаком	Частота	Відсотки
Позитивні	67	51,9
Негативні	19	14,7
Нейтральні	43	33,3
Разом	129	100,0

Стосовно міри задоволеності в провадженні освітніх інновацій у сфері загальної середньої освіти нами виявлено:

- у 27,9% осіб наявна міра задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 41 до 50%;
- у 14,7% осіб наявна міра задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 61 до 70%;
- у 14,0% осіб наявна міра задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 21 до 30%;
- у 11,6% осіб наявна міра задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 31 до 40%;
- у 10,9% осіб наявна міра задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 51 до 60%;
- у 10,8% осіб наявна міра задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 71 до 80%.



Лише 3,1% осіб вказали, що мають міру задоволеності в провадженні освітніх інновацій від 81 до 90% (див. табл. 4).

Таблиця 4

Особливості міри задоволеності студентської молоді у впровадженні освітніх інновацій у сфері загальної середньої освіти

Міра задоволеності	Частота	Відсотки
Від 0 до 10%	3	2,3
Від 11 до 20%	6	4,7
Від 21 до 30%	18	14,0
Від 31 до 40%	15	11,6
Від 41 до 50%	36	27,9
Від 51 до 60%	14	10,9
Від 61 до 70%	19	14,7
Від 71 до 80%	14	10,8
Від 81 до 90%	4	3,1
Від 91 до 100%	0	0,0
Разом	129	100,0

Стосовно можливості впливу студентської молоді на процес впровадження освітніх інновацій у сфері загальної середньої освіти нами виявлено таке: 58,9% осіб не погоджуються з тим, що можуть впливати на цей процес; 29,5% осіб погоджуються з тим, що можуть впливати на цей процес (див. табл. 5).

Таблиця 5

Можливість впливу студентської молоді на процес впровадження освітніх інновацій у сфері загальної середньої освіти

Можливість впливу	Частота	Відсотки
Погоджуються	38	29,5
Не погоджуються	76	58,9
Інша відповідь	15	11,6
Разом	129	100,0

На основі авторської дослідницької анкети, спрямованої на дослідження суб'єктивних ставлень до реформи у сфері загальної середньої освіти, нами було виявлено, як студентська молодь розуміє педагогіку партнерства. Одним із питань анкети було таке: «Як Ви розумієте, що таке педагогіка партнерства?».

За технікою контент-аналізу нами було виявлено, що студентська молодь розуміє педагогіку партнерства таким чином:

- взаєморозуміння між вчителями, батьками і учнями (16,3% студентської молоді);
- не розуміють, що це означає (15,5% студентської молоді);

- співпраця між вчителями, батьками і учнями з метою отримання дітьми якісної освіти (11,6% студентської молоді);
- взаємодія батьків, учнів і вчителів (10,8% студентської молоді);
- спілкування між вчителями, батьками і учнями (9,3% студентської молоді);
- побудова довіри між школою, дітьми і батьками (9,3% студентської молоді);
- рівність в обов'язках вчителів, учнів і батьків (6,2% студентської молоді);
- командна робота (4,7% студентської молоді);
- допомога один одному в навчальному і виховному процесах (4,7% студентської молоді);
- підтримка учня вчителем (4,7% студентської молоді);
- розвиток здібностей (3,8% студентської молоді);
- співпраця освітніх закладів (3,1% студентської молоді).

Ефективність впровадження реформи загальної середньої освіти значною мірою визначається налагодженням партнерської взаємодії між учасниками процесу реформування освіти. Є потреба співпрацювати радникам із питань освітньої реформи, вчителям, батькам та іншим зацікавленим особам в освітніх інноваціях.

Залучення до партнерства передбачає активну роботу шкільних консультантів із питань освітніх інновацій, роботу з батьками, волонтерство, співпрацю із спільнотою.

Важливою умовою партнерської взаємодії є довіра між учасниками процесу реформування, зокрема між молоддю та командами дорослих, які беруть активну участь в освітніх інноваціях.

Налагодження партнерської взаємодії між вчителями школи та членами родини кожного учня значно підвищує ефективність впровадження освітніх інновацій, бо результат навчання та виховання дитини значною мірою зумовлений конструктивною взаємодією між батьками, дітьми та навчальним закладом.

Тільки за тісного співробітництва всіх учасників освітнього процесу можна успішно впроваджувати освітні інновації.

Висновки

На нашу думку, психологічну готовність студентської молоді до впровадження освітніх інновацій доцільно визначити як інтегративне утворення, що поєднує прояв індивідуальних, особистісних, суб'єктивних характеристик в їх цілісності, наявність функціональної і особистісної підготовленості особи до впровадження освітніх інновацій, що зумовлюється наявністю певної психологічної установки на досягнення очі-

куваного результату, домінуючими мотивами і спрямованостями.

У структурі психологічної готовності студентської молоді до впровадження освітніх інновацій доцільно виокремити такі компоненти: 1) емоційно-мотиваційний (полягає в наявності стійкого позитивного емоційного ставлення студентської молоді до впровадження освітніх інновацій і передового досвіду, а також вираженості значного інтересу і мотивації до освітніх реформ); 2) когнітивно-цільовий (полягає в усвідомленні студентською молоддю необхідності формування і розвитку професійно важливих компетенцій, зокрема розвитку креативного мислення; формуванні інтересів до навчання і виховання; формуванні ціннісних орієнтацій; усвідомленні мети освітніх реформ); 3) орієнтаційний (полягає в засвоєнні знань і уявлень про умови й специфічні особливості впровадження освітніх інновацій, вимоги до особистісних характеристик людини); 4) діяльнісно-операційний (полягає в оволодінні знаннями про засоби, способи, стратегії впровадження освітніх інновацій, формуванні вмінь та навичок у розробці стратегій ефективного впровадження освітніх інновацій, здатності до активної діяльності в нових швидкозмінних соціально-економічних умовах, знанні дій, операцій, заходів, стратегій, необхідних для успішного здійснення діяльності, наявності обґрунтованості прийнятого рішення і шляхів його досягнення); 5) моральний (полягає у формуванні і розвитку гуманістичних цінностей, наявності моральних переконань); 6) кому-

нікативний (полягає в наявності комунікативної компетентності); 7) вольовий (полягає в розвитку відповідальності, наполегливості, здатності особи до саморегуляції і самоконтролю, здатності вільно керувати своєю поведінкою і поведінкою інших, прагненні наполегливо доводити розпочату діяльність, цілеспрямованості, самостійності і активності у прийнятті рішень); 8) мобілізаційний (полягає у впевненості у своїх силах, здатності особи до підвищення рівня активності, мобілізації сил у ситуації долаття труднощів, бар'єрів на шляху впровадження освітніх інновацій); 9) оцінно-результативний (полягає в здатності здійснювати самостійну оцінку власних знань, вмінь, умінь, ефективності засобів, дій, стратегій).

У нашому емпіричному дослідженні встановлено, що більшість студентів педагогічних спеціальностей висловили бажання узяти активну участь у впровадженні реформи у сфері загальної середньої освіти і дізнатися більше про реформу у сфері загальної середньої освіти. Через впровадження реформи освіти в Україні у значного відсотка осіб студентської молоді педагогічних спеціальностей переважають позитивні емоції. Більшість студентів педагогічних спеціальностей вважають, що не можуть впливати на процес впровадження освітніх інновацій в Україні.

У перспективі ми плануємо проведення дослідження соціально-психологічних чинників психологічної готовності студентської молоді до впровадження освітніх інновацій у сфері загальної середньої освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології. Київ : Академвидав, 2004. 352 с.
2. Дубасенюк О. А. Інноваційні освітні технології та методики в системі професійно-педагогічної підготовки. *Професійна педагогічна освіта: інноваційні технології та методики* : монографія / за ред. О. А. Дубасенюк. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. С. 14–47.
3. Карпова Ю. А. Введение в социологию инноватики. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 192 с.
4. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. 304 с.
5. Курлянд З. Н. Професійно-креативне середовище ВНЗ – передумова підвищення якості підготовки майбутніх фахівців. *Педагогическая наука: история, теория, практика, тенденции развития*. 2009. № 1. С. 18–26.
6. Левитов Н. Д. Психическое состояние готовности человека к работе. *Среднее специальное образование*. 1973. № 3. С. 28–38.
7. Мушинська О. В. Особливості структури психологічної готовності керівників економічних відділів до прийняття рішень в умовах ризику. *Актуальні проблеми психології*. 2007. Т. 7. Вип. 24. С. 208–215.
8. Парыгин Б. Д. Социальная психология. Санкт-Петербург : СПбГУП, 2003. 616 с.
9. Помиткіна Л. В. Психологічна готовність студентів до прийняття стратегічних життєвих рішень. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України «Проблеми сучасної психології»*. 2012. Вип. 18. С. 654–663.
10. Сердюк Л. Зміст та структура психологічної готовності до професійної діяльності студентів з інвалідністю. *Освіта Регіону: Український науковий журнал*. 2011. № 5. С. 140–144.
11. Johnson D., Maclean R. Teaching: Professionalization, Development and Leadership. New York : Springer, 2008. 209 p.
12. Jurgena I., Cédere D. Students' Ideas on Innovations in Higher Education. *Journal of Pedagogy and Psychology*. 2016. Vol. 8(1). P. 30–36.
13. Lynch D., Smith R. Readiness for School Reform. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*. 2016. Vol. 2. Issue 3. P. 15–19.



14. Nisbet R. I., Collins J. M. Barriers and Resistance to Innovation. *Australian Journal of Teacher Education*. 2001. Vol. 3. Issue 1. P. 1–29.
15. Novick B., Kress J., Elias M. Readiness: Assess Your School's Potential for Change. *Building Learning Communities with Character*. 2007. URL: <http://www.ascd.org/publications/books/101240/chapters/Readiness@-Assess-Your-School's-Potential-for-Change.aspx> (дата звернення: 07.06.2020).
16. Terhart E. Teacher resistance against school reform: reflecting an inconvenient truth. *School Leadership & Management*. 2013. Vol. 33. Issue 5. P. 11–14.

REFERENCES:

1. Dichkivska I. M. (2004). *Innovacijni pedagogichni tekhnologiji [Innovative pedagogical technologies]*. Kyiv: Akademvidav, 2004, 352 [in Ukrainian].
2. Dubasenyuk O. A. (Ed.) (2009). *Innovacijni osviti tekhnologiji ta metodiki v sistemi profesijno-pedagogichnoyi pidgotovki [Innovative educational technologies and methods in the system of professional and pedagogical training]*. *Profesijna pedagogichna osvita: innovacijni tekhnologiji ta metodiki: monografiya [Professional pedagogical education: innovative technologies and methods: monograph]*. Zhytomyr: Vid-vo ZhDU im. I. Franka, 14–47 [in Ukrainian].
3. Karpova Yu. A. (2004). *Vvedenie v sociologiyu innovatiki [Introduction to the Sociology of Innovation]*. St. Petersburg: Piter, 192 [in Russian].
4. Klimov E. A. (2005). *Psikhologiya professionalnogo samoopredeleniya [Psychology of Professional Self-Determination]*. Rostov-on-Don: Feniks, 304 [in Russian].
5. Kurlyand Z. N. (2009). *Profesijno-kreativne seredovishhe VNZ – peredumova pidvishhennya yakosti pidgotovki majbutnikh fakhivcziv [The professional and creative environment of the university is a prerequisite for improving the quality of training of future specialists]*. *Pedagogicheskaya nauka: istoriya, teoriya, praktika, tendenczii razvitiya*, 1, 18–26 [in Ukrainian].
6. Levitov N. D. (1973). *Psikhicheskoe sostoyanie gotovnosti cheloveka k rabote [Mental state of a person's readiness for work]*. *Srednee specialnoe obrazovanie*, 3, 28–38 [in Russian].
7. Mushynska O. V. (2007). *Osoblivosti strukturi psikhologichnoyi gotovnosti kerivnikiv ekonomichnikh viddiliv do priynyattya rishen v umovakh riziku [Features of the structure of psychological readiness of heads of economic departments to make decisions in conditions of risk]*. *Aktualni problemi psikhologiyi*, 7 (24), 208–215 [in Ukrainian].
8. Parygin B. D. (2003). *Soczialnaya psikhologiya [Social psychology]*. St. Petersburg: SPbGUP, 616 [in Russian].
9. Pomitkina L. V. (2012). *Psikhologichna gotovnist studentiv do priynyattya strategichnikh zhittyevikh rishen [Psychological readiness of students to make strategic life decisions]*. *Zbirnik naukovikh prac K-PNU imeni Ivana Ogiyenko, Institutu psikhologiyi im. G.S. Kostyuka NAPN Ukrayini "Problemi suchasnoyi psikhologiyi"*, 18, 654–663 [in Ukrainian].
10. Serdyuk L. (2011). *Zmist ta struktura psikhologichnoyi gotovnosti do profesijnoyi diyalnosti studentiv z invalidnistyu [Content and structure of psychological readiness for professional activity of students with disabilities]*. *Osvita Regionu: Ukrayinskij naukovij zhurnal*, 5, 140–144 [in Ukrainian].
11. Johnson D., Maclean R. (2008). *Teaching: Professionalization, Development and Leadership*. New York: Springer, 209.
12. Jurgena I., Cēdere D. (2016). Students' Ideas on Innovations in *Higher Education*. *Journal of Pedagogy and Psychology*, 8(1), 30–36.
13. Lynch D., Smith R. (2016). Readiness for School Reform. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 2 (3), 15–19.
14. Nisbet R. I., Collins J. M. (2001). Barriers and Resistance to Innovation. *Australian Journal of Teacher Education*, 3 (1), 1–29.
15. Novick B., Kress J., Elias M. (2007). Readiness: Assess Your School's Potential for Change. *Building Learning Communities with Character*. 2007. URL: <http://www.ascd.org/publications/books/101240/chapters/Readiness@-Assess-Your-School's-Potential-for-Change.aspx>
16. Terhart E. (2013). Teacher resistance against school reform: reflecting an inconvenient truth. *School Leadership & Management*, 33 (5), 11–14.

Стаття надійшла до редакції 18.06.2020.
The article was received 18 June 2020.

УДК 159.942.5+159.947

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-19>

САМОВЛАДАННЯ У СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВОДІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Малхазов Олександр Ромуальдович,

доктор психологічних наук, професор,
головний науковий співробітник лабораторії соціальної психології особистості

*Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України*

alexander.malkhazov@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7312-5830>

Мета статті – визначити й обґрунтувати потенційний вплив самовладання на розвиток емоційної стійкості у соціально-психологічному супроводі осіб, що адаптуються до умов мирного життя. Методи дослідження: теоретичний аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення, моделювання.

Результати. Емоційна стійкість, як здатність до регуляції емоційних станів та проявів емоцій, є умовою успішності соціальної взаємодії. Водночас можливості розвитку емоційної стійкості у процесі соціально-психологічного супроводу вкрай обмежені. Тому постає завдання пошуку механізмів опосередкованого впливу на цей процес. Визначено соціально-психологічні детермінанти емоційної стійкості (емоційна стабільність, особливості самоставлення та цілепокладання, рефлексивний досвід). Окреслено потенціал самовладання як чинника розвитку емоційної стійкості. Показано, що самовладання як поведінкова стратегія (модель, особливий спосіб реагування тощо) забезпечує ефективність розв'язання всіх життєвих ситуацій. Проте лише у емоційно несприятливих ситуаціях роль самовладання є визначальною. Представлено перелік таких ситуацій, описано ознаки і характерні для кожної з них емоційні реакції. Визначено функції самовладання у емоційно несприятливих ситуаціях соціальної взаємодії (регулятивна, захисна, компенсаторна, контрольна).

Висновки. Самовладання в усіх своїх проявах (і як копінг, і як захист, і як особливий вид соціальної поведінки, і як самовладаючий інтелект) може бути інструментом розвитку емоційної стійкості. Чим ширший спектр стратегій самовладання у активному вжитку особи, тим краще вона контролює емоційні стани та прояви. Перспективи подальших досліджень вбачаються у розробці і впровадженні моделей супроводу, орієнтованих на особистісні стилі саморегуляції емоційних проявів у процесі взаємодії із середовищем. Важливим видається також виділення діагностичних маркерів здатності особи до емоційної саморегуляції та оцінювання ситуацій.

Ключові слова: емоційна стійкість, детермінанти, самовладання, поведінкові стратегії, функції самовладання, несприятливі ситуації.

SELF-CONTROL IN SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL RESILIENCE OF AN INDIVIDUAL

Malkhazov Oleksandr Romualdovych,

Doctor of Sciences in Psychology, Professor,

Chief Research Associate at the Laboratory of Social Psychology of Personality

*Institute of Social and Political Psychology
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*

alexander.malkhazov@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7312-5830>

The objective of the article is to define and substantiate potential influence of self-control on the development of emotional resilience in social-psychological assistance of individuals who are dealing with the consequences of traumatic events. Research methods: theoretical analysis, comparison, systematization, generalization, modelling.

Results. Emotional resilience, as ability to regulation of emotional states and expressions of emotions, is a condition of successful social interaction. At the same time, possibilities of development of emotional resilience in the process of social-psychological assistance are very limited. Hence, arises the task of search of mechanisms of indirect impact on the process. Social-psychological determinants of emotional resilience (emotional stability, peculiarities of self-attitude and goal setting, reflexive experience) have been defined. Potential of self-control as a factor of development of emotional resilience has been outlined. It has been shown that self-control, as a behavioural strategy (model, specific way of reacting, etc.), guarantees effectiveness of solving all life situations. However, the role of self-control is determinative only in emotionally unfavourable situations.



The article presents a list of such situations, describes signs and emotional reactions typical for each of those. Functions of self-control in emotionally unfavourable situations of social interaction (regulatory, protective, compensatory, controlling) have been defined.

Conclusion. Self-control in all its manifestations (as coping, as protection, as special type of social behaviour, as self-controlling intellect) can be an instrument of development of emotional resilience. The broader spectrum of self-control strategies an individual has in his or her active use, the better he or she controls emotional states and manifestations. Perspective of further research is seen in the development and introduction of models of assistance oriented at individual styles of self-regulation of emotional manifestations in the process of interaction with environment. It is also important to highlight diagnostic markers of the ability of an individual to emotional self-regulation and evaluation of situation.

Key words: *emotional resilience, determinants, self-control, behavioural strategies, unfavourable situations.*

Вступ

Інформаційні, фізичні та психічні навантаження, пов'язані з необхідністю відповісти стрімким змінам умов життя, негативно позначаються на здоров'ї людей. Проблема забезпечення психологічного здоров'я в Україні набуває актуальності ще й через значну кількість постраждалих від воєнних дій та внаслідок окупації частини української території. Частка громадян, які не можуть самостійно впоратись зі складними життєвими ситуаціями, встановити нові соціальні зв'язки після втрати близьких і звичного кола спілкування, навчитись адекватно реагувати у ситуаціях невизначеності, постійно зростає. Успішність адаптації осіб, що переживають складні життєві ситуації, все частіше пов'язують зі здатністю контролювати емоційні прояви, без чого складно приймати виклики, віднаходити нові смисли і пристосовуватись до життя в нових реаліях. Дослідження чинників розвитку емоційної стійкості зумовлює зростання інтересу науковців і психологів-практиків до проблеми самовладання особистості у складних життєвих ситуаціях. Самовладання зазвичай досліджують у контексті проблематики розвитку особистості (Белинская, 2018; Дідух, 2014; Drummond, Brough, 2015 та ін.), регуляції та саморегуляції поведінки (Grohol, 2019; Журавльов, 2008; Лібіна, 2018 та ін.), психологічного здоров'я та благополуччя (Bowins, 2006; Шебанова, Діденко, 2018; Хачатурова, 2013), мобілізації адаптаційного потенціалу особистості (Moskowitz, 2001; Weber, 2003; Vaillant, 2000 та ін.) тощо. У нашому дослідженні самовладання розглядається у контексті детермінант розвитку емоційної стійкості постраждалих від воєнних дій. Ми виходимо з припущення, що підвищення ефективності соціально-психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості можна досягти за рахунок розробки і впровадження моделей супроводу, орієнтованих на особистісні стратегії самовладання.

Метою статті є обґрунтування потенціалу самовладання як ресурсу розвитку емоційної стійкості у соціально психоло-

гічному супроводі осіб, що адаптуються до умов мирного життя.

Відповідно до поставленої мети у статті визначено дослідницькі завдання:

- 1) проаналізувати підходи до дослідження самовладання у вітчизняній і зарубіжній науковій традиції;
- 2) визначити детермінанти емоційної стійкості і роль самовладання у її розвитку;
- 3) виокремити показники самовладання, які можуть одночасно бути індикаторами емоційної стійкості у ситуаціях соціальної взаємодії;
- 4) систематизувати уявлення про типові ознаки емоційно несприятливих ситуацій та характерні особливості реагування і виходу з них;
- 5) визначити функції самовладання на різних етапах розвитку емоційної стійкості.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

У зарубіжній науковій традиції, коли йдеться про поведінку особи у емоційно напружених ситуаціях, зазвичай вирізняють два різновиди самовладання: активне – “coping”, орієнтоване на розв'язання чи подолання ситуацій (Baumeister, 2011; Drummond, & Brough, 2015; Blum, Brow, & Silver, 2012 та ін.), і пасивне – “defense”, орієнтоване на захист і пом'якшення наслідків дії несприятливих ситуацій (Grohol, 2019; Bowins, 2006 та ін.).

Російські науковці визначають самовладання як «особливий вид соціальної поведінки людини, що забезпечує або руйнує її здоров'я та благополуччя» (Журавльов та ін., 2008: 8). У фокусі уваги дослідників – взаємодія із ситуацією, а функцією самовладання є подолання стресів та вирішення складних життєвих проблем завдяки «усвідомлюваним діям, спрямованим на активну взаємодію із ситуацією: її зміну (коли вона піддається контролю) або пристосування до неї (у разі, коли ситуація не піддається контролю)» (Журавльов та ін., 2008: 8).

А.В. Лібіна запропонувала концепцію самовладаючого інтелекту, яка, на переконання дослідниці, поєднує самовладання, психологічний захист та інтелект особистості. Під самовладаючим інтелектом

вона розуміє «як особистісні, так і психічні процеси, що характеризують взаємодію людини з конкретними життєвими ситуаціями з точки зору успішності або неуспішності результату цієї взаємодії. Самовладаючий інтелект, як психологічний феномен, тісно пов'язаний з особистісною компетентністю, удосконаленням життєвих умінь та позитивним психологічним досвідом у цілому» (Лібіна, 2018: 3). За такого підходу самовладання визначає і процес, і результат взаємодії, що видається дискусійним, адже успішний процес не завжди приводить до бажаного результату.

Аналіз наукових розвідок зарубіжних та українських авторів, здійснених у рамках різних підходів, дав змогу виділити основні напрями вивчення самовладання:

– перший – базується на положеннях теорії научання (Eccles and etc., 2004), ґрунтується на уявленні про емоційні стани як результат активації ретикулярної форми і застосовується переважно у дослідженнях поведінки тварин. У рамках цього напрямку самовладання розглядається як контроль поведінкових проявів, що сприяє зниженню стресогенності ситуації;

– основу другого – его-орієнтовного – становлять психоаналітичні теорії, відповідно до яких самовладання розглядається як один із базових механізмів функціонування его (Baumeister, 2011; Naan, 1977; Vaillant, 2000 та ін.). На думку прихильників цього напрямку, самовладання є відносно стійким особистісним утворенням, що зумовлює певний спосіб реагування на несприятливу ситуацію: конструктивний або неконструктивний. Отже, самовладання розглядається як захисний его-механізм, що забезпечує зняття внутрішнього напруження або як ієрархічний набір его-процесів, що починає формуватися ще у дитинстві, коли встановлюються відносини між власним Я і оточенням, і з часом «виростає» у поведінкову модель, стратегію поведінки;

– третій напрям представлений дослідженнями самовладання з позицій когнітивно-феноменологічної теорії, згідно з якою самовладання – динамічний процес, який залежить від особливостей стресової ситуації та її когнітивної оцінки особою (Авраменко, 2016; Хачатурова, 2013; Moskowitz, 2001; Lazarus & Folkman, 1988; Weber, 2003). У рамках цього підходу вирізняють два когнітивні способи самовладання: а) проблемно-орієнтований, що виявляється у пошуку засобів вирішення ситуації; б) емоційно-орієнтований, характерний для ситуації, яка суб'єктивно сприймається такою, що не має вирішення або

не може бути вирішеною через брак необхідних ресурсів. Самовладання у такому разі виявляється у пошуку зміни способу інтерпретації ситуації, а не засобів її вирішення. Отже, прихильники цього напрямку розглядають самовладання як динамічний процес взаємодії зі стресовою ситуацією, у ході якої когнітивні, поведінкові та емоційні зусилля використовуються для прийняття рішення щодо розв'язання ситуації у той чи той спосіб.

Як бачимо, для одних дослідників самовладання – це спосіб взаємодії зі стресовою ситуацією (внутрішньою або зовнішньою), для інших – спосіб реагування на неї. Втім за будь-якого підходу йдеться про особистісну якість (здатність, спроможність, поведінкову стратегію), яка зумовлює особливості сприйняття та реагування на ситуацію, а також вибір способу її розв'язання. Водночас зауважується, що самовладання може приводити як до покращення, так і до погіршення адаптації. Також у стратегіях самовладання дослідники виділяють активну – спрямовану на конструктивну взаємодію із ситуацією, її перетворення і розв'язання (Авраменко, 2016; Белинская, 2018; Дідух, 2014; Vaillant, 2000), та пасивну – спрямовану на уникнення, втечу, відмову від розв'язання проблеми, що виникла, та застосування захисних психологічних механізмів (Шебанова, Діденко, 2018 та ін.). Ефективність самовладання забезпечується, з одного боку, здатністю особи змінювати чи модифікувати стратегії відповідно до конкретної ситуації, з іншого – використанням стійкого, практично незмінного стандартного набору практик, сформованих на базі минулого досвіду розв'язання емоційно значущих несприятливих ситуацій.

2. Методологія та методи

Методи теоретичного аналізу та узагальнення застосовувались нами для визначення детермінант емоційної стійкості та виокремлення показників самовладання. Методи порівняння та систематизації були використані для визначення типових ознак емоційно несприятливих ситуацій та характерних реакцій на кожну з них. Метод моделювання застосовувався під час визначення функцій самовладання у розвитку емоційної стійкості.

На основі аналізу підходів до дослідження самовладання у зарубіжній та вітчизняній науковій традиції буде обґрунтовано зумовленість розвитку емоційної стійкості особливостями самовладання особи та визначено функції і показники самовладання, які слід враховувати у разі вибору моделі супроводу розвитку емоційної стій-



кості. Узагальнивши уявлення про емоційно несприятливі ситуації, ми визначимо специфічні ознаки, характерні реакції та способи взаємодії для кожної з них, а також ресурси, типові шляхи їх розв'язання.

3. Результати та дискусії

Емоційну стійкість ми розглядаємо як механізм саморегуляції емоцій та емоційних станів особистості у ситуації соціальної взаємодії. У сучасній науці досить ґрунтовно досліджені психофізіологічні та особистісні чинники емоційної стійкості, однак їх урахування у соціально-психологічному супроводі видається проблематичним з низки причин. По-перше, доволі складно в умовах супроводу коригувати психофізіологічні особливості, які найбільшою мірою визначають здатність до емоційної стійкості. По-друге, нині не досить дослідженими залишаються соціально-психологічні детермінанти емоційної стійкості та специфіка емоційної регуляції осіб з різними особистісними профілями. До вказаних проблемних моментів варто додати й відсутність системного уявлення про ситуації, які зумовлюють емоційне напруження. Тому постає завдання визначення чутливих до корекційних впливів чинників розвитку емоційної стійкості. Узагальнивши наукові розвідки та результати проведених досліджень (Малхазов, 2018), ми виокремили детермінанти емоційної стійкості, коригування яких може здійснюватися у процесі соціально-психологічного супроводу. До таких детермінант ми відносимо:

- емоційну стабільність (самоконтроль емоційних станів, звичні моделі емоційного реагування);
- самоставлення (самоцінність, віру у здатність впливати на ситуацію і контролювати власні емоції);
- цілепокладання (уявлення про цілі взаємодії у конкретній ситуації та способи їх досягнення);
- рефлексивний досвід (антиципація, мобілізація ресурсів, робота над помилками).

На основі співвіднесення визначених детермінант і результатів досліджень різних аспектів самовладання ми виокремили показники самовладання, які можуть свідчити про рівень сформованості окремих детермінант. Це насамперед:

- адекватність оцінювання власної спроможності знайти рішення у емоційно напруженій ситуації;
- здатність у емоційно напружених ситуаціях зберігати витримку;
- вміння побачити ситуацію очима стороннього спостерігача;
- здатність контролювати емоційні прояви у напружених ситуаціях;

- здатність контролювати свої бажання та почуття у емоційно напруженій ситуації;
- вміння контролювати свої фізичні та психічні стани;

– здатність змінювати ставлення до ситуації, переоцінювати її значущість, переосмислювати своє місце в ній, змінювати підходи до її вирішення.

Нескладно помітити, що показники самовладання постають як окремі компетентності (здатності) у структурі детермінант емоційної стійкості. Отже, рівень сформованості цих компетентностей зумовлює розвиток емоційної стійкості. Так, наприклад, здатність контролювати емоційні прояви у напружених ситуаціях зумовлює формування відповідної моделі емоційного реагування, яка компенсуватиме певні психофізіологічні особливості (переважання сили процесів збудження над процесами гальмування, емоційну реактивність тощо). Так само можна відстежити зв'язки всіх виокремлених показників самовладання з детермінантами емоційної стійкості.

Як уже зазначалося, самовладання виявляється у несприятливих ситуаціях, які висувають підвищені вимоги до емоційної стійкості. З огляду на кінцеве завдання наших розвідок – пошук чинників розвитку емоційної стійкості у процесі соціально-психологічного супроводу – видається логічним детальніше проаналізувати такі ситуації, визначити типові ознаки та емоційні реакції, характерні для кожної з них (табл. 1).

Усі описані ситуації мають спільні риси: а) вони провокують емоційне напруження (збурення, нестабільність, розбалансування тощо) і б) успішне їх розв'язання неможливе без застосування тих чи тих стратегій самовладання. Отже, самовладання можна розглядати як механізм зниження емоційного напруження, тобто чинник емоційної стійкості.

Стратегії самовладання формуються у процесі соціальної взаємодії і можуть бути: усвідомлюваними (коли особистість аналізує власні можливості, ресурси і шукає реальні способи розв'язання ситуації), частково усвідомлюваними (коли методом спроб і помилок особа навчається контролювати свої емоційні прояви) і неусвідомлюваними (коли стратегії є продуктом активності захисних механізмів). У процесі соціально-психологічного супроводу, активізуючи рефлексивні процеси, можна змінювати рівень усвідомлення стратегій самовладання, які практикує особистість, і змінювати їх у разі потреби.

Стратегії самовладання (або набір стратегій), які залучає особистість, визначаються особливостями ситуацій та індиві-

Таблиця 1

Особливості емоційно несприятливих ситуацій

Ситуації	Типові ознаки	Характерні емоційні реакції
Екстремальні	Постійно діючі, високоінтенсивні, потенційно загрозливі для організму впливи.	Яскраво виражені негативні функціональні стани та емоційні прояви. Діяльність особи здійснюється із залученням резервних можливостей організму, що потребує часу на відновлення та проведення психотерапевтичних заходів.
Субекстремальні	Постійно діючі інтенсивні та екстремальні за характером дії впливи, які несуть реальну загрозу для статусу та життя.	Виражені стани, подібні до таких, у яких особа функціонує на межі своїх можливостей і потребує психотерапевтичної підтримки.
Особливі	Епізодичні впливи або висока ймовірність їх виникнення.	Негативні функціональні стани виражені помірно. Резервні можливості мобілізуються за компенсаторним типом. Після завершення дії впливу потрібен час на відновлення. Іноді потрібна психотерапевтична допомога.
Психотравмуючі	Різні рівні ймовірності психотравмуючих впливів.	Реакція залежить від індивідуальної оцінки особою значущості ситуації для нормальної життєдіяльності. Психокорекція та психотерапевтичні заходи визначаються станом особи.
Стресогенні	Ситуативні (гострий стрес-шок), хронічні або довготривалі (підгострі стресові стани) впливи.	Яскраво виражені негативні функціональні стани зі зміною біохімічних, фізіологічних, психофізіологічних, особистісних та соціально-психологічних проявів. Діяльність здійснюється із залученням усіх резервних можливостей організму. Під час гострого стресу (шоку) спостерігається порушення взаємної компенсації систем і зміщення балансу вбік «трофотропного» синдрому. У разі яскравої вираженості цього синдрому виникає колапс. Під час виникнення підгострого стресового стану має місце як «ерготропний», так і «трофотропний» вид активації, які перебувають у стані нестійкої рівноваги. Потрібен час на відновлення функцій та спеціалізовані психотерапевтичні заходи
Фруструючі	Виникають через неможливість задовольнити потреби, бажання за наявності вираженої мотивації досягнення бажаного результату.	Негативні переживання, розчарування, дратівливість, тривожність, депресивні стани, агресивна поведінка. Необхідне відновлення функціональної та психічної рівноваги, проведення спеціалізованих психотерапевтичних заходів.
Конфліктні	Актуалізують протиріччя інтересів, позицій, цілей, поглядів, переконань суб'єктів взаємодії.	Негативні переживання, розбалансування психічних та фізіологічних функцій, агресивна поведінка, депресія тощо. Іноді виникає потреба у спеціалізованих психокорекційних та реабілітаційних заходах.
Такі, що пов'язані з фінансовими, економічними, соціальними та побутовими проблемами	Актуалізують протиріччя між інтересами, цілями, переконаннями, світовідчуттям, світосприйманням та можливостями їх задоволення з боку соціального оточення.	Негативні емоції та емоційні стани різного ступеня прояву, розбалансування фізіологічних та психічних функцій, неадекватна поведінка та проблеми у соціально-психологічній взаємодії з оточенням. Залежно від суб'єктивної оцінки складності ситуації вибираються спеціалізовані психокорекційні та реабілітаційні заходи.
Складні життєві	Невідповідність між мотивацією досягнення бажаного результату і фізіологічним, психофізіологічним, особистісним та соціально-психологічним ресурсом.	Переживання негативних емоцій та емоційних станів різного ступеня важкості, які можна використовувати як маркери особистісної оцінки міри складності ситуації для респондента. Залежно від виду та суб'єктивної складності ситуації вибираються спеціалізовані психокорекційні та реабілітаційні заходи.



дуальним досвідом і можуть виконувати різні функції. Питання кількості стратегій, достатніх для забезпечення ефективної взаємодії у емоційно несприятливих ситуаціях, є дискусійним. Науковці виокремлюють різну кількість стратегій самовладання (типових моделей реагування на несприятливу ситуацію). Є кілька типологій стратегій, так вирізняють 8 стратегій (Исаева, 2009; Lazarus & Folkman, 1988), 5 (Kroeberg, 1963) і 14 (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

У одних стратегіях акцентується функція контролю, у інших – регуляції, захисту, компенсації тощо. Ймовірно, що бажаного результату можна досягати як за рахунок широкого спектра стратегій самовладання особистості, так і за рахунок однієї-двох досконало опанованих стратегій, які особа швидко модифікує відповідно до специфіки ситуації. Такою може бути, наприклад, стратегія приведення нової ситуації взаємодії до вже знайомої.

Усе викладене дає підстави стверджувати, що одним із напрямів розвитку емоційної стійкості у процесі соціально-психологічного супроводу постраждалих від воєнних дій може бути визначення та удосконалення стратегій самовладання, які найбільшою мірою відповідають індивідуальним здатностям, досвіду, ситуаціям. Рефлексія, усвідомлення власних можливостей самовладання й успішного розв'язання емоційно значущих ситуацій сприятимуть утвердженню обраних стратегій і підвищенню їх варіативності.

Висновки

Науковці використовують категорію «самовладання» у дослідженнях широкого спектра процесів, явищ, механізмів, власти-

востей тощо. Розмаїття форм, способів і функцій самовладання ускладнює формулювання лаконічної дефініції цього поняття.

Для нашого дослідження найбільш значущими є чотири функції самовладання: регулятивна, захисна, компенсаторна і контрольна. Обґрунтовуючи припущення про те, що самовладання є чинником емоційної стійкості, ми намагались показати, як саме ці функції самовладання можуть сприяти її розвитку.

Моделюючи ситуацію соціально-психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості, ми вважаємо, що доцільно зосередити увагу на забезпеченні: контролю емоційних станів та проявів (контрольна функція самовладання); усвідомленні постраждалим власної цінності (захисна функція самовладання); коригування цілей та способів розв'язання ситуацій взаємодії (компенсаторна функція); рефлексивні процеси та антиципація (регулятивна функція самовладання). Отже, у процесі розвитку емоційної стійкості самовладання постає і як копінг, і як захист, і як особливий вид соціальної поведінки, і як самовладаючий інтелект.

Підвищенню ефективності соціально-психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості сприятиме впровадження індивідуальних моделей супроводу, орієнтованих на особистісні стратегії саморегуляції емоційних проявів у процесі соціальної взаємодії. Перспективи подальших досліджень вбачаються нами у розробці таких моделей супроводу, виокремленні і визначенні сфер застосування діагностичних маркерів здатності особи до регуляції та когнітивної самооцінки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Авраменко Н.Н. Роль рефлексивных процессов в выборе стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями у студентов. *Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова*. 2016, Том 22. С. 128–132.
2. Белинская Е.П., Вечерин А.В. Адаптация диагностического инструментария: опросник «Проактивный копинг». *Социальная психология и общество*. 2018. Т. 9. № 3. С. 137–145.
3. Дідух М.М. Стан розвитку компонентів конструктивної копінг-поведінки у працівників органів внутрішніх справ. *Зб. наук. праць К-ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 26. 2014. С. 129–143. URL: <http://problemps.at.ua/> (дата звернення: 20.05.2020).
4. Журавлев А.Л., Крюкова Т.Л., Сергиенко Е.А. Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. Москва : Институт психологии РАН, 2008. 474 с.
5. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. Санкт-Петербург : СПбГМУ, 2009. 136 с.
6. Либина А.В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. Москва : Эскмо, 2018. 450 с.
7. Малхазов О.Р. Технология формирования эмоциональной устойчивости осіб, що переживають наслідки травматичних подій. *Зб. наук. статей «Психологічні науки: проблеми і здобутки»*. 2018. Вип.2 (12). С. 132–147.
8. Шебанова В.І., Діденко Г.О. Копінг-поведінка у сучасних психологічних дослідженнях. *Зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 39. С. 368–379. URL: <http://problemps.kpnu.edu.ua/en/> (дата звернення: 20.05.2020).
9. Хачатурова М.Р. Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2013. Т. 10. №. 3. С. 160–169.

10. Baumeister R.F., Crescioni A., & Alquist J.L. Free will as advanced action control for human social life and culture. *Neuroethics*, 2011. Vol. 4(1), Pp. 1–11.
11. Blum S., Brow M., Silver R.C. Coping. 2012. URL: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00110-5> (дата звернення: 20.05.2020).
12. Bowins B. How psychiatric treatments can enhance psychological defense mechanisms. *Am J Psychoanal.* 2006. Vol. 66, Pp. 173–194. URL: <https://doi.org/10.1007/s11231-006-9014-6> (дата звернення: 20.05.2020).
13. Carver C.S., Scheier, M.F., & Weintraub J.K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989. Vol. 56. P. 267–283.
14. Drummond S., Brough P. Proactive coping and preventive coping: Evidence for two distinct constructs? *Personality and Individual Differences*, Vol. 92. Pp. 123–127. URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.029> (дата звернення: 20.05.2020).
15. Eccles J.S., Vida M.N. & Barder B. The Relation of Early Adolescents College Plans and Both Academic Ability and Task-Value Beliefs to Subsequent *College Enrollment*. *Journal of Early Adolescence*, 2004. Vol. 1. Pp. 63–77. URL: <https://e-libra.su/read/402833-sovladayuschiy-intellekt-chelovek-v-slozhnoy-zhiznennoy-situacii.html> 156/161 (дата звернення: 20.05.2020).
16. Folkman S., Lazarus R.S. Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personal and Social Psychology*. 1998. Vol. 54. P. 466–475.
17. Grohol J. Common Defense Mechanisms. *Psych Central*. July 16, 2019. URL: <https://psychcentral.com/lib/15-common-defense-mechanisms/> (дата звернення: 20.05.2020).
18. Haan N. Coping and defending. Process of self-environment organization. New York : Academic Press, 1977. 360 p.
19. Kroeber T.C. The coping functions of the ego mechanisms. / In R.W. White (Ed.) & K.F. Bruner (Collaborator), *The study of lives: Essays on personality in honor of Henry A. Murray* Atherton Press. 1963. Pp. 178–198. URL: <https://doi.org/10.1037/12238-008> (дата звернення: 20.05.2020).
20. Moskowitz J.T. Emotion and coping. / In T.J. Mayne & G.A. Bonanno (Eds.), *Emotions and social behavior: Emotions: Current issues and future directions*. 2001. Pp. 311–336. Guilford Press.
21. Vaillant G. Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55. No. 1. Pp. 89–98.
22. Weber H. Breaking the rules: Personal and social responses to coping norm-violations. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*. 2003. Vol. 16(2). Pp. 133–153.

REFERENCES:

1. Avramenko, N.N. (2016). Rol' refleksivny'kh processov v vy'bore strategij sovladaniya s trudny'mi zhiznenny'mi situaciyami u studentov. [The role of reflexive processes in the choice of strategies for coping with difficult life situations in students]. *Vestnik KGU im. N.A. Nekrasova – Bulletin of KSU named after N.A. Nekrasov*, 22, 128–132 [in Russian].
2. Belinskaya, E.P., & Vecherin, A.V. (2018). Adaptacziya diagnosticheskogo instrumentariya: oprosnik "Proaktivny'j koping". [Adaptation of diagnostic tool: questionnaire "Proactive coping"]. *Soczial'naya psikhologiya i obshhestvo – Social psychology and society*, 9(3), 137–145 [in Russian].
3. Didukh, M.M. (2014). Stan rozvytku komponentiv konstruktyvnoi kopinh-povedinky u pratsivnykiv orhaniv vnutrishnikh sprav [The state of development of components of constructive coping behavior in law enforcement officers]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*, 26, 129–143. Retrieved from: <http://problemps.at.ua/> [in Ukrainian].
4. Isaeva, E.R. (2009). Koping-povedenie i psikhologicheskaya zashhita lichnosti v usloviyakh zdorov'ya i bolezni [Coping and psychological defence of personality in the conditions of health and illness]. Sankt-Peterburg: Izdatel'stvo SPbGMU. 136 p. [in Russian].
5. Zhuravlev, A.L., Krjukova, T.L., Sergienko, E.A. (2008). Sovladajushhee povedenie: Sovremennoe sostojanie i perspektivy [Coping Behavior: Current Status and Prospects] Moskva: Institut psihologii RAN – Moscow: Institute of Psychology RAS [in Russian].
6. Libina, A.V. (2018). Sovladajushhij intellekt: chelovek v slozhnoj zhiznennoj situacii [Co-controlling intelligence: a person in a difficult life situation]. Moskva: Eskmo [in Russian].
7. Malhazov, O.R. (2018). Tekhnolohiia formuvannia emotsiinoi stiikosti osib, shcho perezhyvaiut naslidky travmatychnykh podii [Technology of shaping emotional resilience of patients who are going through the consequences of traumatic events]. *Psikhologichni nauky: problemy i zdobutky' – Psychological Sciences: Problems and Health*, 2(12). 132–147 [in Ukrainian].
8. Shebanova, V.I., Didenko, H.O. (2018). Kopinh-povedinka u suchasnykh psykholohichnykh doslidzhenniakh [Coping behavior in modern psychological research]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problemy suchasnoi psykholohii*, 39, 368–379. Retrieved from: <http://problemps.kpnu.edu.ua/en> [in Ukrainian].
9. Khachaturova, M.R. (2013). Sovladayushhij repertuar lichnosti: obzor zarubezhny'kh issledovanij. [Coping repertoire of personality : review of foreign researches]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki – Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 10(3). 160–169 [in Russian].
10. Baumeister, R.F., Crescioni, A., & Alquist, J.L. (2011). Free will as advanced action control for human social life and culture. *Neuroethics*, 4 (1), 1–11.
11. Blum, S., Brow, M., Silver, R.C. (2012) Coping. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00110-5>.



12. Bowins, B. (2006). How psychiatric treatments can enhance psychological defense mechanisms. *Am J Psychoanal* 66, 173–194. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s11231-006-9014-6>.
13. Carver, C.S., Scheier, M.F. & Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56. Pp. 267–283.
14. Drummond, S. & Brough, P. (2015). Proactive coping and preventive coping: Evidence for two distinct constructs? *Personality and Individual Differences*, 92, 123–127.
15. Eccles, J.S., Vida, M.N. & Barder, B. (2004). The Relation of Early Adolescents College Plans and Both Academic Ability and Task-Value Beliefs to Subsequent College Enrollment. *Journal of Early Adolescence*. Vol. 1. Pp. 63–77. Retrieved from: <https://e-libra.su/read/402833-sovladayuschiy-intellekt-chelovek-v-slozhnoy-zhiznennoy-situacii.html> 156/161.
16. Folkman, S., Lazarus, R.S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personal and Social Psychology*, 54. 466–475.
17. Grohol, J. (2019). 15 Common Defense Mechanisms. Psych Central. Retrieved from: <https://psychcentral.com/lib/15-common-defense-mechanisms/>.
18. Haan N. (1977). Coping and defending. Process of self-environment organization. New York: Academic Press.
19. Kroeber, T.C. (1963). The coping functions of the ego mechanisms. In R.W. White (Ed.) & K.F. Bruner (Collaborator), *The study of lives: Essays on personality in honor of Henry A. Murray* (p. 178–198). Atherton Press. Retrieved from: <https://doi.org/10.1037/12238-008>.
20. Moskowitz, J.T. (2001). Emotion and coping. In T.J. Mayne & G.A. Bonanno (Eds.). *Emotions and social behavior. Emotions: Current issues and future directions*. 311–336. Guilford Press.
21. Vaillant G. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, 55(1). Pp. 89–98.
22. Weber, H. (2003). Breaking the rules: Personal and social responses to coping norm-violations. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*, 16(2). 133–153.

Стаття надійшла до редакції 15.06.2020.

The article was received 15 June 2020.

УДК 159.922.7-055.52:159.97

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-20>

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ БАТЬКІВСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЩОДО ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ: ДОСЛІДЖЕННЯ БАТЬКІВСЬКИХ ХАРАКТЕРИСТИК

Хворова Ганна Михайлівна,

кандидат педагогічних наук, доцент, докторант

Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України

akhvorova@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-5848-0041>

Мета. У статті проаналізовано систему соціально-психологічних технологій формування батьківської компетентності щодо дітей з аутизмом. Метою статті є дослідження соціально-психологічних характеристик батьків дітей з аутизмом, які залучені у системну взаємодію з експертами з компетентного батьківства з використанням соціально-психологічних технологій формування батьківської компетентності щодо дітей з аутизмом. Методи дослідження: за результатами попереднього теоретичного аналізу здійснено моделювання системи соціально-психологічних технологій та проведено психодіагностичне вивчення характеристик батьків дітей та юнаків з аутизмом, залучених до технологій формування батьківської компетентності.

Результати. Для визначення наявності статистично значущих зв'язків та кореляцій між характеристиками дитячо-батьківської взаємодії, взаємодії родителя з другим родителем, взаємодії із соціальним оточенням та параметрами психологічного благополуччя (якості життя) родителя був використаний відповідний психодіагностичний інструментарій: Опитувальник батьківського ставлення (А. Варги, В. Століна) (ОБС) – модифікація для сім'ї, яка виховує особливу дитину; Алабамський батьківський опитувальник APQ (власна модифікація); PARI (parental attitude research instrument); Опитувальник адаптації С. Яковенко; SF-36 (Тест якості життя). У дослідженні взяли участь батьки дітей та юнаків з аутизмом із середнім, високим та найвищим рівнем батьківської компетентності.

Висновки. Аналіз отриманих даних дає змогу зробити висновок про позитивні зміни у всіх чотирьох сферах, які становлять якість життя батьків внаслідок проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності. Аналізуючи результати проведеного дослідження соціально-психологічних характеристик батьків дітей з аутизмом, спостерігаємо цілу низку різноманітних зв'язків та тен-

денцій, які часом носять парадоксальний характер, потребують подальшого дослідження та безумовно вказують на необхідність фахової допомоги та системного супроводу батьківства щодо дітей з аутизмом.

Ключові слова: аутизм, батьківська інтрузивність, батьківська компетентність, навчання батьків, система підтримки батьків дітей з аутизмом, втручання, орієнтоване на батьків, компетентна взаємодія батьків та фахівців.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES FOR THE FORMATION OF PARENTAL COMPETENCE IN CHILDREN WITH AUTISM: A STUDING OF PARENTAL CHARACTERISTICS

Khvorova Hanna Mykhailivna,

Ph.D. in Special Education, Assistant Professor,
Doctoral Student

*Institute of Social and Political Psychology
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*

akhvorova@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-5848-0041>

Purpose. The article analyzes the system of social-psychological technologies of forming parental competence for children with autism. The aim of the article is to investigate the socio-psychological characteristics of parents of children with autism, who are involved in systematic interaction with experts in competent paternity using socio-psychological technologies of parenting competence for children with autism. Research methods: based on the results of the preliminary theoretical analysis, a simulation of the system of social-psychological technologies was carried out and psychodiagnostic study of the characteristics of parents of children and young people with autism involved in the technologies of forming parental competence was carried out.

Results. To determine the presence of statistically significant relationships and correlations between the characteristics of child-parent interaction, interaction between parent and the second parent, parent's interaction with the social environment and the parameters of psychological well-being (quality of life) of the parent. Were used the appropriate psychodiagnostic tools: Questionnaire of parental attitude (A. Varga, V. Stolin) (OPO) – a modification for a family, raising a child with disability; Alabama Parent Questionnaire APQ (own modification); PARI (parental attitude research instrument); Adaptation Questionnaire S. Yakovenko; SF-36 (Quality of Life Test). The study involved parents of children and adolescents with autism, which have medium, high, and highest levels of parental competence. The analysis of the obtained data allows us to conclude that there are positive changes in all four areas that make up the quality of life of parents as a result of interventions on the system of technologies of formation of parental competence.

Conclusions. Analyzing the results of the study of the socio-psychological characteristics of parents of children with autism, we observe a number of different relationships and trends, which are sometimes paradoxical, require further investigation, and clearly indicate the need for professional assistance and systematic support for parenthood for children.

Key words: autism spectrum disorder (ASD), parental intrusiveness, parent education, parent training, support system for parents, parent-mediated interventions, the interaction of parents and professionals.

Вступ

Аутизм – особливий тип функціонування нервової системи, який призводить до дефіциту соціальних функцій (що перш за все зумовлене зниженням інтелекту), неоднорідно впливає на численні системи організму (пізнавальну, комунікативно-мовленнєву, сенсорну, базальні системи (їжа, сон тощо) та вимагає значних та високо-спеціалізованих послуг із допомоги в усіх сферах життєдіяльності.

Дослідження Seltzer, Smith, Greenberg, Hong, Bishop та Almeida (Seltzer, Smith, Greenberg, Hong, Bishop & Almeida, 2009) (Університет Вісконсін-Медісон та Пенсильванський державний університет) визначили, що батьки дітей, підлітків та дорослих осіб з аутизмом мають хронічний виражений фізіологічний (гормональний) профіль

стресу. У дослідженні були співставлені рівні щоденного стресу та втоми батьків осіб з аутизмом з аналогічними показниками людей їхнього віку. Результатами дослідження стали висновки та рекомендації про необхідність втручань, що зменшують проблеми з поведінкою та можуть покращити здоров'я та якість життя як дитини, так і батьків; необхідність програм перепочинку для батьків та гнучкої політики з боку роботодавців.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Вибір соціально-психологічних технологій формування батьківської компетентності щодо виховання дітей з аутизмом зумовлене потребами та специфікою батьків дітей з аутизмом як суб'єктів психологічного супроводу, підтримки та втручання. На підставі сучасних поглядів на пробле-



матику (Поманчук, 2008; Siller, & Sigman, 2002; Stadnick, Drahotka, & Brookman-Fraze, 2013; Stadnick, Stahmer, & Brookman-Fraze, 2015; Wood, 2006) нами запропоновано таку систему соціально-психологічних технологій формування батьківської компетентності щодо виховання дітей з аутизмом: нарративне консультування батьків (аналізуються власні нарративи людини: як людина трактує події життя, як описує ситуації, як говорить про себе, і про дитину); експрес-тренінг компетентного батьківства щодо виховання дітей з аутизмом; соціально-психологічний тренінг компетентної взаємодії фахівців освітньої системи з батьками; пролонгована тренінгова програма компетентного батьківства щодо виховання дітей з аутизмом з психоедукацією за Методикою Незавершених Ситуацій; психологічне консультування (вся низка «традиційних» психологічних та психотерапевтичних методів впливу на тривожність, депресивність та агедонію у батьків дітей з аутизмом); технологія використання історичного методу та методу сторітелінгу (передбачає аналіз історій інших людей (батьків дітей з аутизмом, людей з аутизмом тощо).

Отже, метою статті є дослідження соціально-психологічних характеристик батьків дітей з аутизмом, які залучені у системну взаємодію з експертами з компетентного батьківства з використанням соціально-психологічних технологій формування батьківської компетентності щодо дітей з аутизмом. Завдання статті – виявити статистично значущі зв'язки та кореляції між різними соціально-психологічними параметрами батьків, які залучені у систему соціально-психологічних технологій формування компетентного батьківства, що вимірювались за допомогою відповідного психодіагностичного інструментарію.

2. Методологія та методи

За результатами попереднього теоретичного аналізу здійснено моделювання системи соціально-психологічних технологій та проведено психодіагностичне вивчення характеристик батьків дітей та підлітків з аутизмом, залучених у взаємодію з метою формування батьківської компетентності.

3. Результати та дискусії

Кожна із наведених технологій має свої особливості використання щодо тривалості, цілей та організаційно психологічних умов застосування. Всі разом вони покликані позитивно вплинути на психологічну якість життя батьків.

1. Нарративне консультування батьків.

Нарративний підхід до ідентичності, дослідження так званої «нарративної ідентичності»,

а також використання нарративного аналізу та методу нарративного інтерв'ю останнім часом набувають усе більшої популярності у соціальній психології. Загалом, нарративний підхід являє собою міждисциплінарну галузь знання, яка почала свій розвиток у лінгвістиці, філософії, соціології та історіографії і відносно нещодавно стала використовуватися в психологічних теоретичних та емпіричних дослідженнях. Зокрема, нарратив розглядається як важливий конструкт, який дає змогу людині структурувати розуміння себе і свій життєвий досвід (A. De Fina), а також у контексті побудови людиною своїх взаємин із іншими (I. Брокмайер, Р. Харре). У психології нарративний підхід зосередив увагу на автобіографічних «Я-нарративах», тобто історіях, розказаних від першої особи, що оповідають про перипетії власного життя.

Під час нарративного консультування експерт/модератор з компетентного батьківства щодо дітей з аутизмом: аналізує батьківський нарратив, історію, яку родитель розкаже про дитину, своє батьківство, себе самого, своїх батьків, другого родителя; про свої проблеми; аналізує запитання, що ставить родитель, аналізує, що саме він бажає змінювати, а з чим – готовий змиритися; яких ресурсів потребує, як планує їх задіяти; аналізує рівень батьківської компетентності; знаходить у цьому нарративі суперечки, ознаки «синдрому набутої безпорадності», травм та опорозміна, міфи, страхи тощо, вказує на них родителю, якщо має підстави вважати, що родитель здатен використати цю інформацію для збільшення рівня своєї батьківської компетентності; у разі очевидної необхідності – дає родителю рекомендації щодо звернення до психотерапевта; знаходить сильні сторони батьків та дитини, на які вони можуть спиратися в своєму подальшому розвитку, можливі джерела ресурсів, вказує на них родителю; дає батькам рекомендації соціального та педагогічного характеру щодо розвитку дитини, набуття нею навичок самообслуговування, академічних та комунікативних навичок тощо, вибору освітнього закладу, занять спортом для дитини та ін.

2. Експрес-тренінг компетентного батьківства щодо виховання дітей з аутизмом.

Тренінг адресовано батькам дітей та підлітків з аутизмом, проводиться у групі 5–10 осіб, тривалість – 6 годин з перервою. Метатренінгу – ознайомити батьків/дітей аутизмом з поняттям компетентного батьківства, його змісту та рівнів, здійснити психоедукацію з ключових питань батьківського виховання дітей та підлітків з аутизмом

(поточних та на перспективу), створити в батьків уявлення про можливість та шляхи зростання рівня власної батьківської компетентності, актуалізувати знання батьків щодо методик педагогічної допомоги у разі аутизму, активізувати батьків щодо вирішення проблем розвитку та поведінки дітей, підсилити їхню впевненість у власних силах.

3. Соціально-психологічний тренінг компетентної взаємодії фахівців освітньої системи з батьками.

Фахівці, що здійснюють педагогічну та психологічну реабілітацію дитини з аутизмом, мають найбільш частий та тривалий у часі контакт з її батьками та покликані взаємодіяти з ними з метою ефективності своєї роботи. Якісна та компетентна взаємодія фахівців з батьками створює відповідні умови для формування батьківської компетентності. Важливість компетентної взаємодії фахівців з батьками ще більше зростає у разі батьків з дуже низьким та низьким рівнем батьківської компетентності, які не залучаються в інші технології формування батьківської компетентності щодо виховання дітей з аутизмом.

Тренінг адресовано фахівцям спеціальної та інклюзивної освіти та соцзахисту, які працюють з дітьми та підлітками з аутизмом, проводиться у групі 5–10 осіб, тривалість – 6 годин з перервою. Мета тренінгу – ознайомити фахівців, що працюють з дітьми з аутизмом, з поняттям компетентного батьківства, його змісту та рівнів, здійснити психоедукацію з ключових питань взаємодії фахівців з батьками дітей та підлітків з аутизмом, допомогти фахівцям краще розуміти батьків дітей з аутизмом, налагодити з ними контакт.

4. Пролонгована тренінгова програма компетентного батьківства щодо виховання дітей з аутизмом, з психоедукацією за Методикою Незавершених Ситуацій.

Під час зустрічі учасникам надається можливість вільного обміну думками, надання зворотного зв'язку щодо концептуальної сторони дослідження, яке покладено в основу програми; можливість описання та проговорювання власних наративів, які описують ті чи інші події, ситуації та почуття, які були у батьківстві та виявились важливими для становлення батьківської компетентності.

Методика Незавершених Ситуацій (МНС) була адаптована нами для діагностики та формування компетентності батьків дітей з аутизмом, визначає поняття батьківської компетентності як системи знань, настанов, навичок і умінь, що забезпечують родителю можливість ефективної взаємодії з дитиною. Вона дає змогу формувати всі три складники батьківської компетентності (вза-

ємодію з дитиною, взаємодію із середовищем, здатність забезпечити якість власного життя), що дасть батькам дітей з аутизмом можливість у майбутньому правильно оцінювати свої проблеми та знаходити ресурси для їх вирішення, будувати конструктивні стосунки з навколишнім середовищем, уникати «батьківського вигорання» та необґрунтованого домінування та патерналізму стосовно себе. Все вищевказане дасть змогу батькам забезпечувати позитивний напрям когнітивного, емоційного, соціального та особистого розвитку дитини з аутизмом протягом усього періоду «особливого батьківства».

5. Психологічне консультування.

Під психологічним консультуванням ми розуміємо всю низку «традиційних» психологічних та психотерапевтичних методів впливу на тривожність, депресивність та агедонію в батьків дітей з аутизмом.

6. Історичний метод та метод сторітеллінгу.

Історичні методи – форми дослідження, аналізу, консультування чи терапії особистості, що ґрунтуються на історії її життєвого шляху, – використовують переважно для вивчення видатних осіб, особливостей середовища та спадковості, які стали імпульсами для їх духовного становлення. Їх можливо застосовувати також і для дослідження життєвого шляху людей, якщо цей життєвий шлях являє цікавість для інших з тієї чи іншої причини. Наприклад, працюючи над збільшенням рівня батьківської компетентності щодо дітей з аутизмом, ми застосовуємо дослідження життєвого шляху людей з аутизмом, їхніх батьків та інших близьких до них осіб. Життєвим шляхом особистості вважають траєкторію її життя, що окреслює індивідуальну історію, долю, творчий внесок в історію суспільства, держави, свого покоління, сім'ї, соціальних спільнот, членом яких вона є. У життєвому шляху об'єднуються біографічне та історичне.

Сторітеллінг (story – історія; telling – розповідати) – це ефективний метод донесення інформації до аудиторії шляхом розповідання смішних, зворушливих або повчальних історій з реальними або вигаданими персонажами. Він поєднує в собі психологічні, управлінські та інші аспекти і дає змогу не лише ефективно донести інформацію до аудиторії, а й мотивувати її на певні вчинки та отримати максимально високі результати. Нині сторітеллінг набирає популярності, активно використовується у маркетингу, коучингу, ораторській майстерності та освіті.

На відміну від технології «Наративне консультування батьків», зазначені технології



працюють не на матеріалі власних історій клієнта, а на матеріалі історій інших людей, життєві події та здобутки яких важливі для вирішення його проблем та зростання його батьківської компетентності (люди з аутизмом, їхні батьки, фахівці, що з ними працювали, родичі, друзі тощо).

Батьки, які були залучені у системну взаємодію з експертами з компетентного батьківства з використанням найбільш доцільних у кожній ситуації соціально-психологічних технологій, були охоплені дослідженням. У дослідженні батьківських характеристик взяли участь батьки дітей та юнаків з аутизмом ($N = 40$), з них 68,47% – із середнім рівнем компетентності, з високим – 17,49% та з найвищим – 13,38%.

Для дослідження використовувались: «Опитувальник батьківського ставлення» (А. Варги, В. Століна) (ОБС) – модифікація для сім'ї, яка виховує особливу дитину; Алабамський батьківський опитувальник APQ (власна модифікація); Тест на аутизм АТЕК для оцінки динаміки та виявлення проблем (оцінювання дітей батьків, що досліджуються); PARI (parental attitude research instrument); Опитувальник адаптації С. Яковенко; SF-36 (Тест якості життя).

За результатами досліджень за допомогою ОБС (шкали: Прийняття/Відторгнення, Кооперація, Симбіоз, Авторитарна гіперсоціалізація, Ставлення до невдач) батьки із середнім рівнем компетентності характеризуються вираженням відторгнення своїх дітей за схильності до симбіозу та авторитарної гіперсоціалізації, водночас батьки із високим та найвищим рівнями компетентності характеризуються помірною схильністю до кооперації та нейтральним ставленням до невдач дитини, авторитарна гіперсоціалізація їм практично не властива. Все це загалом дає підстави стверджувати, що середньокompетентні батьки загалом набагато більше схильні до інтрузивності (необґрунтованого, некорисного втручання батьків у поведінку та життя дитини, що гальмує розвиток та соціалізацію дитини), ніж батьки з високим та найвищим рівнем батьківської компетентності.

Порівняння середніх значень методики ОБС з використанням непараметричного U-критерія Мана-Вітні дає підстави стверджувати, що між батьками із середнім і високим рівнями компетентності статистичні відмінності виявлено за шкалами прийняття та симбіозу (при $p=0,017$ і $p=0,026$ відповідно). Між батьками з середнім та найвищим рівнями компетентності виявлено статистично значущі відмінності за шкалою симбіозу (при $p=0,050$), натомість між батьками з високим і найвищим рівнями

компетентності статистично значущі відмінності за всіма шкалами не спостерігаються ($p>0,05$).

Найвища залученість у батьківство виявлена у батьків із високим рівнем компетентності, натомість позитивне батьківство властиве тим, хто має найвищий рівень компетентності, тобто залученість у батьківські обов'язки не гарантує позитивного батьківства, слабкий моніторинг і контроль найбільше властивий батькам із середнім рівнем компетентності, а тілесні покарання за результатами проведеного аналізу такої вибірки не притаманні.

Порівняння середніх значень методики APQ з використанням непараметричного U-критерія Мана-Вітні дає підстави стверджувати, що між середнім та високим рівнями компетентності статистично значущі відмінності виявлено за шкалою залученість батьків ($p = -0,037$), позитивного батьківства ($p = -0,003$) та непослідовність дисциплінарних вимог ($p=0,009$). Між середнім і найвищим рівнями компетентності батьків статистично значущі відмінності є за шкалою покарання (при $p=0,007$) та між шкалами слабкий моніторинг і контроль та позитивне батьківство ($p=0,040$ і $0,007$ відповідно). Між батьками з високим і найвищим рівнями батьківської компетентності статистично значущі відмінності спостерігаються за шкалою покарання ($p=0,004$). Загалом, за результатами проведеного нами статистичного аналізу методика APQ є більш точним інструментом щодо дослідження батьків дітей з аутизмом.

Кореляційний аналіз методик та компетентності за r-критерієм Пірсона показав, що всі шкали методик корелюють між собою (при $p<0,05$), однак батьківська компетентність позитивно статистично значуще корелює лише зі шкалами опитувальника APQ, що вкотре підтверджує його доцільність у діагностиці батьків, які виховують дітей з аутизмом.

Під час аналізу батьківських характеристик за шкалами ОБС (Прийняття/Відторгнення, Кооперація, Симбіоз, Авторитарна гіперсоціалізація, Ставлення до невдач) для перевірки статистичних відмінностей між досліджуваними різних вікових груп (до 35 років, 35–45 років, старші 45 років) нами було використано критерій Краскала-Воліса, за результатами застосування якого значущі відмінностей виявлено не було (при $p>0,05$).

Також під час аналізу результатів за ОБС за критерієм Краскала-Воліса виявлено статистично значущі відмінності за шкалою «симбіоз» у досліджуваних із різним рівнем компетентності ($p=0,006$).

За іншими шкалами відмінностей немає (при $p > 0,05$).

За критерієм Пірсона виявлено статистично значущі негативні кореляції між наявністю сиблінгів і рівнем АТЕК ($r = -0,481$, $p = 0,008$), тобто в родинях із декількома дітьми рівень АТЕК у дитини з аутизмом значущо нижчий ніж у родинях з однією дитиною.

Під час аналізу результатів за опитувальником APQ (шкали: Залученість батьків, Позитивне батьківство (підсилення бажаної поведінки), Слабкий моніторинг та контроль, Непослідовність дисциплінарних вимог, Тілесні покарання, Інші практики батьківського впливу) за критерієм Краскала-Воліса виявлено статистично значущі відмінності за шкалою «непослідовність дисциплінарних вимог» у досліджуваних різного віку ($p = 0,027$). За іншими шкалами відмінностей немає (при $p > 0,05$).

Також під час аналізу APQ за критерієм Краскала-Воліса виявлено статистично значущі відмінності за шкалами «залученість батьків» ($p = 0,05$), «позитивне батьківство» ($p = 0,05$) та «тілесні покарання» ($p = 0,004$) у досліджуваних із різним рівнем компетентності. За іншими шкалами відмінностей немає (при $p > 0,05$).

Кореляції статистично значущі позитивні: сиблінги та низький контроль ($r = 0,510$, $p = 0,005$) та негативні – АТЕК та низький контроль ($r = -0,496$, $p = 0,006$). Тобто відсутність сиблінгів зумовлює низький контроль, своєю чергою у разі низького контролю спостерігається високий рівень АТЕК.

Під час аналізу батьківських характеристик за опитувальником PARI (23 шкали) за критерієм Краскала-Воліса статистичні відмінності між досліджуваними різних вікових груп виявлено за шкалами: вербалізація ($p = 0,05$), відчуття самопожертви ($p = 0,009$), родинні конфлікти ($p = 0,002$), зайва строгість ($p = 0,001$), дратівливість ($p = 0,04$), надавторитет батьків ($p = 0,05$), незадоволеність роллю господарки ($p = 0,001$), домінування матері ($p = 0,001$), зрівняні відносини ($p = 0,05$).

За критерієм Краскала-Воліса статистичні відмінності між досліджуваними із різним рівнем компетентності виявлено за шкалами: вербалізація ($p = 0,004$), залежність від родини ($p = 0,003$), подавляння волі (дитини) ($p = 0,02$), відчуття самопожертви ($p = 0,001$), побоювання образити ($p = 0,001$), зайва строгість ($p = 0,005$), виключення позасімейних впливів ($p = 0,05$), надавторитет батьків ($p = 0,05$), партнерські стосунки ($p = 0,05$), домінування матері ($p = 0,006$), несаможиттєвість матері ($p = 0,005$).

Також виявлено позитивний кореляційний зв'язок між АТЕК та шкалою «відчуття

самопожертви» ($r = 0,388$, $p = 0,37$), тобто чим вищий АТЕК, тим більші показники шкали.

Результати за шкалами: «ставлення до сімейної ролі»; «ставлення батьків до дитини – оптимальний емоційний контакт, зайва емоційна дистанція з дитиною, надмірна концентрація на дитині» показали позитивний кореляційний зв'язок між АТЕК та шкалою «оптимальний емоційний контакт» ($r = 0,459$, $p = 0,012$). Чим вищий АТЕК, тим вищі показники шкали «оптимальний емоційний контакт».

За цими ж шкалами за критерієм Краскала-Воліса статистичних відмінностей між досліджуваними різних вікових груп не виявлено (при $p > 0,05$). За рівнем компетентності за критерієм Краскала-Воліса статистичних відмінностей не виявлено (при $p > 0,05$).

Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона кореляцій між наявністю чи відсутністю сиблінгів та шкалами методики PARI виявлено не було. Натомість, чим вищий АТЕК, тим більший рівень контакту ($r = 0,459$, $p = 0,012$).

Опитувальник адаптації С. Яковенко (ОСАДА) містить шкали: задоволеність собою; задоволеність ситуацією; задоволеність спілкуванням; задоволеність здоров'ям, способом життя; задоволеність діяльністю на роботі та вдома, показник адаптованості. За критерієм Краскала-Воліса виявлено статистично значущі відмінності результатів дослідження різних вікових груп за шкалами: «задоволеність спілкуванням» ($p = 0,03$) і «задоволеність життям» ($p = 0,05$). За іншими шкалами відмінностей немає (при $p > 0,05$).

За критерієм Краскала-Воліса виявлено статистично значущі відмінності між досліджуваними з різним рівнем компетентності за шкалою «показник адаптивності» ($p = 0,05$). За іншими шкалами відмінностей немає (при $p > 0,05$).

Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона не виявив кореляцій між показником АТЕК та шкалами методики. Натомість виявлено статистично значущі негативні кореляції між наявністю сиблінгів та задоволеністю спілкуванням ($r = -0,381$, $p = 0,042$). Тобто якщо в родині двоє чи більше дітей, то рівень задоволеності спілкуванням у них нижчий, ніж там, де єдина дитина.

У межах загального дослідження батьківських характеристик батьків дітей з аутизмом з різним рівнем батьківської компетентності (середнім, високим, найвищим) було проведено дослідження соціально-психологічного благополуччя (якості життя) батьків за коротким опитувальником Всесвітньої організації охорони здоров'я (для оцінки якості життя ВОЗЯЖ-26 (WHOQOL-BREF), який включає в себе



сферу фізичного та психологічного благополуччя; сферу самосприйняття; сферу мікросоціальної підтримки; сферу соціального благополуччя.

За результатами проведених досліджень та їх обробкою за критерієм Краскала-Воліса виявлено, що батьки із середнім рівнем батьківської компетентності до проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності мали кращі показники у сфері фізичного та психологічного благополуччя порівняно з батьками з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності на 8,5%.

У сфері самосприйняття батьки із середнім рівнем батьківської компетентності до проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності мали гірші показники порівняно з батьками з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності на 4,2%.

У сфері мікросоціальної підтримки батьки із середнім рівнем батьківської компетентності до проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності мали гірші показники порівняно з батьками з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності на 5,3%.

У сфері соціального благополуччя батьки із середнім рівнем батьківської компетентності до проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності мали гірші показники порівняно з батьками з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності на 6,7%.

Після проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності у сфері фізичного та психологічного благополуччя батьки з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності фактично вирівнялись порівняно з батьками із середнім рівнем батьківської компетентності (у батьків із середнім рівнем показники після проведення інтервенції кращі на 0,3%).

У сфері самосприйняття в батьків із середнім рівнем батьківської компетентності після проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності показники стали гіршими порівняно з батьками з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності на 10,3%, тобто розрив суттєво збільшився.

Такі ж тенденції спостерігаються у сфері мікросоціальної підтримки – батьки із середнім рівнем батьківської компетентності після проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності отримали гірші показники порівняно з батьками з висо-

ким та найвищим рівнями батьківської компетентності на 8,3%.

У сфері соціального благополуччя батьки із середнім рівнем батьківської компетентності після проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності отримали гірші показники порівняно з батьками з високим та найвищим рівнями батьківської компетентності на 16,8%.

Аналіз отриманих даних дає змогу зробити висновок про позитивні зміни у всіх чотирьох сферах, які становлять якість життя батьків внаслідок проведення інтервенцій за системою технологій формування батьківської компетентності.

За критерієм Манна-Вітні статистично значущих відмінностей у рівні психологічного благополуччя залежно від наявності сиблінгів та віку батьків не виявлено.

Статистично значущі кореляції за шкалами методики ОБС відсутні.

Методика ARQ: фізичне та психічне благополуччя та непослідовність – статистично значуща негативна кореляція ($r = -0,369$, $p = 0,049$), PARI (23 шкали) – кореляції відсутні. PARI, шкала «оптимальний емоційний контакт» ($r = -0,393$, $p = 0,033$). Тобто у разі статистичної значущості зв'язку оптимальний емоційний контакт у родині призводить до зниження рівня психологічного благополуччя родителя.

Кореляція шкал ОСАДА зі шкалами психологічного благополуччя: фізичне та психічне благополуччя та задоволеність спілкуванням ($r = -0,480$, $p = 0,008$), фізичне та психічне благополуччя та задоволеність діяльністю ($r = -0,382$, $p = 0,040$), фізичне та психічне благополуччя та адаптивність ($r = -0,381$, $p = 0,039$), соціальне благополуччя та задоволеність діяльністю ($r = -0,399$, $p = 0,025$). Всі кореляції статистично значущі негативні.

Висновки

Отже, аналізуючи результати проведеного дослідження соціально-психологічних характеристик батьків дітей з аутизмом, спостерігаємо цілу низку різноманітних зв'язків та тенденцій, які часом носять парадоксальний характер, потребують подальшого дослідження та безумовно вказують на необхідність фахової допомоги та системного супроводу батьківства щодо дітей з аутизмом.

Фундаментальні дослідження батьківських практик з дітьми з аутизмом, виявлення зв'язків між дитячими та батьківськими характеристиками, батьківськими характеристиками та рівнем батьківської компетентності допоможуть побудувати науково обґрунтовану систему сприяння

компетентному батьківству щодо дітей з аутизмом, підвищити рівень та якість взаємодії між батьками та спеціалістами освітніх та реабілітаційних закладів, які працюють з дітьми з аутизмом, сприяти виведенню програм підтримки компетент-

ності батьків дітей з аутизмом на рівень муніципальних програм підтримки батьків дітей з інвалідністю та сприяти впровадженню програм підтримки батьків у загальні протоколи втручання, догляду та допомоги у разі аутизму.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Брокмайер И. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы. *Вопросы философии*. 2000. № 3. С. 29–42.
2. Михеева Н.Д. Методика незаконченных ситуаций (МНС) для диагностики родительской компетентности. *Практична психологія та соціальна робота: науково-практичний та освітньо-методичний журнал*. 2010. № 9. С. 49–56.
3. Романчук О. Неповносправна дитина в сім'ї та в суспільстві. Львів, 2008. 334 с.
4. Селигман М., Дарлинг Р. Обычные семьи, особые дети. Москва. 2007. 368 с.
5. De Fina A. Crossing Borders: Time, Space, and Disorientation in Narrative. *Narrative inquiry*. 2003. Vol. 13(2). P. 367–391.
6. Marsha Mailick Seltzer, Jan S. Greenberg, Jinkuk Hong, Leann E. Smith, David M. Almeida, Christopher Coe, & Robert S. Stawski. Maternal Cortisol Levels and Behavior Problems in Adolescents and Adults with ASD/ J Autism Dev Disord. 2010. Apr; No. 40(4). Pp. 457–469. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2837763/> (дата звернення: 10.06.2020).
7. Siller M., & Sigman M. The behaviors of parents of children with autism predict the subsequent development of their children's communication. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2002. No. (2), pp. 77–89. DOI: 10.1023/A:1014884404276 (дата звернення: 10.06.2020).
8. Smith L.E., Greenberg J.S., Seltzer M., & Hong J. Symptoms and behavior problems of adolescents and adults with autism: Effects of mother-child relationship quality, warmth, and praise. *American Journal on Mental Retardation*, 2008. No. 113(5), pp. 387–402.
9. Stadnick N.A., Drahota A., & Brookman-Frazee L. Parent perspectives of an evidence-based intervention for children with autism served in community mental health clinics. *Journal of child and family studies*, 2013. No. 22 (3), pp. 414–422.
10. Stadnick N.A., Stahmer A., & Brookman-Frazee L. Preliminary Effectiveness of Project ImPACT: A Parent-Mediated Intervention for Children with Autism Spectrum Disorder Delivered in a Community Program. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2015. No. 45(7), pp. 2092–2104. URL: <http://doi.org/10.1007/s10803-015-2376-y> (дата звернення: 10.06.2020).
11. Wood J.J. (2006). Parental intrusiveness and children's separation anxiety in a clinical sample. *Child Psychiatry Hum Dev. Fall*. 2006. 3No. 7(1). Pp. 73–87.

REFERENCES:

1. Brokmauyer, I., & Kharre, R., (2000). Narrativ: problemy i obeshchaniya odnoy al'ternativnoy paradigmy [Narrativ: Problems and Promises of an Alternative Paradigm]. *Voprosy filosofii – Questions of philosophy*, 3. 29–42 [in Russian].
2. Mykheeva, N.D. (2010). Metodyka nezakonchennykh sytuatsyy (MNS) dlya dyahnostyky rodytel'skoy kompetentnosti [Method Incomplete Situation (MIS) for the diagnosis of parental competence] *Praktychna psykholohiya ta sotsial'na robota – Practical Psychology and Social Work*, 9. 49–56 [in Russian].
3. Romanchuk, O., (2008). Nepovnospravna dytyna v sim'yi ta v suspil'stvi [Disabled child in the family and in society]. Lviv, 2008. [in Ukrainian].
4. Selyhman, M., & Darlynh, R. (2007). Obychnye sem'y, osobyte dety [Ordinary families, special children]. Moskva. 2007 [in Russian].
5. De Fina, A., (2003). Crossing Borders: Time, Space, and Disorientation in Narrative. *Narrative inquiry*. Vol. 13(2). 367–391.
6. Marsha Mailick Seltzer, Jan S. Greenberg, Jinkuk Hong, Leann E. Smith, David M. Almeida, Christopher Coe, & Robert S. Stawski. Maternal Cortisol Levels and Behavior Problems in Adolescents and Adults with ASD/ J Autism Dev Disord. 2010. Apr; 40(4): 457–469. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2837763/>.
7. Siller, M., & Sigman, M., (2002). The behaviors of parents of children with autism predict the subsequent development of their children's communication. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 32(2), 77–89. DOI: 10.1023/A:1014884404276.
8. Smith, L.E., Greenberg, J.S., Seltzer, M., & Hong, J., (2008). Symptoms and behavior problems of adolescents and adults with autism: Effects of mother-child relationship quality, warmth, and praise. *American Journal on Mental Retardation*, 113(5), 387–402.
9. Stadnick, N.A., Drahota A., & Brookman-Frazee, L., (2013). Parent perspectives of an evidence-based intervention for children with autism served in community mental health clinics. *Journal of child and family studies*, 22 (3), 414–422.
10. Stadnick, N.A., Stahmer, A., & Brookman-Frazee, L., (2015). Preliminary Effectiveness of Project ImPACT: A Parent-Mediated Intervention for Children with Autism Spectrum Disorder Delivered in a Community Program. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(7), 2092–2104. Retrieved from: <http://doi.org/10.1007/s10803-015-2376-y>.
11. Wood, J.J., (2006). Parental intrusiveness and children's separation anxiety in a clinical sample. *Child Psychiatry Hum Dev. Fall*; 37(1): 73–87.



СЕКЦІЯ 4. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК [316.614.5+316.752]:159.92:929:001-057
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-21>

РОЛЬ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ У РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ (НА ПРИКЛАДІ ВИДАТНИХ НАУКОВЦІВ)

Виноградова Вікторія Євгенівна,

кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології та педагогіки

Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського

vikavin@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-9754-0975>

У статті розкрито основні чинники, які вплинули на розвиток творчих здібностей видатних науковців.

Мета. Основною метою статті є дослідження впливу сімейних цінностей на розвиток творчих здібностей В. І. Вернадського, І. І. Мечникова, К. Д. Ушинського в період зростання.

Методи. У роботі застосовані теоретичні та біографічні методи. Проаналізовано передумови формування та умови розвитку таланту видатних науковців. Дослідницький фокус спрямовано на мікрофактори та сімейне середовище майбутніх вчених. Розглядаються родинні цінності, як вплинули на становлення В. І. Вернадського, І. І. Мечникова, К. Д. Ушинського.

Результати. Простежено зв'язки між сімейними цінностями та формуванням особистості науковців. З'ясовано, що особливим чинником, який впливав на розвиток творчих здібностей К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова та В. І. Вернадського, була змога вільно обирати власну траєкторію розвитку. У статті визначено основні принципи виховання, що вплинули на формування здібностей науковців. До них було зараховано такі: повага до вихованця, віра в його творчі сили, прагнення зберегти індивідуальність дитини і розвинути дані їй від природи творчі здібності. Тобто формування творчої індивідуальності науковців проходило в умовах раннього цілеспрямованого розвитку сенсорних здібностей та психічних процесів, які є основою розвитку творчої діяльності.

Висновки. Отже, середовище сім'ї має визначальний вплив на ранніх етапах розвитку особистості майбутнього науковця. Аналіз впливу родини на зростання К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова, В. І. Вернадського переконує, що процес формування творчої особистості в сім'ї своєрідний та є багатоваріантним. Умови та методи виховання та розвитку залежать від індивідуальності дитини, специфіки сім'ї, її можливостей і культурного потенціалу, а розвиток творчих здібностей дітей можливий не лише у специфічних умовах, що сприяють їх розвитку, але й у ліберальному середовищі, де виховання мало хаотичний характер.

Ключові слова: *В. І. Вернадський, І. І. Мечников, К. Д. Ушинський, видатні науковці, творчі здібності, формування творчої особистості.*

THE ROLE OF FAMILY VALUES IN DEVELOPMENT OF A PERSONALITY'S CREATIVE ABILITIES (ON THE EXAMPLE OF OUTSTANDING SCIENTISTS)

Vynohradova Viktoriia Yevhenivna,

PhD, Associate Professor,

Head of the Psychology and Pedagogy Department

V. I. Vernadsky Taurida National University

vikavin@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-9754-0975>

The article reveals the main factors that influenced the development of outstanding scientists' creative abilities.

Purpose. The main purpose of the article is to study the influence of family values on the development of the creative abilities of V. I. Vernadsky, I. I. Mechnykov, K. D. Ushynsky during the period of their growth.

Methods. Theoretical and biographical methods have been applied in the work. The prerequisites for the formation and conditions for the development of the outstanding scientists' talent have been analyzed. The research focus is on microfactors and the family environment of future scientists. Family values which influenced the formation of V. I. Vernadsky, I. I. Mechnykov and K. D. Ushynsky have been considered.

Results. The connection between family values and the formation of the scientists' personalities has been traced. It was found that a special factor that influenced the development of creative abilities of K. D. Ushynsky,

I. I. Mechnykov and V. I. Vernadsky was the opportunity to freely choose their development path. The article defines the basic principles of upbringing which influenced the formation of the scientists' abilities. They included respect for an educatee, faith in his creative powers, desire to preserve a child's individuality and develop abilities given to him or her by nature. That is, the formation of the creative individuality of scientists took place in the context of the early targeted development of sensory abilities and mental processes which are the basis for the development of creative activity.

Conclusions. Thus, the family environment has a dramatic impact in the early stages of a future scientist's personality development. The analysis of the family influence on the growth of K. D. Ushynsky, I. I. Mechnykov, V. I. Vernadsky convinces that the process of formation of a creative personality in the family is unique and multivariate. The conditions and methods of education and development depend on a child's individuality, the specifics of the family, its capabilities and cultural potential, while the development of children's creative abilities is possible not only in specific conditions favorable to their development but also in a liberal environment where upbringing was chaotic in nature.

Key words: *V. I. Vernadsky, I. I. Mechnykov, K. D. Ushynsky, outstanding scientists, creative abilities, formation of a creative personality.*

Вступ

Сімейні цінності завжди направляли та спрямовували розвиток особистості. Родина з її історичними традиціями та моральним багатством впливає як на духовний світ дітей, так і враховує їхні індивідуальні нахили і здібності. Необхідно підкреслити, що виховання дітей відбувається саме в сім'ї. А інші соціальні інститути включаються пізніше, коли дитина починає говорити рідною мовою, засвоює культуру, загальнолюдські і національні цінності, набуває певних поглядів. Отже, в сім'ї закладаються основи фізичного, інтелектуального й морального розвитку особистості, формуються громадянські почуття, світогляд, естетичні смаки, саме сім'я є основним осередком розвитку обдарованості дитини.

Практично в усіх дослідженнях в області дитячої психології підкреслюється вирішальний вплив сім'ї на загальний розвиток особистості дитини. Л. П. Мельник, Л. М. Співак, Н. С. Славина зазначають, що сім'я найбільший вплив на розвиток особистості справляє на початку її життєвого шляху. Оскільки саме від особливостей впливу родини на дитину буде залежати процес формування в маленькій дитини тих чи інших особистісних якостей, від цього буде залежати і весь подальший її розвиток (Мельник, Співак & Славина, 2007).

На думку О. І. Бондарчук, сім'я має певні особливості: стійкі нормативні установки сімейних стосунків, рольові позиції подружжя, батьків і дітей, розподіл обов'язків між членами родини; гетерогенність складу сім'ї за статтю, віком, що зумовлює різні потреби, ціннісні орієнтації членів сім'ї; конкретно визначена поліфункціональність сім'ї; «історичність», тобто певні якісні етапи її розвитку; безпосередній досвід родинного життя дорослих членів сім'ї в батьківських сім'ях, коли вони самі були дітьми; виразно окреслена емоційність сімейних стосунків (Бондарчук, 1998).

Тому варто дослідити особливості розвитку видатних науковців та їхніх творчих здібностей у родинному колі.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Дослідження умов формування видатних діячів науки В. І. Вернадського, І. І. Мечникова та К. Д. Ушинського зумовлене пошуком шляхів розвитку талановитої особистості. Загалом проблемі розвитку обдарованих науковців, письменників, митців присвячені поодинокі праці. Також варто зазначити, що є роботи, які висвітлюють наукові здобутки, педагогічну діяльність та життєвий шлях В. І. Вернадського. Праці історичного характеру, спрямовані на дослідження родини Вернадських, його спадкоємців, політичних поглядів, належать таким науковцям, як Т. А. Бевз, К. М. Ситник. Науковій діяльності В. І. Вернадського, його внеску у створення першої Академії наук в Україні приділена увага в роботах К. Ситник, В. Шмиговської та інших. І. І. Мочалов та Л. І. Гумілевський присвятили дослідження біографічним аспектам життя В. І. Вернадського. А робіт, в яких приділена увага науковій спадщині, аналізу праць В. І. Вернадського, чимала кількість.

Роботи, присвячені І. І. Мечникову, презентують біографічний та науковий напрям досліджень його здобутків. К. Д. Ушинському присвячені роботи, які висвітлюють його освітню діяльність та педагогічну спадщину. Однак робіт, які б мали психологічну спрямованість у висвітленні становлення поглядів та розвитку особистостей цих науковців у період зростання, бракує.

Якщо аналізувати гуманітарний напрям робіт, які були присвячені В. І. Вернадському, І. І. Мечникову та К. Д. Ушинському, то всі ці дослідження реалізувались в історичній, філософській та педагогічних сферах, а психологічний напрям досліджень залишився поза увагою.

Основною метою статті є дослідження умов формування творчих здібностей В. І. Вернад-



ського, І. І. Мечникова та К. Д. Ушинського в дитячі та юнацькі роки.

2. Методологія та методи

У процесі дослідження розвитку творчих здібностей видатних науковців нами були застосовані біографічний та теоретичні методи. Варто зазначити, що в цьому разі вони використовувалися шляхом аналізу біографічних творів, історичних нарисів та продуктів діяльності видатних вчених. Біографічний метод базується на вивченні особистості в умовах історичних подій, родинного кола. Також досліджується вплив сімейних цінностей та інших факторів родини на розвиток здібностей особистості. Центральний вплив приділяється стосункам із людьми, які мали на майбутніх науковців вагомий вплив та сприяли формуванню життєвих поглядів, програм та сценаріїв розвитку особистості.

3. Результати та дискусії

Період зростання К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова, В. І. Вернадського протягом XIX століття припадає на час першого пробудження політичної свідомості прогресивних діячів суспільства, активного розвитку промисловості, відміни кріпосного права, економічного зростання, розвитку культури, пробудження української національної думки, народництва, а також заборони викладання українською мовою, друку книжок українською та намагання влади нівелювати українські національні традиції.

Через об'єктивні культурно-історичні умови сім'я XIX століття була провідним інститутом виховання дітей. Родина була визнана фахівцями важливим середовищем для виховання творчої особистості. На неї покладалися завдання виявлення творчих здібностей дітей, формування в них початкового інтересу до творчості, а потім і стійкої творчої спрямованості.

У родині Ушинських було четверо дітей, Костянтин народився у 1823 році. Усі дитячі роки К. Ушинського пройшли в невеликому маєтку, розташованому в чотирьох верстах від міста Новгород-Сіверського на березі річки Десни. Батьки Костянтина Дмитровича були освіченими людьми. Перші одинадцять років К. Ушинський провів доволі щасливо: ласкаво прийняло його життя, ні строгих стягнень, ні домашніх чвар, ні нужди не зазнав він у дитинстві. Професор І. І. Полосин зазначає, що «дитячі та юнацькі роки видатного педагога минули без тривоги, без хвилювань, без злиднів<...> Дитинство Ушинського у 20-х роках XIX ст. було безхмарним, золотим. Улюблена і любляча сім'я, вмiла, турботлива рука і уважне чуйне око матері зробили свою справу» (Полосин, 1946: 39–40).

Любов Степанівна багато уваги приділяла вихованню та навчанню сина протягом одинадцяти років. Вона підтримувала Костянтина, розвивала здібності майбутнього педагога і дуже вплинула на становлення його особистості. Любов Степанівна сама займалась початковим навчанням сина, дала змістовну домашню освіту, що дозволило хлопчикові вступити одразу до третього класу гімназії. Мати прагнула пробудити у сина допитливість, інтерес до читання, любов до України та української мови, мала беззаперечний вплив на становлення його особистості.

Варто зазначити, що саме мама займалась вихованням дітей, а батько часто їздив по роботі. Взагалі К. Ушинський майже не пригадує в щоденниках батька, але доволі багато пише про маму. Можемо припустити, що між Костянтином та його батьком не було близьких стосунків. А між мамою та сином був тісний емоційний зв'язок. Стиль виховання матері був настільки авторитетним, що вплинув на його педагогічні погляди. Після смерті матері в одинадцять років К. Ушинський проявляв самостійність у навчанні.

У родині була хороша бібліотека, і К. Ушинський вже в дитинстві багато читав. На все життя К. Ушинський зумів зберегти чудові спогади про своє дитинство. Пізніше ці спогади стали основою його педагогіки. Напевно тому К. Ушинський відводив у своїх працях значну роль у формуванні особистості дитини, розвитку її творчих здібностей сім'ї, батькам, насамперед матері. Він наголошував на природній талановитості батьків: мами, батька, бабусі, дідуся, яких вважав народними педагогами. «Природні російські педагоги, бабуня, мати, дід, що не злазить із печі, розуміли інстинктивно й знали з досвіду, що моральні сентенції дають дітям більше шкоди, ніж користі, та що мораль полягає не в словах, а в самому житті сім'ї, що охоплює дитину з усіх боків і звідусіль шохвилини проникає в її душу» (Ушинський, 1949: 428).

К. Ушинський вважав, що завдяки мамі успіхи цивілізації адаптуються в сімейному побуті, а через нього згодом і в життя народу. Він наголошував, що основи характеру особистості формуються в перші роки життя, коли дитина перебуває під безпосереднім впливом матері (Калениченко, 1974: 145). Також він вважав, що мати має кращі педагогічні здібності, ніж батько. Це К. Ушинський пояснює характерологічними особливостями жінки. На його думку, в жінці закладені такі риси характеру, які необхідні для виховання, а саме: ніжність, терплячість, наполегливість, смак, а головне – природжена любов до дітей. Варто зазна-

чити, що, на думку К. Ушинського, мати може не лише займатися вихованням своєї дитини, а й навчанням, особливо на початковому етапі (Ушинський, 1949: 390).

Звичайна, духовно-моральна сім'я посіяла в душі Костянтина Дмитровича глибоко релігійне почуття, яке в подальшому позначилося на його педагогічних поглядах. У дитячих враженнях також можна віднайти основу тієї віри в жінку, яку послідовно висловлював у роки педагогічної діяльності Ушинський. Він надавав жінці почесну роль і в суспільстві як необхідному діячеві, і в сім'ї як виховательці дітей. Саме мати прищепила синові любов до української мови і культури, яку педагог проніс через усе своє життя.

Той ідилічний погляд на сім'ю, який К. Ушинський зберіг до смерті, безсумнівно, був сформований в своїй сім'ї (Песковський, 1893).

Також вагомий вплив на формування особистості К. Ушинського мала багата й розкішна природа, що оточувала його в домашньому побуті. К. Ушинський вважав одним із важливих принципів виховання, який сприяє формуванню творчої особистості дитини, принцип демократизації. Його головною засадою є свобода та самостійність, надана дитині. Можна припустити, що методологію науки педагогіки Костянтин Дмитрович розробляв саме на засадах християнської антропології.

Визначимо сімейні цінності родини Ушинських, які вплинули на формування особистості Костянтина Дмитровича: високі духовно-моральні принципи, релігійність, демократія, дитиноцентризм.

І. Мечников був наймолодшою п'ятою дитиною у великій родині Мечникових, народився у 1845 році. Величезну роль у житті майбутнього вченого відіграла його мати Емілія Львівна Мечникова, яка у свій час отримала гарну домашню освіту. Вона мала на Іллю великий вплив. Їхні стосунки були засновані на дружбі та довірі. Ілля Ілліч пригадував матір із ніжністю і вдячністю за атмосферу порядності, тонкого розуму та доброзичливого ставлення до людей, яка була притаманна їх сім'ї.

Вихованням дітей займалась здебільшого Емілія Львівна. «Її особиста педагогіка зводилася головним чином до ніжних пустощів» (Мечникова, 1926: 6). Виховуючи дітей, мати керувалась постулатами з Біблії: перш ніж створити світ, Бог створив мудрість. І ця мудрість починається з родини. Саме там, де батьки всіляко дбають про розвиток вроджених нахилів і здібностей дитини, формують у неї потяг до знань, вміло стимулюють невичерпну

дитячу творчість, там юна зміна виросте, як кажуть, із розумною головою і працювотими руками. Отже, мама Іллі Ілліча всіляко сприяла тому, щоб її молодший син обрав кар'єру науковця (Гнатюк, 2001).

У сім'ї Мечникових домінувала атмосфера свободи, довіри, розвитку. Здебільшого використовувався ліберальний стиль виховання. Більшою мірою, під впливом мами, старшого брата та студента-медика у І. Мечникова стали формуватись важливі для науковця якості, такі як спостережливість та сенситивність, розвиватися інтелектуальні та мисленнєві процеси. У сім'ї панувала творча атмосфера, яка надихала на розвиток талантів дітей. Емілія Львівна підтримувала сина у будь-яких ситуаціях і, зрештою, вплинула на вибір його професії. Ілля Ілліч вважав, що він був схожим на матір.

Відповідно до дослідження його оточення нами було виявлено фактори, які вплинули на формування таланту І. І. Мечникова: інтелектуальне соціальне оточення (батьки, родичі, наставники); особистісні якості (вразливість, емоційність, ерудованість); критичне ставлення до хвилюючих та актуальних тем, сформованість критичної думки; взаємодія з живою природою, яка сприяла розвитку творчих здібностей.

До сімейних цінностей родини Мечникових можна зарахувати такі: свобода, релігійність, довіра, лібералізм, дитиноцентризм.

Звернемося до постаті В. І. Вернадського. Володимир Іванович був другим сином у родині. Народився у 1863 році. Батьки були освічені інтелігентні люди. Іван Васильович – професор політичної економії і статистики, доктор історичних наук, мати Ганна Петрівна також мала гарну освіту.

В.І. Вернадський зазначав, що дитинство його було доволі щасливим. Володимир Іванович почувався в сім'ї безпечно, у нього сформувалась повага до батьків, людей, природи тощо. У сім'ї було закладено базові цінності, які допомогли йому надалі проявити свої здібності в кількох напрямках науки.

Стосунки між батьками Володимира Івановича були дуже дружні. Необхідно зазначити, що особливу роль у розвитку особистості Володимира Вернадського відіграв його батько. Він займався професорською діяльністю, спочатку викладав фінансове право, згодом – політичну економію. Саме батько Іван Васильович займався вихованням сина. Він досить багато часу приділяв його освіті та розвитку. Він сформував Володимирі Івановичу інтерес до науки, любов до людей. Володимир Іванович доволі рано навчився читати і багато годин проводив із книжками, при цьому він



читав різноманітну літературу: географію, йому подобались книжки про мандрівників, про природу, в 5 років цікавився історією та прочитав цілу низку історичних книжок. Тобто батьки прищепили Володимирі інтерес до книг, а це своєю чергою стало одним із головних чинників, що вплинуло на розвиток особистості. Взагалі найулюбленішим місцем у будівлі Вернадських для нього був батьківський кабінет. Пригадуючи життя в Харкові, В. І. Вернадський писав, що життя в ті часи було одним із найкращих, які можна побажати. Найбільш світлими хвилинами були для нього ті книжки й думки, які сформувались під їх впливом, а також розмови з батьком та двоюрідним дядьком Е. М. Короленком.

На прикладі батька і під його впливом Володимир Вернадський осягав важливість, необхідність систематичної освіти, заглибленості в певну область діяльності. Володимир Іванович доволі рано навчився читати і багато годин проводив із книжками, при цьому він читав різноманітну літературу.

Також Іван Васильович Вернадський сформував Володимирі Івановичу інтерес до науки, любов до людей. «Найсвітлішими хвилинами уявлялися мені в той час ті книги і думки, які ними викликалися, і розмови з батьком і моїм двоюрідним дядьком Є.М. Короленком» (Вернадський, 1988: 30). Отже, з раннього дитинства В. Вернадському було цікаво знаходити та систематизувати різні факти.

Про період, коли сім'я Вернадських жила у Харкові (1868–1876), Володимир Іванович пригадував, що життя у ті часи було одним із найкращих, які можна побажати, безтурботне та найщасливіше «Жили ми добре, заможно, всі наші бажання виконувалися дуже швидко, навіть надто швидко» (Вернадський, 1988: 30).

Саме в ці роки у В. Вернадського з'явилося тяжіння до української культури. Українська пісня запала в його дитячу душу. «Батько страшенно любив українські пісні, і моя мати прекрасно їх співала» (Вернадський, 1988). У сім'ї було закладено базові цінності, які допомогли В. Вернадському надалі проявити свої здібності в кількох напрямках науки. Тому можемо робити висновки, що він почувався у своїй сім'ї безпечно, в нього формувалась повага до батьків, людей, природи тощо.

Отже, доброзичлива домашня атмосфера в родині Вернадських, яка була пронизана духовністю, прихильністю один до одного членів сім'ї, взаєморозумінням, бажанням бути корисним для своїх рідних, спільна праця, родинні свята, народні звичаї та обряди надзвичайно глибоко впли-

нули на становлення та розвиток особистості В. І. Вернадського.

Визначимо сімейні цінності родини Вернадських: свобода, повага до людей, релігійність, високі духовно-моральні принципи, демократія, довіра, наука.

Отже, проведене дослідження зростання К. Ушинського, І. Мечникова та В. Вернадського, виявило закономірності, спільні фактори, сімейні цінності, які вплинули на формування творчих здібностей видатних науковців.

Результати аналізу показали сприятливий вплив родинного оточення на розвиток особистостей майбутніх науковців.

Варто зазначити, що вихованням дітей займалися батьки особисто в кожній родині. Зокрема, К. Ушинський та І. Мечников отримували багато уваги від матерів, а В. Вернадський – від батька. Тому можемо припустити, що розуміння батьками важливості особистого впливу на формування цінностей їх дітей. Також важливим фактором є підтримка дорослих у складних ситуаціях. Костянтин та Ілля отримували психологічну підтримку від матерів, а Володимир – від батька. Варто зазначити повну задоволеність потреб дітей в кожній сім'ї. Також необхідно зазначити, що родини були інтелегентними та високоосвіченими, що сприяло розвитку дітей. Проте родини мали різні погляди на виховання дітей. Ми можемо визначити різні стилі виховання, які застосовувались у сім'ях. Якщо родині Вернадських та Ушинських притаманний демократичний стиль, то у сім'ї Мечникових простежувався ліберальний стиль взаємодії батьків із дітьми. Втім, це не стало основним фактором при формуванні особистостей майбутніх науковців. Однак в усіх родині панувала атмосфера довіри, любові, свободи, заохочення до навчання та розвитку. Також важливим чинником виявилось приділення уваги розвитку та навчанню дітей у родині, привчання їх змалку до читання, вивчення іноземних мов, роздумів, розвитку логічного та критичного мислення, що нині є ключовим у формуванні особистостей майбутніх діячів науки. Також цікавим фактором є прищеплення любові до української культури в сім'ях Ушинських та Вернадських, що надалі позначилось на їх світогляді та життєдіяльності.

Варто зазначити, що військова професія батьків Ушинського та Мечникова не стала предметом наслідування, а можливо, навпаки, виключила цей вибір. Якщо в сім'ї Ушинських Костянтин не готувався до наукової діяльності, то в родині Мечникових та Вернадських це відбувалось із раннього дитинства. У Володимира Івановича обрання наукової діяльності був

зумовлений прикладом батька, а в Іллі Ілліча – заохоченням та спрямуванням його до цього шляху з боку матері.

Висновки

Аналіз педагогічного досвіду сімей, які виховали у ХІХ столітті наукові таланти К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова, В. І. Вернадського, дав змогу зробити висновки про певні особливості процесу виховання творчої особистості в сім'ї в досліджуваній період і визначити умови, що сприяють розвитку дитячої творчості. Більшість сімей кінця ХІХ століття не займалися цілеспрямованим вихованням наукових талантів і не були знайомі з новітніми концепціями творчого розвитку особистості.

Аналіз впливу родини на зростання К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова, В. І. Вернадського переконує, що процес формування творчої особистості в сім'ї своєрідний та багатоваріантний. Умови та методи виховання та розвитку залежать від індивідуальності дитини, специфіки сім'ї, її можливостей і культурного потенціалу, а розвиток творчих здібностей дітей можливий не лише у специфічних умовах, що сприяють їх розвитку, але й у ліберальному середовищі, де виховання мало хаотичний характер.

Виховання К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова та В. І. Вернадського відбувалось відповідно до таких принципів: поваги до вихованця, віри в його творчі сили, праг-

нення зберегти індивідуальність дитини і розвинути дані їй від природи творчі здібності. А формування творчої індивідуальності науковців проходило під впливом сімейних цінностей: свобода, повага до людей, релігійність, високі духовно-моральні принципи, демократія, довіра, любов до науки, дитиноцентризм. Також умови, в яких зростали майбутні науковці, дали змогу сформуватися властивостям та якостям особистості, накопиченню різноманітних вражень, які необхідні для творчості.

Особливим чинником, що впливав на розвиток творчих здібностей К. Д. Ушинського, І. І. Мечникова та В. І. Вернадського, стала природа. Вони зростали під значним впливом природного оточення, яке є незамінним засобом сенсорного виховання. У процесі спостережень у видатних науковців сформувались позитивні моральні якості, дбайливе ставлення до живих істот, любов до природи, що також вплинуло на напрями наукових досліджень та погляди у майбутній професійній діяльності.

З'ясовано, що для повноцінного розвитку особистості та прояву її творчих здібностей необхідні такі чинники: створення сприятливого середовища; вільне виявлення закладених природою творчих здібностей дитини; доброзичлива розвиваюча родинна атмосфера, яка б стимулювала її творчу активність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондарчук О. І. Сім'я як осередок соціалізації дитини. *Проблеми соціальної захищеності дітей в ринкових умовах*. Київ : АЛД, 1998. 196 с.
2. Вернадский В. И. Письма Н. Е. Вернадской (1886–1889). Москва : Наука, 1988.
3. Виноградова В. Є. Генеза творчих здібностей видатних науковців (В. І. Вернадського, І. І. Мечникова, К. Д. Ушинського) : монографія. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 238 с.
4. Гнатюк М. 100 великих українців. Москва : Вече; Киев : Орфей, 2001. 584 с.
5. Калениченко Н. Проблема родинного виховання в педагогічній спадщині К. Д. Ушинського. *Педагогічні ідеї К. Ушинського*. Київ : Радянська школа, 1974. С. 143–155.
6. Мельник Л. П., Співак Л. М., Славина Н. С. Вплив подружньої сумісності на взаємини дошкільника в дитячому колективі. *Наукові праці Кам'янець-Подільського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2007. Вип. 1. С. 113–117.
7. Мечникова О. Н. Жизнь Ильи Ильича Мечникова. Москва, Ленинград : Государственное изд-во, 1926. 232 с.
8. Мочалов И. И. Владимир Иванович Вернадский. Москва : Наука, 1982.
9. Песковский М. Л. Константин Ушинский. Его жизнь и педагогическая деятельность: биографический очерк М. Л. Песковского: с портретом Ушинского, гравированным в Лейпциге Геданом. Санкт-Петербург : тип. Ю. Н. Эрлих, 1893. URL: http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=175529 (дата звернення: 11.06.2020).
10. Полосин И. И. Константин Дмитриевич Ушинский. Его детство, отрочество и юность. Памяти К. Д. Ушинского. Санкт-Петербург, 1946. С. 39–54.
11. Ситник К. М., Бевз Т. А. Володимир Вернадський: Людина. Громадянин. Учений. Київ : Наукова думка, 2017. 368 с.
12. Ушинский К. Д. Твори в шести томах: Т. 2. Київ : Радянська школа, 1949. С. 179–472.

REFERENCES:

1. Bondarchuk O. I. (1998). Simia yak oseredok sotsializatsii dytyny [The family as a center of socialization of the child]. *Problemy sotsialnoi zakhyschenosti ditei v rynkovykh umovakh – Problems of social protection of children in market conditions*. Kyiv: ALD [in Ukrainian].
2. Vernadskij V. I. (1988). *Pis'ma N.E. Vernadskoj (1886–1889) [Letters N.E. Vernadsky (1886–1889)]*. Moscow: Nauka [in Russian].



3. Vynohradova V. Ye. (2020). *Heneza tvorchykh zdibnosti vydatnykh naukovtsiv (V.I. Vernadskoho, I. I. Mechnykova, K. D. Ushynskoho) [Genesis of creative abilities of outstanding scientists (V.I. Vernadsky, I.I. Mechnikov, K.D. Ushinsky)]*. Kyiv: Vydavnytstvo Lira-K [in Ukrainian].
4. Gnatyuk M. (2001). 100 velikikh ukrainczev [100 Great Ukrainians]. Moscow : Veche; Kyiv: Orfej [in Russian].
5. Kalenychenko N. (1974). Problema rodyynnoho vykhovannia v pedahohichnii spadshchyni K.D. Ushynskoho [The problem of family upbringing in the pedagogical heritage of K.D. Ushinsky]. *Pedahohichni idei K. Ushynskoho – Pedagogical ideas of K. Ushinsky*. Kyiv: Radianska shkola. P. 143–155 [in Ukrainian].
6. Melnyk L.P., Spivak, L.M., Slavina N.S. (2007). Vplyv podruznoi sumisnosti na vzaiemny doshkilnyka v dytiachomu kolektyvi [The influence of marital compatibility on the relationship of the preschooler in the children's team]. *Naukovi pratsi Kamianets-Podilskoho derzhavnoho universytetu. Serii: psykholohichni nauky – Scientific works of Kamyanets-Podilsky State University. Series: psychological sciences. Vyp. 1. P. 113–117* [in Ukrainian].
7. Mechnikova O.N. (1926). *Zhizn' Il'icha Mechnikova [The life of Ilya Ilyich Mechnikov]*. Moscow, Leningrad.: Gosudarstvennoe izd-vo [in Russian].
8. Mochalov I.I. (1982). *Vladimir Ivanovich Vernadskij [Vladimir Ivanovich Vernadsky]*. Moscow: Nauka [in Russian].
9. Peskovskij M.L. (1893). *Konstantin Ushinskij. Ego zhizn' i pedagogicheskaya deyatel'nost': biograficheskij ocherk M.L. Peskovskogo: s portretom Ushinskogo, gravirovanny'm v Lejpczige Gedanom [Konstantin Ushinsky. His life and teaching: a biographical sketch of M. L. Peskovsky: with a portrait of Ushinsky, engraved in Leipzig by Gedan]*. Sankt-Peterburg: tip. Yu.N. E`rlikh. URL: http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=175529 [in Russian].
10. Polosin I.I. (1946). Konstantin Dmitrievich Ushinskij. Ego detstvo, otrochestvo i yunost' [Konstantin Dmitrievich Ushinsky. His childhood, adolescence and youth]. *Pamyati K.D. Ushinskogo. – In memory of K.D. Ushinsky. Sankt-Peterburg*. P. 39–54 [in Russian].
11. Sitnik K., Bezv T. (2017). *Volodimir Vernads`kij: Lyudina. Gromadyanin. Uchenij [Vladimir Vernadsky: Man. Citizen. Scientist]*. Kyiv: Naukova dumka [in Ukrainian].
12. Ushynskiy K.D. (1949). *Tvory v shesty tomakh [Works in six volumes]: T. 2*. Kyiv: Radianska shkola. P. 179–472 [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 18.06.2020.
The article was received 18 June 2020

СЕКЦІЯ 5. ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.92:35.088.6

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-22>**ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ ЯКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ
ОРГАНІВ ДЕРЖАВНОЇ ВЛАДИ****Кушніренко Катерина Олегівна,**
кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології*Київський національний торговельно-економічний університет*

Voronina_@bigmir.net

<https://orcid.org/0000-0003-3922-0388>**Гордіня Наталія Дмитрівна,**
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології*Київський національний торговельно-економічний університет*

Natali_gord@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-4120-3405>

Мета. Здійснити теоретичний аналіз сучасних наукових джерел з психології і публічного управління та провести емпіричне дослідження професійно важливих якостей працівників органів державної влади.

Методи. В основі наукової статті лежить емпіричне дослідження, яке проводилось у 2 етапи. Вибірка складалась із 103 державних службовців категорії Б і В із різним стажем роботи (до трьох та більше трьох років стажу державної служби). На першому етапі дослідження була розроблена авторська анкета для оцінки професійно важливих якостей державних службовців їхніми керівниками. На другому етапі дослідження були проведені психодіагностичні методики: методика EPQ Г.Ю. Айзенка, методика Т. Елерса «Прагнення до ризику і мотивації досягнення»; «Методика дослідження локалізації контролю особистості» – модифікований опитувальник О.Г. Ксенофонтової, «Емоційний інтелект (Н. Холла)». Для статистичної обробки використані кореляційний та дисперсійний аналіз.

Результати. За методикою EPQ Г.Ю. Айзенка показники у державних службовців, які є емоційно стійкими, у групі 1 є вищими на 30,2% порівняно із державними службовцями групи 2. Високі показники мотивації досягнення мети і успіху за методикою Т. Елерса також є вищими у групі 1 на 48,2% порівняно із результатами групи 2. Серед державних службовців у 1 групі показник інтернальних респондентів є вищим на 44,8% порівняно із групою 2, а також загальний рівень емоційного інтелекту у державних службовців групи 1 також є вищими на 37% порівняно із групою 2.

Висновки. Аналіз результатів емпіричного дослідження дозволив зробити висновки, що середні значення всіх досліджуваних нами параметрів є вищими у державних службовців групи 1 порівняно із показниками державних службовців групи 2. Отже, за допомогою проведеного кореляційного і дисперсійного аналізу встановлено, що емоційна стійкість, сформованість професійно важливих якостей, показники інтернальності і емоційного інтелекту суттєво відрізняються у державних службовців із високим рівнем виконання професійних завдань і стажем роботи від 3-х років порівняно із групою 2.

Ключові слова: професійна компетентність, державний службовець, локус контролю, схильність до ризику, професійна мотивація.

PROFESSIONALLY ESSENTIAL QUALITIES OF GOVERNMENT EMPLOYEES**Kushnirenko Kateryna Olehivna,**
Candidate of Psychological Sciences,
Lecturer at the Department of Psychology*Kyiv National University of Trade and Economics*

Voronina_@bigmir.net

<https://orcid.org/0000-0003-3922-0388>



Hordynia Nataliia Dmytrivna,
 Candidate of Psychological Sciences,
 Lecturer at the Department of Psychology
Kyiv National University of Trade and Economics
 Natali_gord@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0003-4120-3405>

Purpose. Make a theoretical analysis of modern scientific psychological and public administration sources and undertake an empirical study of professionally essential qualities of government officials.

Methods. The scientific article is based on empirical research, which was conducted in 2 stages. The sample consisted of 103 civil servants of B and C categories with different lengths of service (up to three and more years of public service).

At the first stage of the research, was developed an author's questionnaire to determine the professionally important qualities of civil servants by their managers. In the second phase of the study, psychodiagnostic techniques were conducted: EPQ method G.Yu. Eisenko, T. Ehlers' method "The desire for risk and motivation to achieve"; "Methods of research of localization of personality control" – modified questionnaire OG Xenofontova, "Emotional intelligence (N. Hall)" Correlation and variance analysis were used for statistical processing.

Results. According to the method of EPQ Eisenko's indicators for civil servants who are emotionally stable in group 1 are higher by 30.2% compared to civil servants in the second group. High signs of motivation to achieve goals and success according to the method of T. Ehlers in the 1 group are also higher by 48.2% than in the second group. Among civil servants in group 1, the rate of internal respondents is higher by 44.8% compared to group 2, and the overall level of emotional intelligence of civil servants in group 1 is also higher by 37% compared to group 2.

Conclusions. Analysis of the results of the empirical study allowed us to conclude that the average values of all the studied parameters are higher in civil servants of group 1 compared to civil servants in the second group. Thus, thanks to the correlation and dispersive analysis, it was identified that the emotional resilience, establishment of professionally essential qualities, indicators of internality, and emotional intelligence differ significantly in civil servants with a high level of professional performance and work experience more than three years compared with group 2.

Key words: *professional competence, civil servant, locus of control, risk appetite, professional motivation.*

Вступ

За часів сьогодення наша країна перебуває в прискореному динамічному режимі. Разом зі зміною державних стратегій, економічних та політичних пріоритетів, проблемою взаємодії та вступу в ЄС, налагодження ринкових відносин з країнами світу постає потреба актуалізації професійно-особистісних якостей керівників органів державної влади.

Своєю чергою державне управління, як інститут влади, зазнає глибоких змін, що пов'язані з новими економічними, політичними, соціальними умовами життя України. Кожна зміна структури і принципів управління державою призводить до природної зміни вимог до професійних характеристик обслуговуючого персоналу. Службовці як носії корпоративної культури, як фахівці, які запроваджують в життя державні стратегічні плани та ідеї, як соціальні менеджери сьогодні знову привертають увагу дослідників (Еліна, 2009: 77).

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Українські та зарубіжні науковці досліджували різні аспекти державної служби й кадрової політики, розкривали проблематику визначення характерних ознак професіоналізму та компетентно-

сті в державному управлінні, професійних вимог до державних службовців, але водночас відсутні новітні комплексні дослідження, присвячені вивченню професійно-особистісних якостей керівників органів державної влади.

У дослідженнях А. Деркача наголошується, що державний службовець – це не тільки висококваліфікований фахівець, але й особистість, яка визначає якість життя інших людей. Професійна компетентність державного службовця знаходить вираження у вмінні ефективно працювати, враховуючи постійні зміни темпу життя, та якісно виконувати професійні обов'язки у ситуаціях неузгодженості нормативно-правового забезпечення діяльності (Деркач, 2004; Нинюк, 2005).

Таким чином, можна зрозуміти, що проблема професійної компетентності керівників, які працюють у органах державної влади, є актуальною на цей час, беручи до уваги усвідомлення проблем сучасного стану та рівня життя в Україні. Це своєю чергою формує потребу в аналізі ПВЯ керівників органів державної влади та створенні необхідних умов для навчання та підвищення кваліфікації працівників, на яких покладена відповідальність за життя населення.

Сучасний державний службовець та керівник органів державної влади повинен мати високий рівень професійно важливих якостей, а саме: емоційну стійкість, високий рівень професійної мотивації, інтернальний локус контролю та високий рівень емоційного інтелекту.

Переходячи до вирішення проблематики нашої статті, доречно описати поняття професійної компетентності. Професійну діяльність управлінських кадрів можна охарактеризувати як складну багатфункціональну діяльність, яка поєднує в собі як виконавчий, так і управлінський складник, й «інноваційну» спрямованість, пов'язану з необхідністю приймати нестандартні рішення в умовах реформ, що висувають специфічні вимоги до особистісно-професійних якостей працівників. При цьому від управлінських кадрів, як суб'єктів професій типу «людина – людина», «людина – суспільство», неминуче потрібна здатність моделювати варіанти можливих наслідків дій людей і результатів їх конфліктів, протистоянь та об'єднань, здатність успішно діяти в особливих та швидко мінливих умовах. Професійна діяльність фахівця передбачає наявність професійно-значущих умінь і навичок здійснювати соціальну взаємодію, що забезпечують результативність та ефективність вирішення професійних завдань, встановлювати адекватні міжособистісні та конвенціональні стосунки в різних ситуаціях (Комунікативна компетентність державних службовців, 2012).

Більшість науковців, які вивчали раніше та займаються зараз питанням професійної компетентності, вказують на те, що компетентність – це не стільки знання, навички, вміння, скільки здатність особистості їх задіяти доречно в необхідний час у необхідному обсязі, адекватно ситуації. Лише у гармонічному поєднанні із системою ціннісних орієнтацій, інтересами та потребами особистості професійна компетентність зможе нормально проявлятися.

Н.М. Болюбаш визначає професійну компетентність посадових осіб органів державної влади як володіння такими компетенціями стосовно професійної діяльності: а) ключовими – універсальними, пов'язаними із професійним успіхом особистості в сучасному суспільстві; б) базовими – загальнопрофесійними, що відбивають специфіку професійної діяльності; в) спеціальними – професійно-профільними, що відображають специфіку конкретної предметної сфери діяльності у органах державної влади.

Одним з основних завдань формування складу компетенцій майбутніх фахівців

є виявлення набору компетенцій, найбільш значущих для відповідних напрямів підготовки. Кількість та характер компетенцій визначаються завданнями, які має вирішувати фахівець у своїй професійній діяльності та які дозволяють бути успішними на конкретній посаді. Аналізуючи організацію, характер, зміст та вітчизняний досвід державного управління, можна відмітити його яскраво виражену специфіку у порівнянні з іншими видами професійної діяльності. Це стосується насамперед нормативно-правового, управлінсько-комунікативного та публічного характеру управлінської діяльності (Болюбаш, 2012: 31–32).

У Законі України «Про державну службу» закріплено поняття професіоналізму – компетентне, об'єктивне і неупереджене виконання посадових обов'язків, постійне підвищення державним службовцем рівня своєї професійної компетентності, вільне володіння державною мовою і, за потреби, регіональною мовою або мовою національних меншин, визначеною відповідно до закону (Закон України «Про державну службу, 2020).

М.О. Чошановим була запропонована трирівнева модель компетентності фахівця, яка включає два складники: професійні знання і набутий досвід (пізнавальну активність) та адаптивність, яка включає в себе гнучкість мислення й полонезалежність сприйняття інформації (рис. 1).

Погоджуючись з думкою автора, ми також хочемо зазначити, що у діяльності працівників органів державної влади важливим складником їхньої професійної компетентності є саме здатність до ефективного сприйняття і аналізу інформації та прийняття своєчасних і альтернативних рішень. Також, на нашу думку, окрім важливості врахування професійних знань, навичок та умінь державних службовців, необхідним є врахування ПВЯ, на дослідження яких і спрямоване наше емпіричне дослідження.

2. Методологія та методи

Емпіричне дослідження проводилось у листопаді та грудні 2019 року та було поділене на два етапи. Вибірка складалась із 103 державних службовців категорії Б і В із різним стажем роботи (до трьох та більше трьох років стажу державної служби). В емпіричному дослідженні брали участь державні службовці Київської обласної державної адміністрації та державні службовці районних державних адміністрацій Київської області (Бориспільської, Яготинської, Баришівської, Згурівської та Броварської районних державних адміністрацій).

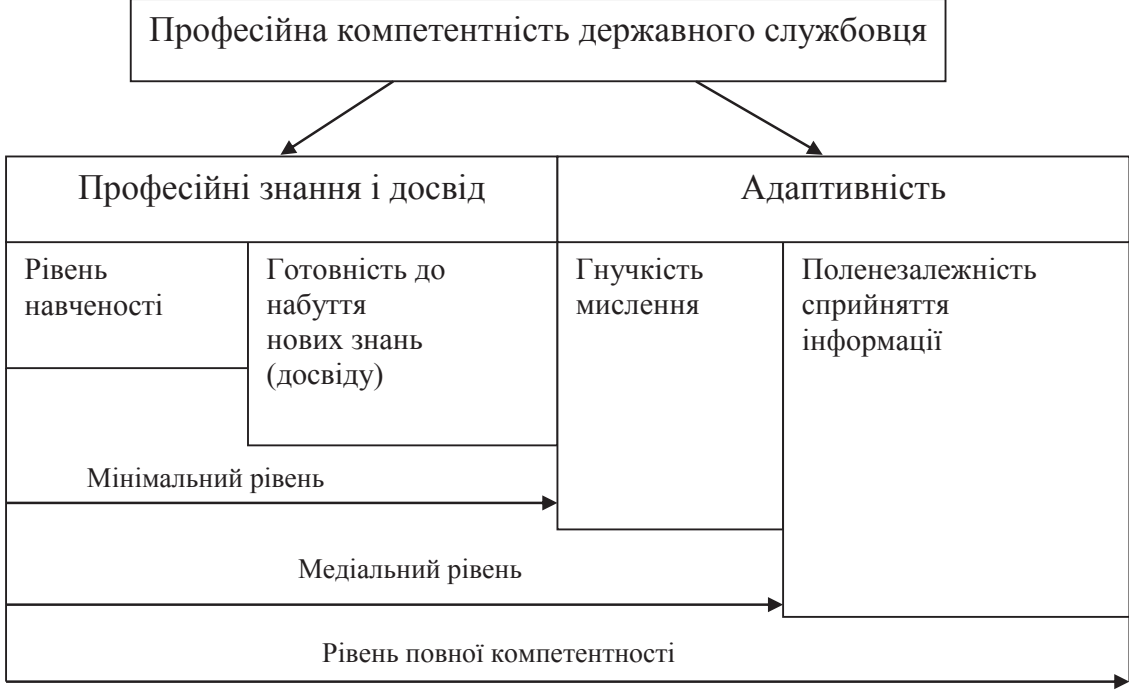


Рис. 1. Модель професійної компетентності державного службовця (за М.О. Чошановим)

На першому етапі дослідження нами була розроблена авторська анкета для оцінки професійно важливих якостей державних службовців їхніми керівниками. Тобто безпосередньо керівниками управлінь та департаментів здійснювалась оцінка за 10-ю шкалою оцінювання професійно важливих якостей їхніх підлеглих (де 1 – це найнижчий бал сформованих професійно важливих якостей у працівника, а 10 – максимальний бал).

На другому етапі дослідження нами були проведені психодіагностичні методики на визначення професійно важливих якостей працівників органів державної влади, а саме: емоційної стійкості, схильності до ризику і професійної мотивації, локусу контролю, емоційного інтелекту та здійснений аналіз результатів дослідження. Для визначення зазначених компонентів був використаний психодіагностичний інструментарій: методика EPQ Г.Ю. Айзенка, методика Т. Елерса «Прагнення до ризику і мотивації досягнення»; «Методика дослідження локалізації контролю особистості» – модифікований опитувальник О.Г. Ксенофонтової, «Емоційний інтелект (Н. Холла)».

Методика EPQ Г.Ю. Айзенка дозволяє визначити рівень емоційної стійкості державних службовців, надмірної конфліктності, егоцентричності тощо. На думку Г.Ю. Айзенка, шкала нейротизму характеризує емоційну стійкість чи нестійкість (емоційна стабільність чи нестабільність).

Для багатьох вчених основним критерієм емоційної стійкості є ефективність діяльно-

сті в емоціогенній ситуації. Підвищення нервово-психологічного навантаження у державних службовців виникає у разі дефіциту часу на виконання професійних завдань, інформаційного перевантаження, виникнення конфліктних ситуацій у колективі.

Для виявлення показників рівня вираженості прагнення до ризику і мотивації досягнення мети і успіху була використана методика Т. Елерса «Прагнення до ризику і мотивації досягнення». Прагнення до ризику проявляється у поведінці і діях фахівця та її можна розглядати за трьома показниками: схильності до ризику; прагнення до ризику і прагнення до самозахисту.

На думку В.О. Бодрова, схильність до розвитку стресу може бути зумовлена схильністю до ризикованої поведінки, внаслідок чого виникає велика ймовірність виникнення помилкових дій у професійній діяльності працівників органів державної влади. Для державних службовців, які є схильними приймати необдумані ризиковані рішення, характерними є такі риси: схильність до невиправданого ризику, низька професійна і соціальна відповідальність тощо (Ващенко, 2017). Ми вважаємо, що високі показники схильності до ризику негативно впливають на прийняття рішення і успішність виконання професійних завдань державним службовцем.

Для діагностики локалізації контролю особистості нами був застосований – модифікований опитувальник «ЛК» О.Г. Ксенофонтової (Болюбаш, 2012:

103–114). Опитувальник дозволяє визначити особистісні властивості респондентів за шкалою інтернальності у сфері досягнень (Ід) та шкалою інтернальності у професійній діяльності (Іпд).

Опитувальник ЛК дозволяє виявити локалізацію контролю особистості, тобто переконання людини щодо того, де знаходяться або локалізуються сили, що піддаються впливові, управлінню і контролю. Чим вище показники інтернальності державного службовця, тим більше імовірно, що він має більш високий рівень розвитку саморегуляції життєдіяльності. Чим нижче показники інтернальності, тобто чим ближче він до полюса зовнішнього локусу контролю або екстернальності, тим менше він упевнений у собі і має більшу потребу в психологічній і будь-якій іншій допомозі, будучи недостатньо самостійним у вирішенні різного роду життєвих завдань.

Нами була використана методика «Емоційний інтелект EQ Н. Холла», яка дозволяє визначити особливості емоційного інтелекту державних службовців за шкалами: «емоційна обізнаність», «управління своїми емоціями», «сомомотивація», «емпатія», «розпізнання емоцій інших людей».

Так, на нашу думку, також важливим є здійснення аналізу саме таких психологічних компонентів державних службовців, як: емоційна стійкість; точність виконання професійних завдань; гнучкість мислення; здатність аналізувати великий обсяг інформації; розвинена інтуїція; високі показники інтелектуальних здатностей; здатність тривалий час зосереджуватися на виконанні професійних обов'язків; здатність швидко переключати увагу з одного об'єкта на інший; здатність швидко запам'ятовувати і утримувати необхідну інформацію для вирішення поставлених завдань; здатність ефективно приймати альтернативні рішення за умов дефіциту часу; швидкість

і точність виконання професійних завдань; практичне мислення.

3. Результати та дискусії

У нашому емпіричному дослідженні ми виділили дві групи респондентів: державні службовці категорії Б і В, стаж роботи від 3-х років, середні показники успішності професійної діяльності за методом експертної оцінки – вище 7,0 (група 1), і державні службовці категорії Б і В, стаж роботи до 3-х років, середні показники успішності професійної діяльності за методом експертної оцінки – до 7,0 (група 2).

Для порівняння отриманих даних у двох групах державних службовців нами був застосований t-test. Результати представлено в таблиці 1.

Таблиця 1 містить результати досліджуваних нами психологічних відмінностей сформованості ПВЯ державних службовців з різним стажем професійної діяльності та успішністю виконання професійних обов'язків.

Нами були обраховані кількість досліджуваних групи 1 і групи 2, середнє арифметичне, різниця між показниками професійно важливих якостей у двох групах, середнє квадратичне відхилення.

Отримані дані засвідчують, що у респондентів 1 групи, у порівнянні із групою 2, спостерігаються суттєві відмінності по кожній якості, представленій у таблиці 1. Окрім схильності до ризику, показники якої є вищими у 2 групі. Також показники у двох групах за даними t-тесту є статистично значущими ($\text{sig}=0,001$).

За психодіагностичними методиками ми отримали такі результати. За методикою EPQ Г.Ю. Айзенка також спостерігаються суттєві відмінності у двох групах (рис. 2).

З представлених на гістограмі даних видно, що за методикою EPQ Г.Ю. Айзенка показники у державних службовців, які є емоційно стійкими, у групі 1 є вищими

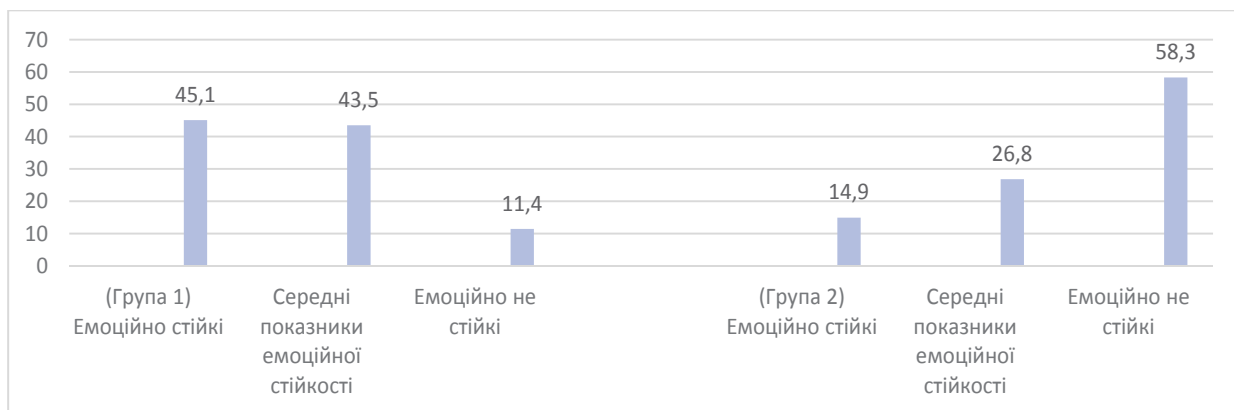


Рис. 2. Результати дослідження емоційної стійкості у державних службовців за методикою EPQ Г.Ю. Айзенка



Таблиця 1

Психологічні відмінності сформованості ПВЯ державних службовців з різним стажем професійної діяльності та успішністю виконання професійних обов'язків

№	Параметри	Група	N	S	σ	sig
1.	Емоційна стійкість	1	62	8,0484	0,1997	0,001
		2	41	6,0732	0,2736	
2.	Схильність до ризику у прийнятті рішень на державній службі	1	62	3,0484	0,1349	0,001
		2	41	3,3415	0,1288	
3.	Точність виконання професійних завдань	1	62	7,9516	0,1388	0,001
		2	41	6,3659	0,1666	
4.	Швидкість виконання професійних завдань	1	62	7,8548	0,1298	0,001
		2	41	6,6098	0,1204	
5.	Гнучкість мислення	1	62	7,6290	0,1477	0,001
		2	41	6,3171	0,1280	
6.	Здатність аналізувати великий обсяг професійної інформації	1	62	7,7903	0,1324	0,001
		2	41	6,2927	0,1271	
7.	Розвинена інтуїція у прийнятті рішень	1	62	7,2097	0,1363	0,001
		2	41	6,2683	0,1601	
8.	Високі показники інтелектуальних здібностей	1	62	8,0968	0,1538	0,001
		2	41	6,3171	0,1862	
9.	Здатність тривалий час зосереджуватися на виконанні професійних обов'язків	1	62	7,8548	0,1318	0,001
		2	41	6,4146	0,1481	
10.	Здатність швидко переключати увагу з однієї діяльності на іншу	1	62	7,8226	0,1271	0,001
		2	41	6,6585	0,1546	
11.	Здатність швидко запам'ятовувати і утримувати необхідну інформацію для вирішення поставлених завдань керівництвом	1	62	7,6452	0,1362	0,001
		2	41	6,2927	0,1407	
12.	Здатність ефективно приймати альтернативні рішення за умов дефіциту часу	1	62	7,7581	0,1571	0,001
		2	41	6,3659	0,1772	
13.	Швидкість і точність виконання професійних завдань щодо знання нормативно-правових актів у державній службі	1	62	7,9194	0,1385	0,001

на 30,2% порівняно із групою 2. Різниця між показниками у двох групах із середнім рівнем емоційної стійкості також є вищою на 16,7% у державних службовців групи 1. А відсоток емоційно не стійких державних службовців є вищим у групі 2 на 46,9%. З отриманих даних можна зробити висновок, що показники емоційної стійкості державних службовців впливають на успішність їхньої професійної діяльності та виконання професійних обов'язків на державній службі.

Нами також були враховані показники мотивації досягнення успіху. Ми застосували методикою «Прагнення до ризику і мотивації досягнення» Т. Елерса. Результати дослідження представлені на рис. 3.

Високі показники мотивації досягнення мети і успіху за методикою Т. Елерса «Прагнення до ризику і мотивації досягнення» також є вищими у групі 1 на 48,2% порівняно із результатами групи 2. А середні показники мотивації досягнення мети і успіху є вищими у респондентів групи 2 на 38,7% порівняно із результатами у групі 1.

Врахування у емпіричному дослідженні індивідуально-психологічних характеристик інтернального й екстернального локусу контролю дозволило виявити, що у державних службовців із високим рівнем успішності інтернальний локус контролю є вищим на 44,8% у порівнянні із результатами державних службовців групи 2 (див. рис. 4).

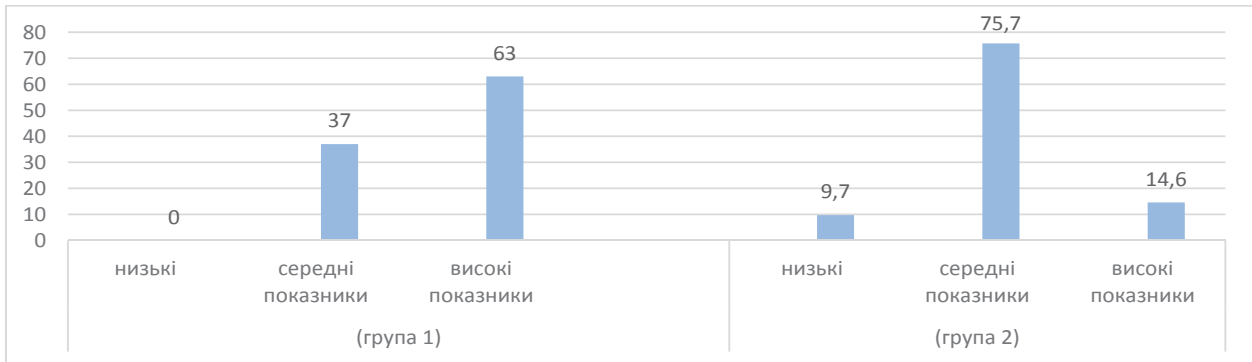


Рис. 3. Мотивація досягнення успіху у двох групах державних службовців за методикою «Прагнення до ризику і мотивації досягнення» Т. Елерса

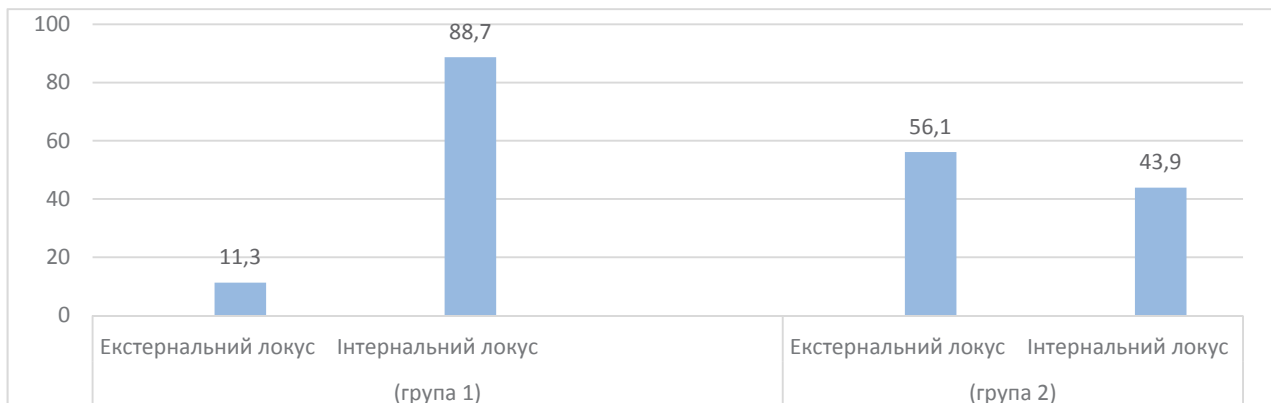


Рис. 4. Локус контролю державних службовців за методикою «ЛК» О.Г. Ксенофонтової

«Прагнення до ризику і мотивації досягнення» також є вищими у групі 1 на 48,2% порівняно із результатами групи 2. А середні показники мотивації досягнення мети і успіху є вищими у респондентів групи 2 на 38,7% порівняно із результатами у групі 1.

Врахування у емпіричному дослідженні індивідуально-психологічних характеристик інтернального й екстернального локусу контролю дозволило виявити, що у державних службовців із високим рівнем успішності інтернальний локус контролю є вищим на 44,8% у порівнянні із результатами державних службовців групи 2 (див. рис. 4).

З даних, представлених на рис. 2, 3, 4, можна зробити висновок, що за всіма представленими методиками результати у двох групах суттєво відрізняються. Так, за методикою EPQ Г.Ю. Айзенка показники у державних службовців, які є емоційно стійкими, у групі 1 є вищими на 30,2% порівняно із державними службовцями групи 2. Високі показники мотивації досягнення мети й успіху за методикою Т. Елерса «Прагнення до ризику і мотивації досягнення» також є вищими у групі 1 на 48,2% порівняно із результатами групи 2. Дослі-

дження, спрямоване на вивчення зовнішнього і внутрішнього локусу контролю за методикою О.Г. Ксенофонтової, також дозволило констатувати той факт, що серед державних службовців з високим рівнем успішності професійної підготовки та стажем роботи на державній службі більше 3-х років відсоток інтернальних респондентів є вищим на 44,8% порівняно із групою 2. Показники загального рівня емоційного інтелекту за методикою «Емоційний інтелект EQ Н. Холла» у державних службовців групи 1 також є вищими на 37% порівняно із групою 2.

Проведений кореляційний аналіз К. Пірсона дозволив встановити кореляційні зв'язки між інтернальністю і здатністю аналізувати великий обсяг інформації (0,355**) на рівні значущості (sig=0,001); між інтернальністю і високими показниками інтелектуальних здібностей (0,284**) на рівні значущості (sig=0,001).

Проведений дисперсійний аналіз дозволив також проаналізувати суттєві відмінності показників: успішності виконання професійних завдань; емоційної стійкості за експертними оцінками; здатності аналізувати великий обсяг інформації за



Таблиця 2

Дисперсійний аналіз по групах державних службовців з різним професійним стажем

Досліджувані параметри		Сума квадратів	Середній квадрат	F	sig
1. Емоційний інтелект	Між групами	28,423	28,423	1032,467	,001
	Всередині груп	2,780	,028	-	-
	Всього	31,204	-	-	-
	Всього	369,922	-	-	-
2. Здатність аналізувати великий обсяг професійної інформації	Між групами	55,355	55,355	60,270	,001
	Всередині груп	92,762	,918	-	-
	Всього	148,117	-	-	-
	Всього	369,922	-	-	-
3. Інтелектуальні здібності	Між групами	78,169	78,169	53,966	,001
	Всередині груп	146,297	1,448	-	-
	Всього	224,466	-	-	-
	Всього	369,922	-	-	-
4. Емоційна стійкість за методикою EPQ Г.Ю. Айзенка	Між групами	633,704	633,704	26,001	,001
	Всередині груп	2461,558	24,372	-	-
	Всього	3095,262	-	-	-
	Всього	369,922	-	-	-
5. Інтернальність за методикою О.Г. Ксенофонтової	Між групами	1224,025	1224,025	26,754	,001
	Всередині груп	4620,887	45,751	-	-
	Всього	5844,913	-	-	-
	Всього	369,922	-	-	-

експертними оцінками; інтелектуальних здібностей за експертними оцінками; поле-залежності-поленезалежності за методи-кою «Приховані фігури»; емоційної стійкості за методикою EPQ Г.Ю. Айзенка; інтер-нальності-екстернальності за методикою О.Г. Ксенофонтової у двох групах держав-них службовців. Так, результати дисперсій-ного аналізу показали, що існують відмін-ності в двох групах державних службовців. Нами був застосований критерій однорід-ності дисперсій Лівиня. Отримані резуль-тати представлені в табл. 2.

З даних, представлених у табл. 2, видно, що існують суттєві відмінності між гру-пами і всередині груп за всіма досліджу-ваними параметрами на рівні значущості (sig=0,001). Тобто можна говорити, що у двох групах спостерігаються відмінності сформованості професійно-важливих яко-стей державних службовців.

Також нами був проведений кореляцій-ний аналіз К. Пірсона на виявлення взає-мозв'язків між методикою Т. Елерса «Праг-нення до ризику і мотивації досягнення»; методикою на визначення емоційної стійко-сті EPQ Г.Ю. Айзенка і показників емоційної стійкості державних службовців за методом експертної оцінки. Проведений кореляцій-ний аналіз К. Пірсона дозволив встановити обернені кореляційні зв'язки між успішні-стю виконання професійних завдань дер-жавними службовцями і емоційною нестій-кістю (нейротизмом) за Айзенком (-0,488**) на рівні значущості (sig=0,001); між показ-никами емоційної стійкості за експерт-ними оцінками й емоційною нестійкістю

(нейротизмом) за Айзенком (-0,566**) на рівні значущості (sig=0,001). І прями коре-ляційні зв'язки між емоційною стійкістю за експертними оцінками й інтернальністю (0,413**) на рівні значущості (sig=0,001).

Успішність виконання професійних завдань у групі 1 корелює на рівні значу-щості (sig=0,001) із такими якостями дер-жавних службовців, як: емоційна стійкість (0,477**); точність виконання професійних завдань (0,558**); швидкість виконання професійних завдань (0,513**); гнучкість мислення (0,478**); здатність аналізувати великий обсяг інформації (0,555**); високі показники інтелектуальних здібностей (0,530**); здатність швидко переключати увагу з одного об'єкта на інший (0,447**); здатність швидко запам'ятовувати й утри-мувати необхідну інформацію для вирі-шення поставлених завдань (0,506**); практичне мислення (0,438**); здат-ність ефективно приймати альтернативні рішення за умов дефіциту часу (0,448**); швидкість і точність виконання професій-них завдань (0,452**).

Також нами було визначено, що схиль-ність до ризику має обернені кореляційні зв'язки із емоційною стійкістю (-0,258**) на рівні значущості (sig=0,001); точність виконання професійних завдань (-0,234**) на рівні значущості (sig=0,005); швидкість виконання професійних завдань (-0,188**) на рівні значущості (sig=0,022); гнучкість мислення (-,0215**) на рівні значущості (sig=0,009); здатність аналізувати вели-кий обсяг інформації (-0,337**) на рівні значущості (sig=0,001); високі показники

інтелектуальних здібностей (-0,351**) на рівні значущості (sig=0,001); здатність тривалий час зосереджуватися на об'єкті діяльності (-0,344**) на рівні значущості (sig=0,001); здатність швидко переключати увагу з одного об'єкта на інший (-0,274**) на рівні значущості (sig=0,001); здатність швидко запам'ятовувати й утримувати необхідну інформацію для вирішення поставлених завдань (-0,185*) на рівні значущості (sig=0,025); практичне мислення (-0,214**) на рівні значущості (sig=0,009) здатність ефективно приймати альтернативні рішення за умов дефіциту часу (-0,252**) на рівні значущості (sig=0,002); швидкість і точність виконання професійних завдань (-0,189*) на рівні значущості (sig=0,022).

Отже, з наведених даних видно, що показник схильності до ризику має обернений кореляційний зв'язок зі всіма виділеними нами професійно важливими якостями державних службовців у двох групах. Також кореляційний аналіз дозволив нам зробити висновок, що емоційна стійкість, сформованість професійно важливих якостей, показники інтернальності та емоційного інтелекту суттєво відрізняються у групі 1 та 2 державних службовців.

Висновки

Аналіз результатів емпіричного дослідження дозволив зробити висновки, що середні значення всіх досліджуваних нами параметрів є вищими у державних служ-

бовців групи 1 порівняно із показниками державних службовців групи 2. Отже, за допомогою проведеного кореляційного і дисперсійного аналізу встановлено, що емоційна стійкість, сформованість професійно важливих якостей, показники інтернальності і емоційного інтелекту суттєво відрізняються у державних службовців із високим рівнем виконання професійних завдань і стажем роботи від 3-х років порівняно із групою 2.

Проведений дисперсійний аналіз дозволив також проаналізувати суттєві відмінності показників: успішності виконання професійних завдань державними службовцями, показники емоційної стійкості за методикою EPQ Г.Ю. Айзенка; показники інтернальності-екстернальності за методикою О.Г. Ксенофонтової, емоційного інтелекту за методикою «Емоційний інтелект EQ Н. Холла» у двох групах. Так, результати дисперсійного аналізу показали, що існують відмінності професійно важливих якостей у двох групах з різним рівнем успішності професійної підготовки. Також нами було визначено, що існують суттєві відмінності між групами і всередині груп за всіма досліджуваними параметрами на рівні значущості (sig=0,001). Тобто можна говорити, що у двох групах спостерігаються відмінності успішності професійної підготовки, сформованості професійно-важливих якостей, індивідуально-психологічних характеристик державних службовців.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Болюбаш Н.М. Формування професійної компетентності державних службовців у вищих навчальних закладах. *Наукові праці. Державне управління*. 2012. Вип. 182. Том 194. С. 31–35.
2. Ващенко К.О. Професійна підготовка державних службовців: теорія, методологія, практика : монографія. Івано-Франківськ : Місто НВ, 2017. 416 с.
3. Елина И.Е. Компетентность как интегральная характеристика профессиональной деятельности государственных служащих : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.13. Москва, 2009. 201 с.
4. Закон України «Про державну службу» від 18.04.2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/889-19> (дата звернення: 08.06.2020).
5. Комунікативна компетентність державних службовців як елемент модернізації системи державної служби. Івано-Франківський центр науки, інновацій та інформатизації. Івано-Франківськ, 2012. 154 с.
6. Личностно-профессиональное развитие государственных служащих как объект психолого-акмеологического мониторинга / под общ. ред. А.А. Деркача. Москва : РАГС, 2004. 232 с.
7. Нинюк І.І. Професіоналізм державних службовців: сутність, стан та особливості формування : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з держ. упр. : 25.00.03. Київ, 2005. 20 с.
8. Arthur M. Whitehill "Japanese Management: Tradition and transition": Routledge, London, 2001. 240 p.

REFERENCES:

1. Boliubash N.M. (2012) Formuvannya profesiinoi kompetentnosti derzhavnykh sluzhbovtiv u vyshchyykh navchalnykh zakladakh [Formation of professional competence of civil servants in higher educational institutions]. *Naukovi pratsi – Derzhavne upravlinnia*, Vyp. 182, Tom 194, 31–35 [in Ukrainian].
2. Vashchenko K.O. (2017) *Profesiina pidhotovka derzhavnykh sluzhbovtiv: teoriia, metodolohiia, praktyka: monohrafiia* [Professional training of civil servants: theory, methodology, practice: monograph]. Ivano-Frankivsk: Misto NV [in Ukrainian].
3. Elina I.E. (2009) *Kompetentnost' kak integral'naja harakteristika professional'noj dejatel'nosti gosudarstvennykh sluzhashchih* [Competence as an integral characteristic of professional activity of civil servants]. Dis. ... kandidata psihol. nauk : 19.00.13. Moscow [in Russian].



4. Zakon Ukrainy "Pro derzhavnu sluzhbu" [Law of Ukraine "On Civil Service"] vid 18.04.2020. Rezhym dostupu: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/889-19> [in Ukrainian].

5. *Komunikatyvna kompetentnist derzhavnykh sluzhbovtziv yak element modernizatsii systemy derzhavnoi sluzhby (2012) [Communicative competence of civil servants as an element of modernization of the civil service system]*. Ivano-Frankivsk [in Ukrainian].

6. *Lichnostno-professional'noe razvitie gosudarstvennykh sluzhashhih kak ob#ekt psihologo-akmeologicheskogo monitoringa [Personal and professional development of civil servants as an object of psychological and acmeological monitoring]*. Pod obshh. red. A. A. Derkacha (2004), M.: RAGS [in Russian].

7. Nyniuk I. I. (2005) *Profesionalizm derzhavnykh sluzhbovtziv: sutnist, stan ta osoblyvosti formuvannia [Professionalism of civil servants: essence, condition and features of formation]*. Avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z derzh. upr. : 25.00.03. Kyiv [in Ukrainian].

8. Whitehill A. M. (2001) *Japanese Management: Tradition and transition*. Routledge: London [in English].

Стаття надійшла до редакції 15.06.2020.

The article was received 15 June 2020

СЕКЦІЯ 6. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.96:17.036.2

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-23>**ОСОБЛИВОСТІ СХИЛЬНОСТІ ДО СУЇЦИДУ
У МОЛОДІ З РІЗНИМ ПРОЯВОМ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ****Пузь Ірина Володимирівна,**
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології*Донецький національний університет імені Василя Стуса*

irina222@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-3697-1637>**Мороз Анастасія Петрівна,**
магістрант спеціальності 053 «Психологія»*Донецький національний університет імені Василя Стуса*

n290497@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-4575-7130>

Мета статті полягала в емпіричному дослідженні особливостей схильності до суїциду у молоді з різним проявом перфекціонізму.

Методи. У роботі були застосовані загальнонаукові теоретичні методи; емпіричні; статистичні (метод описової та математичної статистики). Психодіагностичний інструментарій: короткий діагностичний тест перфекціонізму О. Золотарьової; методика визначення схильності до суїцидальної поведінки М. Горської; методика виявлення схильності до суїцидальних реакцій (СР-45) П. Юнацкевич; опитувальник суїцидального ризику в модифікації Т. Разуваєвої та методика визначення суїцидальної спрямованості.

Результати. У статті висвітлено поняття «суїцид» та схильності до цього феномена. Відзначено, що проблема самогубств є однією із найгостріших соціальних проблем сучасності, яка має тенденцію до поширення у молодіжному середовищі. Проаналізовано чинники, що спонукають особистість до скоєння самогубства. Встановлено, що схильність до самогубства залежить від особливостей соціальної ситуації розвитку особистості, певних індивідуально-психологічних особливостей. Розглянуто феномен перфекціонізму як один із чинників схильності особистості до суїциду. Проаналізовано особливості прояву нормального та патологічного перфекціонізму. У ході дослідження було встановлено, що досліджувані з патологічним проявом перфекціонізму порівняно з досліджуваними з нормальним проявом перфекціонізму є більш схильними до прояву депресій, афективних станів, мають високий рівень тривожності, фрустрації, ригідності. Більшість з них не здатні будувати плани на майбутнє, фіксуються лише на невдачах, у них спостерігається злам культурних бар'єрів, максималізм, що стає підґрунтям до появи високого рівня схильності до суїциду. Досліджувані з нормальним проявом перфекціонізму менше піддаються депресіям, невротизації, відзначаються середніми та низькими показниками тривожності, низьким рівнем фрустрації та ригідності. Вони мають виражений антисуїцидальний фактор.

Висновки. На основі отриманих результатів встановлено, що прояв патологічного перфекціонізму є одним із чинників, що зумовлює схильність до суїциду в молодому віці.

Ключові слова: суїцид, схильність до суїциду, перфекціонізм, нормальний перфекціонізм, патологічний перфекціонізм, молодь.

**FEATURES OF SUICIDAL TENDENCIES IN YOUNG PEOPLE
WITH VARIOUS MANIFESTATIONS OF PERFECTIONISM****Puz Iryna Volodymirivna,**PhD in Psychology, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology*Vasyl' Stus Donetsk National University*

irina222@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-3697-1637>



Moroz Anastasiia Petrivna,
 Master Degree of Specialty "Psychology"
Vasyl' Stus Donetsk National University
 n290497@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-4575-7130>

The purpose of the article was to empirically study the characteristics of suicidal tendencies in young people with various manifestations of perfectionism.

Methods. The paper uses general scientific theoretical methods; empirical methods; statistical methods (descriptive and mathematical statistics). As a psychodiagnostic tool, we used a short diagnostic test of perfectionism by A. Zolotareva; a method for determining the propensity to suicidal behavior by M. Gorskaya; a method for detecting the propensity to suicidal reactions (SR-45) P. Yunatskevich; a questionnaire of suicidal risk in the modified by T. Razuvaeva and method for determining suicidal orientation.

Results. The article highlights the concept of suicide and propensity to this phenomenon. It is noted that the problem of suicide is one of the most acute social problems of our time, which is widespread among young people. The factors that encourage a person to commit suicide are analyzed. It is established that the propensity to suicide depends from the characteristics of the social situation of personal development, certain individual psychological characteristics. The paper considers the phenomenon of perfectionism as one of the factors of a person's propensity to suicide. The features of normal and pathological perfectionism are analyzed. The study found that subjects with pathological perfectionism in comparison with subjects with normal perfectionism are more likely to manifest depression, affective states, have a high level of anxiety, frustration, and rigidity. Most of them are not able to make plans for the future, they fixate only on failures, they have a break in cultural barriers, maximalism, which becomes the basis for a high level of suicidal tendencies. Subjects with a normal manifestation of perfectionism are less likely to be depressed, neurotic, have average and low levels of anxiety, low levels of frustration and rigidity. They have a pronounced antisuicidal factor.

Conclusions. Based on the results obtained, it is concluded that the manifestation of pathological perfectionism is one of the factors that causes a tendency to suicide at a young age.

Key words: *suicide, suicidal tendencies, perfectionism, normal perfectionism, pathological perfectionism, youth.*

Вступ

Аналіз сучасної ситуації, що склалась у світі, вказує на стрімкий всебічний і безперервний розвиток суспільства, його діджиталізацію, орієнтованість більшості населення на кар'єрне зростання, комфорт, технічний прогрес та матеріальний достаток. Проте, як відомо, будь-які зміни несуть за собою не лише позитивні трансформації особистості, але і збільшення вимог, які висуває перед нею соціум. Слід зазначити, що не завжди людина здатна контролювати перебіг неблагополучних, напружених ситуацій та знаходити конструктивні шляхи виходу з них. Досить часто, перебуваючи у складній життєвій ситуації, що зумовлює виникнення стресового стану, людина не знаходить кращого рішення, ніж скоєння суїциду.

Проблема самогубства є однією із найгостріших соціальних проблем сучасності. Натепер, за даними статистики, у нашій країні відзначається підвищення середньо-світових показників за кількістю самогубств, а саме 18,5 актів суїциду на 100 тисяч населення проти 10,5 у світі (Воронін, 2019).

Причини скоєння суїциду зрозуміти надзвичайно складно, адже на прийняття особистістю рішення позбавити себе життя, як правило, впливає ціла низка чинників. До них можна віднести несприятливий мікроклімат у соціальних групах, погане матері-

альне забезпечення, стиль життя, низьку резистентність до стресових впливів, індивідуально-типологічні особливості. Одним із важливих чинників, який до недавнього часу залишався поза увагою науковців, виступає перфекціонізм. Встановлено, що людина, яка має таку рису, висуває до себе високі стандарти та дуже критично оцінює результати власних досягнень. Таких осіб надзвичайно турбують навіть незначні помилки, вони прагнуть до ідеалу у всіх своїх діях. Такий феномен має яскраве вираження у період молодості, адже саме в цей час людина переходить до самостійного життя, вступає до закладу вищої освіти з метою отримання фаху або вже починає працювати, перебуває у процесі пошуку партнера для створення майбутньої сім'ї. У ситуації, коли прагнення молодих людей бути найкращими не знаходить підтвердження, значно збільшується ризик виникнення думок про втрату сенсу життя, результатом чого може стати саме скоєння суїциду. З огляду на вищевикладене, стає зрозумілим, що особливої актуальності набуває проблема дослідження схильності до суїциду у молоді з різним проявом перфекціонізму не тільки з наукової точки зору, але й з точки зору соціальної значущості, оскільки саме молодь виступає потенціалом розвитку країни.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Явище суїциду можна ототожнити із соціальною патологією, що існує від початку розвитку людства. Поняття «суїцид», як науковий термін, запровадив Томас Браун (Федосеева, 2016). У загальнопсихологічному аспекті скоєння суїциду прийнято розглядати як форму аутоагресивної поведінки. Суїцидологи М. Фарбер та Е. Шнейдман визначають самогубство як свідоме навмисне та швидке позбавлення людиною власного життя, навмисну смерть (Гизатуліна, Тараданов, 2013). Досить влучне та повне визначення дає український науковець Н. Бугайова, яка вважає суїцид складним біосоціальним феноменом та вказує, що він стається через вплив на особистість різного роду факторів: індивідуально-особистісних, соціокультурних, біогенних та техногенних (Бугайова, 2016).

Потенційний суїцидент або особистість, яка є схильною до скоєння самогубства, зазвичай формується у результаті порушення процесу соціалізації; вона має причини або вже наявні суїцидальні ознаки, що виражаються як внутрішньо (суїцидальні думки, уявлення, переживання, задуми й наміри), так і зовнішньо (суїцидальні дії, а саме спроба і вже завершений суїцид) (Мартінішин, Сова, 2016). Можна виокремити певні ознаки, що свідчать про схильність особистості до самогубства. Серед них – втрата можливості отримувати задоволення і відчувати насолоду від тих речей у житті, які раніше приносили щастя. Здебільшого потенційними суїцидентами оволодіває безнадія, вина, самоосуд і дратівливість. Таким особистостям притаманно перебільшувати розмір і глибину наявних у них проблем, унаслідок чого навіть найменші труднощі сприймаються ними як глобальні проблеми, що неможливо вирішити.

Слід зазначити, що схильність до суїциду не виникає безпідставно. Її детермінує велика кількість різних чинників. Звертаючи увагу на вік потенційних самогубців, науковці відзначають три вікові періоди, на які припадає пік суїцидальної активності (Ткач, 2016). Так, перший період включає в себе вік 15–24 років, другий – 40–60 років і останній припадає на похилий вік. Дослідниця Л. Юр'єва вважає, що схильність до суїциду найчастіше спостерігається серед молоді віком від 15 до 29 років (Осетрова, 2016).

На думку деяких дослідників, схильність до суїциду детермінується і статтю (Ткач, 2016; Каневський, 2014). За даними статистики у всьому світі кількість завершених

суїцидів чоловічої статі у 3–4 рази більша, ніж серед жінок. Серед чинників схильності до самогубства виокремлюється сімейний стан, наявність вищої освіти та навіть сексуальна орієнтація. Так, виникнення схильності до самогубства може відбуватися на тлі нещасливого сімейного життя, відсутності взаєморозуміння з партнером, зради, насильства, неможливості зачати та народити дитину, в ситуації розлучення. Іншою причиною виступає неможливість побудувати стосунки взагалі. Відповідно до сексуальної орієнтації гомосексуали виявляють більшу схильність до суїциду через утруднену адаптацію та їх неприйняття соціумом.

Освітній рівень особистості також впливає на схильність до суїциду. Так, встановлено, що високоосвічені люди розуміють неминучість буття, намагаються повною мірою самореалізуватися, а у момент, коли приходить розуміння, що далі рухатися немає куди, виникає екзистенційний вакуум – феномен, який характеризується відчуттям апатії, втрати сенсу життя, нерозумінням шляхів для подальшої самореалізації, відсутністю цілей та цінності життя (Кальницький, 2017).

Варто відзначити, що одним із найпоширеніших факторів, що активізує схильність до самогубства, є перебування у стані хронічного дистресу. У своїй більшості молоді люди перебувають у порі студентства або на стадії пошуку роботи. У цей час нервово-психічне напруження особистості виникає за рахунок проміжного контролю, можливих конфліктів із викладацьким складом або однокласниками, проживання окремо від батьків, поєднання навчання та роботи. Сюди ж відносимо переведення на іншу спеціальність, що передбачає адаптацію до нового колективу, а нерідко – до нового ЗВО, міста тощо. Чи не найважче студентам прийняти ситуацію відрахування з навчального закладу та можливий осуд цієї події з боку батьків та оточення.

Індивідуально-типологічні особливості особистості зумовлюють схильність до суїциду чи не найбільшою мірою. Останні дослідження показують, що одним із факторів, які детермінують схильність особистості до суїциду, виступає прояв перфекціонізму (Petter, 2017). За результатами досліджень, що проводились науковцями університету Західного Онтаріо, серед опитуваних, що втратили близьку людину внаслідок скоєння нею самогубства, було встановлено, що понад 56% померлих «намагалися бути досконалими під тиском близького оточення».

«Перфекціонізм», як психологічний термін, був уперше використаний у роботах



М. Холлендера, де феномен розглядався як надмірно високі стандарти особистості (Грубі, 2015). Психологи П. Х'юїтт і Г. Флетт тлумачать перфекціонізм як прагнення людини бути досконалою у всьому (Чала, 2015). Професор Н. Гаранян визначає такі параметри перфекціонізму: завищені стандарти діяльності і домагання, надмірні вимоги до людей, постійне порівняння себе з іншими, планування діяльності за принципом «все або нічого» та інше (Гаранян, 2009).

Досліджуючи феномен перфекціонізму, прийнято виокремлювати «здоровий» (нормальний) та «невротичний» (патологічний) перфекціонізм. Нормальний перфекціоніст – це така особистість, яка встановлює для себе певні високі стандарти, але при цьому не є педантичною і відрізняється адаптивністю. Невротичний перфекціоніст встановлює для себе завищені стандарти, не залишає собі можливості помилитися, у нього ніколи не буває відчуття, що щось зроблено досить добре (Проскурня, 2019).

Загальновідомо, що одним із найбільш важливих етапів розвитку особистості виступає період молодості. У цей час остаточно формується особистість, людина готується до подальшого самостійного, дорослого життя. Із часом навчання у ЗВО співпадає період молодості та ранній період дорослості (Коваленко, 2014). Соціальна ситуація розвитку у молодому віці збагачена багатьма «дорослими» можливостями: реєстрації шлюбу, створення сім'ї, несення кримінальної відповідальності тощо. Науковці (Грубі, 2016) акцентують увагу на тому, що саме молодий вік є найбільш сензитивним для закріплення як позитивних, так і невротичних перфекціоністських тенденцій.

Мета статті – емпірично дослідити особливості схильності до суїциду у молоді з різним проявом перфекціонізму.

2. Методологія та методи

За результатами теоретичного аналізу наукової літератури було встановлено, що прояв перфекціонізму детермінує схильність до суїциду. З урахуванням мети цієї статті нами було проведено емпіричне дослідження особливостей схильності до суїциду серед молоді з різним проявом перфекціонізму. Дослідження було проведено на базі навчальної лабораторії кафедри психології Донецького національного університету імені Василя Стуса. Вибірку досліджуваних становили 50 студентів спеціальності «Психологія». Середній вік учасників становив 20 ± 2 роки. На початку дослідження всіх учасників було проінфор-

мовано про мету дослідження та отримано згоду на участь у ньому.

Як психодіагностичний інструментарій було використано: короткий диференційний тест перфекціонізму О. Золотарьової; методику визначення схильності до суїцидальної поведінки М. Горської; методику виявлення схильності до суїцидальних реакцій «СР-45»; опитувальник суїцидального ризику в модифікації Т. Разуваєвої; методику визначення суїцидальної спрямованості. Отримані результати піддавалися кількісному та якісному аналізу. Для статистичної обробки даних використовувався U-критерій Манна-Уїтні.

3. Результати та дискусії

На першому етапі нашого дослідження нами було продіагностовано особливості прояву перфекціонізму. Так, за результатами короткого диференційного тесту перфекціонізму О. Золотарьової у 62,0% досліджуваних було виявлено нормальний перфекціонізм, що свідчить про наявність високих стандартів під час виконання діяльності. Характерним для таких досліджуваних є прояв відповідальності, самодисципліни; будь-яку справу вони намагаються виконати швидше, краще, якісніше. У 38,0% досліджуваних було діагностовано патологічний перфекціонізм, що виявляється у надмірно завищених до рівня (часто недосяжного) ідеалу критеріях та стандартах виконання різного роду обов'язків, міжособистісного та ділового спілкування, власної зовнішності тощо. Результати будь-якої діяльності сприймаються такими досліджуваними критично, постійно знаходяться слабкі сторони і можливості для покращення результатів. Будь-які зміни в гіршу сторону викликають у таких осіб потік негативних емоцій, а позитивні результати стають приводом для чергового підвищення вимог до себе.

На підставі таких результатів вибірку досліджуваних було поділено на дві підгрупи. До складу I підгрупи увійшов 31 досліджуваний з нормальним проявом перфекціонізму. До складу II підгрупи увійшло 19 досліджуваних з патологічним проявом перфекціонізму. Наступним етапом нашого дослідження було виявлення схильності до суїциду у досліджуваних з різним проявом перфекціонізму. Подальші результати представлено у вигляді порівняльного аналізу.

Результати за *методикою визначення схильності до суїцидальної поведінки М. Горської* свідчать про те, що схильність до суїциду більшою мірою виявляється серед досліджуваних II підгрупи: 57,9%

досліджуваних мають високий рівень, 26,3% – середній і лише 15,8% – низький. Тоді як серед студентів I підгрупи у 74,2% досліджуваних було виявлено низький рівень схильності до самогубства, у 16,1% – середній, у 3,2% – високий. Відповідно до шкал методики низький рівень тривожності прослідковується серед більшості досліджуваних I підгрупи (51,6%). Серед досліджуваних II підгрупи у 68,4% осіб відзначається високий рівень тривожності, у 5,3% – дуже високий. Особи з високими показниками схильні до стану тривоги і стресу під час будь-яких навіть незначних змін звичного для них режиму. За шкалою фрустрації низькі показники переважають серед 74,2% студентів I підгрупи, що свідчить про те, що вони досить стійкі до стресів, можуть знаходити вихід із проблемних ситуацій, мають адекватну самооцінку. Серед 73,7% студентів II підгрупи домінує високий показник рівня фрустрації, а в 5,3% досліджуваних виявлено дуже високий рівень фрустрації. Такі особи зазвичай мають занижену самооцінку, є нестійкими до стресових впливів, часто не бачать виходу з проблемної ситуації, можуть впадати в депресію. За шкалою агресії серед молоді I підгрупи відзначені всі градації вираження ознаки, проте у більшості (74,2%) переважає низький рівень. У досліджуваних II підгрупи виявлено високий рівень агресії у 42,1% осіб, середній рівень – у 31,6%. За шкалою ригідності у досліджуваних I підгрупи виявлено лише низькі та середні показники (83,9% та 16,1% відповідно), тоді як серед досліджуваних II підгрупи домінують високі показники (57,9%) та відзначено дуже високий рівень ригідності (10,5%), що свідчить про те, що таким досліджуваним важко пристосовуватися до нових умов, при цьому вони відрізняються конфліктністю, афективною захопленістю домінуючими ідеями.

Статистичний аналіз отриманих даних показав, що за шкалами тривожності ($U_{\text{емп}}=58.5$, $p<0,01$), фрустрації ($U_{\text{емп}} = 56.5$, $p<0,01$), агресії ($U_{\text{емп}}=58$, $p<0,01$), ригідності ($U_{\text{емп}}=26.5$, $p<0,01$) та схильності до суїциду ($U_{\text{емп}}=52$, $p<0,01$) спостерігаємо статистично значущі відмінності між підгрупами.

Відповідно до результатів за методикою виявлення схильності до суїцидальних реакцій «CP-45» усі досліджувані отримали низькі та середні показники за шкалою брехні. Було виявлено, що низький рівень схильності до суїциду притаманний 51,6% досліджуваних I підгрупи та 15,8% досліджуваних II підгрупи. Рівень, нижче середнього, мають 35,5% досліджуваних I під-

групи та 15,8% II підгрупи. Середній рівень виявився у 9,7% досліджуваних I підгрупи та у 21,0% респондентів II підгрупи відповідно. Рівень, вище середнього, домінує у 3,2% учасників I підгрупи і у 10,5% учасників II підгрупи. Високий рівень схильності до суїциду діагностовано лише в 36,8% досліджуваних II підгрупи. Статистичний аналіз показав, що особи з нормальним перфекціонізмом (I підгрупа) мають менший прояв схильності до суїциду, ніж особи з патологічним перфекціонізмом (II підгрупа) ($U_{\text{емп}}=132$, $p<0,01$).

Для підтвердження достовірності отриманих результатів нами було також використано опитувальник суїцидального ризику в модифікації Т. Разуваєвої. Отримані результати було розподілено за 9 шкалами. Зауважимо, що в одного досліджуваного можуть бути виражені декілька показників. Так, за шкалою демонстративності високі результати притаманні 3,2% респондентів I підгрупи та 21,1% досліджуваних II підгрупи. У таких осіб домінує бажання привернути увагу оточуючих до своїх нещастя, домогтися співчуття і розуміння. За шкалою афективності високі показники отримали 38,8% осіб із I підгрупи і 52,6% осіб із II підгрупи. Таких людей характеризує домінування емоцій над інтелектуальним контролем в оцінці ситуації. Високі показники за шкалою унікальності домінують у 47,4% досліджуваних з II підгрупи і в 6,5% досліджуваних з I підгрупи. Люди такого типу сприймають себе, ситуацію, і, можливо, власне життя загалом як явище виняткове, не схоже на інші, отже, це передбачає виняткові варіанти виходу, зокрема, суїцид. Показники шкали неспроможності виявилися провідними у 9,7% осіб I підгрупи і 5,3% осіб II. Такі люди вбачають у всьому свою неспроможність, некомпетентність, непотрібність. Домінування соціального песимізму виявлено у 48,4% осіб I підгрупи і 63,2% осіб II підгрупи. Вони сприймають світ як ворожий, що не відповідає уявленням про нормальні або задовільні стосунки з оточуючими. Злам культурних бар'єрів прослідковується лише у досліджуваних II підгрупи, а саме у 57,9%. У таких людей панує культ самогубства. Вони постійно шукають культурних цінностей і нормативів, що виправдовують суїцидальну поведінку або навіть роблять її якоюсь мірою привабливою. Високі показники за шкалою максималізму також відзначилися лише у 42,1% респондентів з II підгрупи. Вони афективно фіксуються на невдачах, крім того, будь-які конфлікти або проблеми переносять на всі сфери життєдіяльності. Домінування часової перспек-



тиви спостерігається у 6,5% осіб I підгрупи і у 42,1% осіб II підгрупи. Такі досліджувані не завжди можуть конструктивно планувати майбутнє, що може бути наслідком сильної заглибленості у справжню ситуацію, трансформацією почуття нерозв'язності поточної проблеми у глобальний страх невдач і поразок у майбутньому. Антисуїцидальний фактор, який знімає глобальний суїцидальний ризик, – це глибоке розуміння почуття відповідальності за близьких, почуття обов'язку, уявлення про гріховність самогубства, боязнь болю і фізичних страждань, визначено у 58,1% осіб I підгрупи і 36,8% досліджуваних II підгрупи

Статистичний аналіз показав такі результати. За фактором афективності ($U_{\text{емп}} = 58$, $p < 0,05$) і соціального песимізму ($U_{\text{емп}} = 87,5$, $p < 0,05$) не спостерігається значних відмінностей між досліджуваними підгрупами. За фактором унікальності ($U_{\text{емп}} = 1$, $p < 0,01$) бачимо, що різниця між підгрупами суттєва. За фактором часової перспективи ($U_{\text{емп}} = 0$, $p < 0,01$) та антисуїцидальним фактором ($U_{\text{емп}} = 39$, $p < 0,01$) виявлено достовірні відмінності між підгрупами. Фактори демонстративності, неспроможності, злему культурних бар'єрів та максималізму до розрахунків не взяті, адже серед них недостатня кількість вираження у осіб однієї з підгруп.

За методикою визначення суїцидальної спрямованості всі досліджувані увійшли до категорії високої та середньої ширості відповідей. Аналіз результатів показав, що за шкалою депресивності 61,3% досліджуваних I підгрупи отримали низькі результати і лише 12,9% високі. На противагу їм у 47,4% досліджуваних II підгрупи було діагностовано високу схильність до депресії і лише у 21,1% – низьку. Високі показники свідчать про домінування негативних емоцій і депресивних станів стосовно себе, своєї діяльності та оточення. За шкалою невротизації маємо схожі результати: у 51,6% осіб I підгрупи відзначається низький рівень показника, а у 19,4% – високий. У студентів II підгрупи, навпаки, низькі показники лише у 10,5% осіб, а високі у 63,2%. За шкалою товариськості бачимо, що у 67,7% досліджуваних I підгрупи вияв-

лено високий рівень товариськості. Більшість студентів II підгрупи більшою мірою виявляють середній рівень товариськості.

Статистичний аналіз показав, що за шкалою депресивності ($U_{\text{емп}} = 81,5$, $p < 0,01$), невротизації ($U_{\text{емп}} = 106,5$, $p < 0,01$) і товариськості ($U_{\text{емп}} = 144$, $p < 0,01$) спостерігаються статистично значущі відмінності серед підгруп досліджуваних.

Висновки

На підставі теоретичного та емпіричного дослідження ми дійшли таких висновків. Суїцид визначається як усвідомлений і самостійний акт позбавлення себе життя, під час якого людина діє навмисно, цілеспрямовано і свідомо. Схильна до суїциду особистість має наявні суїцидальні ознаки, що виражаються в суїцидальних думках, уявленнях, переживаннях, задумах, намірах, діях. Встановлено, що одним із чинників, що зумовлює прийняття особистістю рішення про скоєння суїциду, виступає прояв перфекціонізму, що виявляється у прагненні людини бути досконалою у всьому. Слід зазначити, що прояв перфекціонізму може бути нормальним та патологічним. У ході емпіричного дослідження нами було встановлено, що більшість досліджуваних з нормальним проявом перфекціонізму менше піддаються депресіям, невротизації, мають середні або низькі показники тривожності, фрустрації та ригідності. Вони мають виражений антисуїцидальний фактор. Натомість у більшості досліджуваних з патологічним проявом перфекціонізму відзначається схильність до депресій, прояву афектів, розвитку неврозів. У них спостерігається злам культурних бар'єрів, максималізм, афективність, ригідність, фрустрованість, що стає підґрунтям для появи високої схильності до суїциду. Антисуїцидальний фактор не має яскравого вираження.

Перспективою подальших досліджень є розробка та впровадження соціально-психологічного тренінгу, метою якого стане формування особистісних ресурсів, завдяки чому стане можливим зниження схильності молоді до суїциду, а також попередження розвитку прояву патологічного перфекціонізму.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бугайова Н.М. Особливості розвитку суїцидальної поведінки у періоди вікових криз. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ; Ніжин : ПП Лисенко, 2016. Т. IX. № 8. С. 83–95.
2. Воронін М. Україна – в числі «лідерів» за рівнем самогубств. BBC Україна – вебсайт Української служби Британської телерадіомовної корпорації. Київ, 2019. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/news-russian-49636380> (дата звернення: 02.06.2020).
3. Видра О.Г. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 112 с.
4. Гаранян Н.Г. Психологические модели перфекционизма. *Вопросы психологии*. 2009. № 5. С. 74–83.

5. Гизатулина А.А., Тараданов А.А. Суицид в структуре самоубийства (категорійно-мотиваційна структура самоубийства). *Вестник Челябинского государственного университета*. 2013. № 13 (304). С. 25–32.
6. Грубі Т.В. Генезис перфекціонізму. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 33. С. 128–138.
7. Грубі Т.В. Сучасні моделі перфекціонізму. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 1, Вип. 43. С. 8–15.
8. Кальницький Е.А. Екзистенціальний вакуум і кризис ідентичності. *Вісник Національного університету «Юридична академія України імені Ярослава Мудрого»*. Політологія. Харків, 2017. № 2. С. 163–171.
9. Каневський В.І. Суїцидологія в соціальній роботі : навчальний посібник. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 348 с.
10. Коваленко М.В. Дослідження вікових особливостей феномена перфекціонізму у студентів ВНЗ. *Вісник морфології*. 2014. № 2. С. 435–439.
11. Мартінішин В.В., Сова М.О. Профілактика суїцидальної поведінки в умовах відбування покарання серед засуджених. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2016. № 4. С. 173–178.
12. Осетрова О.О. Суїцидологія : навчальний посібник. Дніпро : ДНУ ім. Олеся Гончара, 2016. 160 с.
13. Проскурня А.С. Типологічні особливості перфекціонізму як детермінанти виникнення афективних розладів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.04. Київ, 2019. 210 с.
14. Ткач Б.М. Нейропсихологічні механізми суїцидальної поведінки. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за наук. ред.: С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2016. Вип. 32. С. 489–501.*
15. Федосєєва І.В. Вікові особливості суїцидальної поведінки підлітків. *Молодий вчений*. Херсон, 2016. № 9.1. С. 161–165.
16. Чала О.А. Перфекціонізм як детермінанта деструктивної конфліктності юнацтва. *Вісник психології і педагогіки*. 2015. Вип. 15. DOI: http://www.psych.kiev.ua/Вісник_психології_і_педагогіки. Збірник наук. праць. Випуск 15 (дата звернення: 02.06.2020).
17. Petter O. Perfectionism And Suicide Are Linked, Finds New Study. *Independent : electronic journal*. 2017. URL: <https://www.independent.co.uk/life-style/perfectionism-suicide-link-study-bodykill-adolescents-western-ontario-mental-health-a7868581.html> (дата звернення: 02.06.2020).

REFERENCES:

1. Buhaiova, N.M. (2016). Osoblyvosti rozvytku suitsydalnoi povedinky u periody vikovykh kryz [Features of suicidal behavior during periods of age crises]. *Aktualni problemy psykhologii : zb. nauk. prats Instytutu psykhologii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy – Current problems of psychology: sb. scientific works of Institute of psychology of G.S. Kostiuk of NAPN of Ukraine*. Kyiv; Nizhyn: Lysenko 8, 83–95 [in Ukrainian].
2. Voronin M. (2019). Ukraina – v chysli “lideriv” za rivnem samohubstv [Ukraine – among “leaders” in the level of suicides]. *BBC Ukraina – veb-sait Ukrainskoi sluzhby Brytanskoi telebroadomovnoi korporatsii – BBC Ukraine is the website of the Ukrainian service of British telebroadcasting Corporation*. Kyiv. Retrieved from: <https://www.bbc.com/ukrainian/news-russian-49636380> [in Ukrainian].
3. Vydra, O.H. (2001). Vikova ta pedahohichna psykhologhiia [Age and pedagogical psychology]. Kyiv: Center of educational literature [in Ukrainian].
4. Garanyan, N.G. (2009). Psihologicheskie modeli perfekcionizma [Psychological models of perfectionism]. *Voprosy psikhologii – Psychology issues*, 5, 74–83 [in Russian].
5. Gizatulina, A.A., Taradanov, A.A. (2013). Suicid v strukture samoubijstva (kategorijno-motivacionnaya struktura samoubijstva) [Suicide in the structure of suicide (category-motivational structure of suicide)]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta – Journal of Chelyabinsk State University*, 13, 25–32 [in Russian].
6. Hrubı, T.V. (2016). Henezys perfektsionizmu [Genesis of perfectionism]. *Problemy suchasnoi psykhologii – Problems of modern psychology*, 33, 128–138 [in Ukrainian].
7. Hrubı, T.V. (2015). Suchasni modeli perfektsionizmu [Modern models of perfectionism]. *Aktualni problemy psykhologii – Current problems of psychology*, 43, 8–15 [in Ukrainian].
8. Kalnytskyi, E.A. (2017). E'kzistencial'nyj vakuum i krizis identichnosti [Existential vacuum and identity crisis]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu “Iurydychna akademiia Ukrainy imeni Yaroslava Mudroho”. Politologhiia – Bulletin of the National university “Legal Academy of Ukraine of Yaroslav the Wise”. Political science*, 2, 163–171 [in Ukrainian].
9. Kanevskyi, V.I. (2014). Suitsydologhiia v sotsialnii roboti [Suicidology in social work]. Mykolaiv: ChDU im. Petra Mohyly [in Ukrainian].
10. Kovalenko, M.V. (2014). Doslidzhennia vikovykh osoblyvostei fenomenu perfektsionizmu u studentiv VNZ [Researches of age features of a phenomenon of perfectionism at students of higher education institutions]. *Visnyk morfologii – Messenger of morphology*, 2, 435–439 [in Ukrainian].
11. Martynishyn, V.V., Sova, M.O. (2016). Profilaktyka suitsydalnoi povedinky v umovakh vidbuvannia pokarannia sered zasudzhennykh [Prevention of suicide behavior in the conditions of serving sentence among convicts]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Psykhologichni nauky – Scientific bulletin of the Kherson State University. Psychological sciences*, 4, 173–178 [in Ukrainian].
12. Osetrova, O.O. (2016). Suitsydologhiia [Suicidology]. Dnipro: DNU im. Olesia Honchara. 160 [in Ukrainian].



13. Proskurnia, A.S. (2019). Typolohichni osoblyvosti perfektsionizmu yak determinanty vynyknennia afektyvnykh rozladiv [Typological features of perfectionism as determinants of developing of affective disorders]. Kyiv. 210 [in Ukrainian].
14. Tkach, B.M. (2016). Neiropsykholohichni mekhanizmy suitsydalnoi povedinky [Neuropsychological mechanisms of suicide behavior]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology. Kamianets-Podilskyi: Aksioma*, 32, 489–501 [in Ukrainian].
15. Fedosieieva, I.V. (2016). Vikovi osoblyvosti suitsydalnoi povedinky pidlitkiv [Age features of suicide behavior of teenagers]. *Molodyi vchenyi – Young scientist*, 9.1, 161–165 [in Ukrainian].
16. Chala, O.A. (2015). Perfektsionizm yak determinanta destruktyvnoi konfliktnosti yunatstva [Perfectionism as determinant of destructive conflictness of youth]. *Visnyk psykholohii i pedahohiky – Messenger of psychology and pedagogics*, Kyiv, 15. Retrieved from: https://www.psyh.kiev.ua/Чала_О.А._Перфекціонізм_як_детермінанта_деструктивної_конфліктності_юнацтва [in Ukrainian].
17. Petter, O. (2017). Perfectionism And Suicide Are Linked, Finds New Study. Independent : electronic journal. Retrieved from: <https://www.independent.co.uk/life-style/perfectionism-suicide-link-study-bodykill-adolescents-western-ontario-mental-health-a7868581.html> [in English].

Стаття надійшла до редакції 16.06.2020.
The article was received 16 June 2020.

УДК 159.97:616.89-08.44:615.851
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-24>

РОЛЬ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З КОМОРБІДНОЮ ТРИВОЖНІСТЮ В КЛІНІЦІ ЕНДОГЕННИХ ПСИХІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Ряховська Тетяна Леонідівна,
аспірант кафедри клінічної психології

Київський інститут сучасної психології та психотерапії

TLRyakhovska@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7280-5129>

У статті розглянуто сучасні знання щодо коморбідності тривоги у разі шизофренії, її епідеміології, етіології та стратегії управління коморбідною тривожністю за допомогою впровадження психотерапевтичних інтервенцій методами когнітивно-поведінкової терапії (КПТ).

Метою цієї роботи є системний огляд досліджень, що наявні в цій сфері, щоб узагальнити те, що відомо, і вивести напрями для подальших досліджень, що може сприяти розв'язанню проблеми реалізації КПТ тривожних станів у клініці ендогенних психічних захворювань.

Методи дослідження представлені порівнянням і співвіднесенням наявних історичних і сучасних даних, присвячених проблемі взаємодії ендогенних психозів, психогенних психічних розладів та аналізу сучасних терапевтичних заходів щодо їх лікування, що й стало теоретико-методологічною основою дослідження.

Результати. З'ясовано, що тривога дуже поширена серед хворих на шизофренію і може впливати на клінічну картину та прогноз основного захворювання на різних його стадіях.

Підкреслено, що складнощі ідентифікації симптомів тривоги, недостатня увага до їх діагностики та лікування веде до ускладнення основного захворювання, зниження рівня якості життя та подальшої інвалідизації хворих на шизофренію.

Результати контрольованих випробувань демонструють, що ефективність когнітивно-поведінкової терапії перевершує інші психотерапевтичні методи лікування тривоги. Аналізуючи дані досліджень з ефективності когнітивно-поведінкової терапії тривожних станів у хворих на шизофренію, очевидним є доцільність впровадження структурованих короткострокових терапевтичних програм.

Висновки. Здійснений аналіз дає змогу дійти висновку, що актуальним виявляється розв'язання питання про доцільність проведення комплексної оцінки тривожних станів та психотерапевтичних заходів щодо їх лікування у хворих шизофренічного спектра.

Серед питань, що потребують подальшого наповнення, – структуризація та персоналізація психотерапевтичних програм, робота з окремими видами продуктивної та негативної симптоматики, застосування заснованої на усвідомленості когнітивної терапії, впровадження короткотермінових протоколів.

Ключові слова: когнітивно-поведінкова терапія, тривога, тривожні стани, шизофренія, ендогенне захворювання, коморбідність.

THE ROLE OF COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY WHILE WORKING WITH COMORBID ANXIETY IN THE CLINIC OF ENDOGENOUS MENTAL ILLNESS

Riakhovska Tetiana Leonidivna,

Postgraduate Student at the Department of Clinical Psychology

Kyiv Institute of Modern Psychology and Psychotherapy

TLRyakhovska@gmail.com

orcid.org/0000-0002-7280-5129

The article considers modern state of knowledge about the comorbidity of anxiety in schizophrenia, its epidemiology, etiology and management of comorbid anxiety through introduction of psychotherapeutic interventions using cognitive-behavioral therapy (CBT) methods.

The purpose of this paper is a system review of existing research in this area to summarize what is known and to derive directions for further research that can help solve the problem of implementing CBT for anxiety conditions in the clinical presentation of endogenous mental illnesses.

The methods of research are represented by comparison and correlation of existing historical and modern data that regard the problem of interaction of endogenous psychoses and psychogenic mental disorders and analysis of modern therapeutic measures for their treatment, which became the theoretical and methodological basis of the study.

Results. Anxiety has been found to be very common in patients with schizophrenia and can affect the clinical picture and prognosis of the underlying condition at various stages.

It is emphasized that the difficulty of identifying the symptoms of anxiety, insufficient attention to their diagnosis and treatment leads to complications of the underlying condition, reduced quality of life and subsequent incapacitation of patients with schizophrenia.

The results of controlled trials show that the effectiveness of CBT is superior to other psychotherapeutic methods for anxiety treatment. Analyzing the data of studies on the effectiveness of CBT of anxiety in patients with schizophrenia, the feasibility of implementing structured short-term therapeutic programs appears obvious.

Conclusions. The performed analysis allows us to conclude that it is important to address the issue of the feasibility of a comprehensive assessment of anxiety conditions and psychotherapeutic measures for their treatment in patients with schizophrenic spectrum.

Among the issues that need further filling, structuring and personalization of psychotherapy programs, work with certain types of productive and negative symptoms, the use of awareness-based cognitive therapy, the introduction of short-term protocols.

Key words: *cognitive-behavioral therapy, anxiety, schizophrenia, endogenous illness, comorbid.*

Вступ

Шизофренія – це важкий психотичний розлад, що характеризується значними порушеннями в сфері мислення, сприйняття, емоцій, поведінки й когнітивних функцій, має значний вплив на функціонування та якість життя пацієнта. Наукові дослідження в сфері шизофренії переживають нині бурхливий розвиток знань та мають на меті знайти нові пояснення етіології та патогенезу хвороби, винайти та впровадити ефективні методи її попередження і лікування.

Так, аналізуючи та оцінюючи причини та модифікуючи фактори шизофренії, ми звернули увагу на роль взаємодії ендogenous психозів і психогенних психічних розладів. Симптоми марення, галюцинацій та дезорганізації мислення, як правило, узгоджуються з хвилюючими емоціями, такими як тривога, гнів чи сором.

Супутня тривога є однією з найменш вивчених особливостей шизофренії, попри докази її значного впливу на результат основного захворювання, функціонування та якість життя пацієнтів (Buonocore, Bosia, Vecchi, Spangaro, Cavedoni, Cocchi et al., 2017).

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Результати дослідження впливу тривоги на переживання позитивних психотичних симптомів свідчать про те, що тривожність пов'язана з рівнем вираженості параної, марення і може викликати гостре посилення слухових галюцинацій (Hartley, Barrowclough, Haddock, 2013). У дослідженні впливу урбаністичного середовища на загострення психотичних переживань було продемонстровано, що стрес і тривога можуть провокувати виникнення субклінічної параної та маячних станів (Freeman, Waller, Harpur-Lewis et al., 2015). Отже, негативні афективні стани не тільки збільшують і без того високий рівень стресу у пацієнтів з психозом, але також мають відношення до формування та підтримання психотичних симптомів.

Високий рівень тривожності пов'язаний з погіршенням щоденного функціонування, якості життя, самооцінки та самоефективності хворих. Так, наприклад, соціальна тривожність суттєво корельована з психіатричними симптомами. У пацієнтів із соціальним тривожним розладом та шизофренією спостерігається нижча загальна якість



життя та нижча самооцінка, ніж у хворих на шизофренію без соціального тривожного розладу (Aikawa, Kobayashi, Nemoto, Matsuo, Wada, Mamiya, Mizuno, 2018).

Емпіричні дані свідчать про те, що розгляд тривоги як терапевтичної мети може справити позитивний вплив на продуктивні симптоми, полегшити перебіг та покращити результати основного захворювання, але їй досі виникає брак подібних науково-практичних підходів та їх використання на практиці (Bosanac, Castle, 2015; Temmingh & Stein, 2015; Buonocore, Bosia, Bechi, Spangaro, Cavedoni, Cocchi et al., 2017; Oropka & Lincoln, 2017).

Сучасні вимоги до якості психіатричної допомоги наголошують на необхідності застосування в терапевтичному процесі не тільки високоефективних медикаментозних препаратів, а й ефективного психотерапевтичного супроводу хворих.

Нині когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є методом психотерапевтичної допомоги у разі тривожних розладів, депресії, obsесивно-компульсивного розладу, посттравматичного стресового розладу, соматоформних розладів, порушень сну, сексуальних дисфункцій, розладів особистості. КПТ може бути застосована для лікування більш складних психічних розладів, органічних захворювань головного мозку та інших соматичних захворювань як частина програми комплексного лікування та реабілітації. КПТ може бути застосована в амбулаторних умовах, під час госпіталізації, у вигляді індивідуальної, групової та сімейної терапії.

Однак лише в кількох дослідженнях вивчалася ефективність когнітивно-поведінкової терапії, спрямованої на тривожні стани в клініці ендогенних психічних захворювань (Halperin, Nathan, Drummond & Castle, 2000; Kingsep, Nathan & Castle, 2003; Oropka, Lincoln, 2017). Результати цих досліджень демонструють покращення статистичних показників у групах втручання порівняно з відсутністю змін у контрольних групах та збереження результатів лікування під час подальшого спостереження хворих. Незважаючи на неоднорідність вибраних груп пацієнтів та методів психотерапевтичних інтервенцій, більшість розглянутих досліджень підтверджують корисність використання когнітивно-поведінкової терапії для проблем, пов'язаних з тривогою, у пацієнтів із психозом. Визначення більш ефективних втручань, точних механізмів їх дії та впливу на зменшення психотичних симптомів – це відкриті питання для подальших досліджень.

Метою цієї роботи є системний огляд досліджень, що наявні у цій галузі, щоб узагальнити те, що відомо, і вивести напрями

для подальших досліджень, що може сприяти розв'язанню проблеми реалізації когнітивно-поведінкової терапії тривожних станів у клініці ендогенних психічних захворювань.

Зазначене вище визначає актуальність цього дослідження, що базується на оцінці когнітивно-поведінкової психотерапії як науково обґрунтованої структурованої форми психотерапії тривожних станів, обмеженої в часі й зосередженої на корекції характерних для пацієнтів з розладами шизофренічного спектра когнітивних і поведінкових змін.

Завдання статті:

- розглянути сучасні знання щодо коморбідності тривоги у разі шизофренії, її епідеміології, етіології та впливу на перебіг основного захворювання;

- дослідити ефективність впровадження психотерапевтичних інтервенцій методами когнітивно-поведінкової терапії в клініці ендогенних психічних захворювань;

- описати основні компоненти програми когнітивно-поведінкової терапії для управління коморбідною тривожністю.

2. Методологія та методи

Методи дослідження представлені порівнянням і співвіднесенням наявних історичних і сучасних даних. Відповідні рецензовані статті були визначені шляхом проведення літературних пошуків в електронних базах даних (MEDLINE, PsycINFO, Science Direct). Були використані такі пошукові ключові слова: «когнітивно-поведінкова терапія», «тривога», «тривожні стани», «шизофренія».

3. Результати та дискусії

За даними дослідження, що описує епідеміологію та феноменологію тривоги у разі шизофренії, симптоми тривоги, що провокують тривожні стани, можуть виникати у 65% пацієнтів хворих на різні форми шизофренії та можуть досягати порогу діагностики різних коморбідних тривожних розладів у 38% таких хворих (Temmingh, Stein, 2015).

Результати дослідження 2011 року, в якому було проведено метааналіз, що об'єднав дані 52 досліджень із загальною кількістю понад 4000 пацієнтів, показали, що 38,3% осіб із порушеннями спектра шизофренії страждали щонайменше від одного коморбідного тривожного розладу. Найпоширенішим тривожним розладом була соціальна фобія, що була наявна у 14,9% випадків. За ним слідували посттравматичний стресовий розлад (12,4%), obsесивно-компульсивний розлад (12,1%), генералізований тривожний розлад (10,9%), панічний розлад (9,8%) та специфічні фобії (7,9%) (Achim, Maziade, Raymond et al., 2011).

Дослідження, що розглядають симптоми тривожності, крім тривожних розладів на рівні синдрому, виявили, що частота панічних нападів у разі шизофренії сягає 45%, а частота obsesивно-компульсивних симптомів коливається від 10 до 64% із середньозваженим рівнем 25%. Частота симптомів соціальної тривоги досягала 36,6% (Buckley, Miller, Lehrer et al., 2009).

Навіть якщо супутня тривога не відповідає всім діагностичним критеріям тривожного розладу, такі симптоми або проблеми, як низька самооцінка, занепокоєння і поринання в роздуми, недостатня самоефективність, гіперактивність, порушення сну або відсутність мотивації, можуть свідчити про тривожні стани таких пацієнтів. Останні, своєю чергою, можуть передувати збільшенню загальної тяжкості симптомів основного захворювання і погіршенню прогнозу щодо його перебігу.

Демографічна кореляція тривожних симптомів у разі шизофренії свідчить про більші показники для пацієнтів жіночої статі та для пацієнтів молодшого віку (Achim, Maziade, Raymond, Olivier, Mirette, Roy, 2011; Bosanac, Castle, 2015).

Дослідження, що оцінювали зв'язок тривоги з позитивними та негативними психотичними симптомами, свідчать про те, що тривожні стани можуть бути спровоковані маренням переслідування і галюцинаціями, але можуть виникати й незалежно від цих симптомів (Swainson, Chue, LeMelledo, 2003).

Тривожні стани у разі шизофренії пов'язані з підвищеними ризиками втрати працездатності, погіршенням якості життя, суїцидальністю, порушенням когнітивних функцій, що зумовлює вимоги для більш уважного догляду за такими хворими (Bosanac, Castle, 2015).

Такі чинники, як різні діагностичні підходи та часто невеликі вибірки пацієнтів, можуть сприяти різниці в результатах досліджень, що свідчать про поширеність тривожних розладів та симптомів у хворих на шизофренію. Але безумовним залишається той факт, що ці показники в кілька разів перевищують показники у загальній популяції. Це зумовлює вагоме значення комплексної оцінки пацієнтів із шизофренією та симптомами тривожності, що має охоплювати обстеження психічного і фізичного стану, цілеспрямовані дослідження з метою уточнення вживання наркотичних речовин, оцінку цілей та ризиків.

Сучасні діагностичні системи, а саме: Діагностичний і статистичний посібник з психічних розладів (DSM-5) та Міжнародна статистична класифікація хвороб (МКХ-10) підкреслили ієрархічну структуру психіа-

тричної діагностики, згідно з якою психотичні розлади вважаються вищими в ієрархії діагнозів над тривожними розладами. Це може мати вплив на розгляд тривожних симптомів як на «вторинні до психотичних», отже, не вимагати первинного діагностичного супроводу та лікування, що призводить до більш тяжкого перебігу основного захворювання (Temmingh, Stein, 2015).

Ще однією проблемою, що може виникнути стосовно діагностування симптомів тривоги, може бути виражена наявність негативної та продуктивної симптоматики у хворого. Так, зниження рівня емоційної експресивності, пов'язаної з негативними симптомами та когнітивним зниженням у разі шизофренії, а також маскування симптомів за продуктивною симптоматикою, такою як галюцинації та марення, ускладнює діагностування (Achim, Maziade, Raymond, Olivier, Mirette, Roy, 2011). Якщо у хворого є виражена алекситимія, це також стає на заваді діагностики тривожних симптомів через труднощі хворого у вираженні почуттів.

Посттравматичні інтрузії також можуть утворювати складності в диференційному діагностуванні слухових галюцинацій, тому важливою є перевірка інших симптомів посттравматичного стресу, таких як уникнення нагадувань про травму, негативні емоції та думки щодо самозвинувачення, почуття оніміння та емоційної відстороненості, деструктивної поведінки.

Усе це вказує на те, наскільки важливо використовувати якомога більше джерел у процесі діагностики тривожних симптомів у хворих на шизофренію, включаючи спостереження персоналу, під наглядом якого перебуває хворий, та його опікунів. Важливою є оцінка ступеня тяжкості психозу, вираженості тривожного розладу та оцінка побічних ефектів, пов'язаних з антипсихотичною терапією.

Недостатня увага до діагностування симптомів тривоги, на жаль, супроводжується обмеженим репертуаром психотерапевтичних рекомендацій для хворих на шизофренію із супутніми тривожними станами та розладами.

Результати першого метааналітичного дослідження психотерапії хворих на шизофренію показали, що найбільш ефективні для цієї групи пацієнтів когнітивно-поведінкова (КПТ), тілесно-орієнтована і сімейна психотерапія (Wunderlich, Wiedemann, Buchkremer, 1996).

КПТ вважається психологічною терапією вибору серед емпірично доказових методів лікування тривожних розладів (Chambless, Ollendick, 2001). Результати метааналізу,



в якому досліджено ефективність когнітивно-поведінкової терапії розладів тривожного спектра, свідчать про те, що лікування з використанням методів КПТ показало значно більший ефект, ніж за їх відсутності для всіх видів тривожних станів. Результати контрольованих випробувань демонструють, що ефективність когнітивно-поведінкової терапії перевершує інші психотерапевтичні методи лікування (Norton, Price, 2007).

Сучасні наукові підходи, на яких базується когнітивно-поведінкова модель тривожних розладів, сприяють розумінню механізмів тривоги та страху (Романчук, 2012). Так, розглядаючи лінійний характер нормальної реакції тривоги, КПТ описує механізм, за яким сприйняття та оцінка тригера активує симпатичну нервову систему та фізіологічну мобілізацію тіла до відповідної поведінки через емоційну реакцію страху. Після повторної оцінки ситуації, що не є насправді загрозливою, настає фаза заспокоєння, і тривога стихає.

У ситуації, коли когнітивні інтерпретації набувають неадекватного характеру, як наприклад марення та параноїдальні думки у хворих на шизофренію, тривожна реакція закріплюється, що призводить до утворення циклу, який підтримує тривогу. Утворення циклу також може провокуватися утворенням захисної поведінки як способу подолання тривоги, що призводить до тимчасового полегшення стану через блокування впливу тригера, але блокує можливість перевірки когнітивних інтерпретацій, залишаючи їх незмінними, що надалі призводить до посилення хвороби.

Яскравим прикладом цього є розлади соціальної тривоги, що найбільш поширені серед інших видів тривоги у хворих на шизофренію та ведуть до соціальної дезадаптації.

Соціальна тривога проявляється у формі сильного та постійного страху однієї або декількох соціальних ситуацій та супроводжується поведінкою уникнення, що призводить до зменшення тривоги, але значно погіршує якість життя. Так, пацієнти, що страждають на шизофренію, уникають соціальних ситуацій через непередбачувані побоювання та часто мають слабо виражені соціальні навички. У разі з параноїдальною формою шизофренії хворим властиві наявні страхи, що хтось має наміри використати їх або заподіяти шкоду. У пацієнтів із коморбідною соціальною тривогою та шизофренією спостерігається більша кількість по-життєвих спроб самогубства, з яких вони вибирають способи самогубства з вищою летальністю та часто зловживають алкоголем чи наркотичними речовинами (Vrbova, Kotianova, Slepěcký, Prasko,

Ociskova, Latalova, Havlíková, 2015). Соціальною тривогою можуть бути зумовлені низькі показники якості життя у сферах сімейних стосунків, освіти та професійної діяльності.

На жаль, соціальна тривожність часто залишається поза увагою або вважається частиною шизофренічної симптоматики (Achim, Maziade, Raymond, Olivier, Mйrette, Roy, 2011). Однак соціальна дисфункція часто передує розвитку та діагностиці першого епізоду шизофренії. Вона зберігається після фармакологічного впорядкування шизофренії. Все це може свідчити про те, що соціальне порушення є незалежною сферою труднощів у разі шизофренії, яка існує поряд із позитивними та негативними симптомами (Halperin, Nathan, Drummond & Castle, 2000).

Отже, негативні уявлення про себе у соціальній взаємодії, негативне самосприйняття, проблемні когниції та деструктивні поведінкові стратегії для вирішення соціальних ситуацій є складниками когнітивно-поведінкової моделі соціальної тривоги у хворих на шизофренію. Таким чином, ціль когнітивно-поведінкової терапії має бути спрямована на зниження рівня тривоги, усунення тривожного способу мислення та зміну моделі тривожної поведінки.

КПТ обстеження вимагає проведення експертизи для виявлення типових ситуацій, що викликають у хворого занепокоєння, яких він уникає, його емоційних, когнітивних та фізіологічних реакцій на ці ситуації. Важливим є докладний опис захисної поведінки та поведінки уникнення. Оцінка тривоги має бути уточнена за допомогою стандартизованих опитувальників та шкал.

План лікування є обов'язковою частиною когнітивно-поведінкової терапії. Він дає змогу намітити структуру та об'єм психотерапевтичної допомоги для такого конкретного пацієнта, здійснювати ведення клінічного випадку і відстежувати ефективність психотерапевтичної допомоги. Планування психотерапії з хворими на шизофренію потребує ретельного дослідження та уваги до таких галузей, як психологічні та психосоціальні проблеми хворого. Так, психотерапевт може стикнутися з низкою проблем, що будуть суттєво заважати терапії. Серед таких проблем – амбівалентне або негативне ставлення до терапії, швидке стомлення під час сеансу, відхилення від теми або, навпаки, надмірне зосередження на чомусь.

Не меншою проблемою може стати опрацювання своїх почуттів та емоцій самим терапевтом.

Встановлення спільного партнерства є обов'язковим складником когнітивно-по-

ведінкової терапії та ставить за мету розвинути у пацієнта відчуття прагнення до спільної мети під час психотерапевтичного процесу.

Заохочення пацієнта до розповіді своєї життєвої історії може сприяти відновленню почуття суб'єктивності та інтерсуб'єктивності. Саме такий супровід пацієнта – у самостійному відкритті об'єктивної реальності – є базовим принципом у КПТ. Принцип «тут і тепер», що застосовує КПТ, заохочує виражати наявні почуття та переживання та допомагає відновити зв'язок між особистістю і теперішньою ситуацією. Отже, використання мікронаративів може посилити здібності хворих на шизофренію відновити втрачену єдність між емоціями та міжособистісними ситуаціями, а отже, відновити основне почуття себе та себе у стосунках з іншими.

Суттєвим фактором, що може впливати на ефективність когнітивно-поведінкової терапії, як і будь-якої іншої, є мотивація хворого. Саме з цих причин методи КПТ мають бути визначені не тільки базуючись на встановлених даних. Мають бути враховані суб'єктивні скарги хворого, що стосуються його почуттів, проблем та мети терапії.

Аналізуючи дані досліджень з ефективності КПТ тривожних станів у хворих на шизофренію, можна зробити висновок, що очевидною є доцільність впровадження структурованих короткострокових терапевтичних програм (Орока, Lincoln, 2017). Незважаючи на визнання наукової обґрунтованості та доказову ефективність використання цих програм, в Україні вони ще не отримали широкого застосування. Перспективним є напрям дослідницької роботи, аналіз досвіду впровадження та застосування програм, що існують в інших країнах, та поступове впровадження в практику протоколів когнітивно-поведінкової терапії в клініці ендогенних психічних розладів.

Висновки

Ця стаття забезпечує огляд поточних даних про проблему тривоги в клініці ендогенних психічних розладів.

У статті розглянуто сучасні знання щодо коморбідності тривоги у разі шизофренії, її епідеміології та етіології. Встановлено особливості впливу тривожності на перебіг основного захворювання і якість життя хворих. Описано основні складники когнітивно-поведінкової моделі тривожних станів у хворих на шизофренію. Визначено основні складники програми управління коморбідною тривожністю за допомогою впровадження психотерапевтичних інтервенцій методами когнітивно-поведінкової терапії.

Отримані результати свідчать про те, що тривога дуже поширена протягом шизофренії, що ускладнює перебіг основного захворювання, підвищує ризик рецидиву психозу і суїцидальних спроб, порушує функціонування хворих і значно погіршує якість життя.

Здійснений аналіз дає змогу дійти висновку, що актуальним виявляється розв'язання питання про доцільність проведення комплексної оцінки тривожних станів та терапевтичних заходів щодо їх лікування у хворих на шизофренію.

Доказова база щодо ефективності когнітивно-поведінкової терапії в клініці ендогенних психічних захворювань зростає та містить дослідження різних вікових та ґендерних груп хворих, враховує всі етапи та форми основного захворювання.

Серед питань, що потребують подальшого наповнення, – структуризація та персоналізація психотерапевтичних програм, робота з окремими видами продуктивної та негативної симптоматики, застосування заснованої на усвідомленості когнітивної терапії, впровадження короткотермінових протоколів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Романчук О.І. Когнітивно-поведінкова терапія тривожних розладів: модель розуміння, терапії та емпіричні докази ефективності. *НейроNews: психоневрологія та нейропсихіатрія*, 2012. № 4 (39), С. 40–45.
2. Achim A.M., Maziade M., Raymond É., Olivier D., Mérette C., Roy M.A. How prevalent are anxiety disorders in schizophrenia? A meta-analysis and critical review on a significant association. *Schizophrenia Bulletin*, 2011. Vol. 37, Issue 4, pp. 811–821. URL: <https://doi.org/10.1093/schbul/sbp148> (дата звернення: 02.06.2020).
3. Aikawa, S., Kobayashi, H., Nemoto, T., Matsuo, S., Wada, Y., Mamiya, N., Mizuno, M. Social anxiety and risk factors in patients with schizophrenia: Relationship with duration of untreated psychosis. *Psychiatry Research*, 2018. Vol. 263, pp. 94–100. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.02.038> (дата звернення: 02.06.2020).
4. Bosanac P., Castle D. How should we manage anxiety in patients with schizophrenia? *Australasian Psychiatry*, 2015. Vol. 23, Issue 4, pp. 374–377. URL: <https://doi.org/10.1177/1039856215588207> (дата звернення: 02.06.2020).
5. Buckley P., Miller B.J., Lehrer D.S., et al. Psychiatric comorbidities and schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*, 2009. Vol. 35, Issue 2, pp. 383–402. URL: <https://doi.org/10.1093/schbul/sbn135> (дата звернення: 02.06.2020).
6. Buonocore M., Bosia M., Bechi M., Spangaro M., Cavedoni S., Cocchi F. et al. Targeting anxiety to improve quality of life in patients with schizophrenia. *European Psychiatry*, 2017. Vol. 45, pp. 129–135. URL: <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.06.014> (дата звернення: 02.06.2020).



7. Chambless D.L., & Ollendick T.H. Empirically supported psychological interventions: Controversies and evidence. *Annual Review of Psychology*, 2001. Vol. 52, pp. 685–716.
8. Freeman D., Waller H., Harpur-Lewis R. et al. Urbanicity, persecutory delusions, and clinical intervention. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 2015. Vol. 43, Issue 1, pp. 42–51. URL: <http://dx.doi.org/10.1017/S1352465813000660> (дата звернення: 02.06.2020).
9. Halperin S., Nathan P., Drummond P., & Castle D. A Cognitive-Behavioural, Group-Based Intervention for Social Anxiety in Schizophrenia. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 2000. Vol. 3, Issue 5, pp. 809–813. URL: <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2000.00820.x> (дата звернення: 02.06.2020).
10. Hartley S., Barrowclough C., Haddock G. Anxiety and depression in psychosis: A systematic review of associations with positive psychotic symptoms. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 2013. Vol. 128, Issue 5, pp. 327–346. URL: <https://doi.org/10.1111/acps.12080> (дата звернення: 02.06.2020).
11. Kingsep P., Nathan P., & Castle D. Cognitive behavioural group treatment for social anxiety in schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 2003. Vol. 63, Issue 1–2, pp. 121–129. URL: [https://doi.org/10.1016/s0920-9964\(02\)00376-6](https://doi.org/10.1016/s0920-9964(02)00376-6) (дата звернення: 02.06.2020).
12. Norton P.J., & Price E.C. A meta-analytic review of adult cognitive-behavioral treatment outcome across the anxiety disorders. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 2007. Vol. 195, Issue 6, pp. 521–531. URL: <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000253843.70149.9a> (дата звернення: 02.06.2020).
13. Opoka S.M., & Lincoln T.M. The Effect of Cognitive Behavioral Interventions on Depression and Anxiety Symptoms in Patients with Schizophrenia Spectrum Disorders. *Psychiatric Clinics of North America*, 2017. Vol. 40, Issue 4, pp. 641–659. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psc.2017.08.005> (дата звернення: 02.06.2020).
14. Temmingh H., & Stein D.J. Anxiety in Patients with Schizophrenia: Epidemiology and Management. *CNS Drugs*, 2015. Vol. 29, Issue 10, pp. 819–832. URL: <https://doi.org/10.1007/s40263-015-0282-7> (дата звернення: 02.06.2020).
15. Tibbo P., Swainson J., Chue P., LeMelledo J.M. Prevalence and relationship to delusions and hallucinations of anxiety disorders in schizophrenia. *Depress Anxiety*, 2003. Vol. 17, Issue 2, pp. 65–72. URL: <https://doi.org/10.1002/da.10083> (дата звернення: 02.06.2020).
16. Vrbova K., Kotianova A., Slepceky M., Prasko J., Ociskova M., Latalova K., Havlikova P. Comorbidity of Schizophrenia and Social Phobia. *European Psychiatry*, 2015. Vol. 30, 1712. URL: [https://doi.org/10.1016/s0924-9338\(15\)31315-8](https://doi.org/10.1016/s0924-9338(15)31315-8) (дата звернення: 02.06.2020).
17. Wunderlich U., Wiedemann G., Buchkremer G. Sind psychosoziale Interventionen bei schizophrenen Patienten wirksam? Eine Metaanalyse, 1996. Vol. 6, Issue 1, pp. 4–13.

REFERENCES:

1. Romanchuk, O.I. (2012). Kohnityvno-povedinkova terapiia tryvoznykh rozladiv: model rozuminnia, terapii ta empirychni dokazy efektyvnosti [Cognitive-behavioral therapy of anxiety disorders: a model of understanding, therapy and empirical evidence of effectiveness]. *NeuroNews: psyhonevrolohiia ta neiropsykhiiatriia*, Vol. 4, Issue 39, pp. 40–45 [in Ukrainian].
2. Achim, A.M., Maziade, M., Raymond, É., Olivier, D., Mérette, C., Roy, M.A. (2011). How prevalent are anxiety disorders in schizophrenia? A meta-analysis and critical review on a significant association. *Schizophrenia Bulletin*, Vol. 37, issue. 4, pp. 811–821. Retrieved from: <https://doi.org/10.1093/schbul/sbp148>.
3. Aikawa, S., Kobayashi, H., Nemoto, T., Matsuo, S., Wada, Y., Mamiya, N., Mizuno, M. (2018). Social anxiety and risk factors in patients with schizophrenia: Relationship with duration of untreated psychosis. *Psychiatry Research*, Vol. 263, pp. 94–100. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.02.038>.
4. Bosanac, P., Castle, D. (2015). How should we manage anxiety in patients with schizophrenia? *Australasian Psychiatry*, Vol. 23, Issue 4, pp. 374–377. Retrieved from: <https://doi.org/10.1177/1039856215588207>.
5. Buckley, P., Miller, B.J., Lehrer D.S., et al. (2009). Psychiatric comorbidities and schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*, Vol. 35, Issue 2, pp. 383–402. Retrieved from: <https://doi.org/10.1093/schbul/sbn135>.
6. Buonocore, M., Bosia, M., Bechi, M., Spangaro, M., Cavedoni, S., Cocchi, F. et al. (2017). Targeting anxiety to improve quality of life in patients with schizophrenia. *European Psychiatry*, Vol. 45, pp. 129–135. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.06.014>.
7. Chambless, D.L., & Ollendick, T.H. (2001). Empirically supported psychological interventions: Controversies and evidence. *Annual Review of Psychology*. Vol. 52, pp. 685–716.
8. Freeman, D., Waller, H., Harpur-Lewis, R., et al. (2015). Urbanicity, persecutory delusions, and clinical intervention. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, Vol. 43, Issue. 1, pp. 42–51. Retrieved from: <http://dx.doi.org/10.1017/S1352465813000660>.
9. Halperin, S., Nathan, P., Drummond, P., & Castle, D. (2000). A Cognitive-Behavioural, Group-Based Intervention for Social Anxiety in Schizophrenia. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, Vol. 3, Issue 5, pp. 809–813. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2000.00820.x>.
10. Hartley, S., Barrowclough, C., Haddock, G. (2013). Anxiety and depression in psychosis: A systematic review of associations with positive psychotic symptoms. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, Vol. 128, Issue 5, pp. 327–346. Retrieved from: <https://doi.org/10.1111/acps.12080>.
11. Kingsep, P., Nathan, P., & Castle, D. (2003). Cognitive behavioural group treatment for social anxiety in schizophrenia. *Schizophrenia Research*, Vol. 63, Issue 1–2, pp. 121–129. Retrieved from: [https://doi.org/10.1016/s0920-9964\(02\)00376-6](https://doi.org/10.1016/s0920-9964(02)00376-6).

12. Norton, P.J., & Price, E.C. (2007). A meta-analytic review of adult cognitive-behavioral treatment outcome across the anxiety disorders. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol. 195, Issue 6, pp. 521–531. Retrieved from: <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000253843.70149.9a>.

13. Opoka, S.M., & Lincoln, T.M. (2017). The Effect of Cognitive Behavioral Interventions on Depression and Anxiety Symptoms in Patients with Schizophrenia Spectrum Disorders. *Psychiatric Clinics of North America*, 2017. Vol. 40, Issue 4, pp. 641–659. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.psc.2017.08.005>.

14. Temmingh, H., & Stein, D.J. (2015). Anxiety in Patients with Schizophrenia: Epidemiology and Management. *CNS Drugs*, Vol. 29, Issue 10, pp. 819–832. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s40263-015-0282-7>.

15. Tibbo P., Swainson J., Chue P., LeMelledo J.M. (2003). Prevalence and relationship to delusions and hallucinations of anxiety disorders in schizophrenia. *Depress Anxiety*, Vol. 17, Issue 2, pp. 65–72. Retrieved from: <https://doi.org/10.1002/da.10083>.

16. Vrbova, K., Kotianova, A., Slepecky, M., Prasko, J., Ociskova, M., Latalova, K., Havlikova, P. (2015). Comorbidity of Schizophrenia and Social Phobia. *European Psychiatry*, Vol. 30, 1712. Retrieved from: [https://doi.org/10.1016/s0924-9338\(15\)31315-8](https://doi.org/10.1016/s0924-9338(15)31315-8).

17. Wunderlich, U., Wiedemann, G., Buchkremer, G. (1996). Sind psychosoziale Interventionen bei schizophrenen Patienten wirksam? Eine Metaanalyse, Vol. 6, Issue 1, pp. 4–13.

Стаття надійшла до редакції 16.06.2020.

The article was received 16 June 2020

УДК 159.9.072:303.214.2/3

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-25>

АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ОПИТУВАЛЬНИКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ПСИХОТЕРАПІЇ OQ-45.2: ВАЛІДНІСТЬ ТА НАДІЙНІСТЬ

Широка Анастасія Олександрівна,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та психотерапії
Український католицький університет

shyroka@ucu.edu.ua

ORCID: 0000-0002-5265-2794

Миколайчук Мар'яна Ігорівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та психотерапії
Український католицький університет

mykolaychuk@ucu.edu.ua

ORCID: 0000-0002-4759-3611

Мета. Ефективна психотерапія повинна впливати на покращення якості життя клієнтів. Втім на цей час у вітчизняній психотерапії є нестача валідизованих методик, які б оцінювали ефективність терапевтичних інтервенцій. При цьому терапевти зацікавлені в інструментах, які дозволяють за відносно короткий проміжок часу якомога повніше описати особливості психологічного функціонування клієнтів. У цій публікації описана адаптація українською мовою англійського опитувальника результатів психотерапії (Outcome Questionnaire або OQ-45.2), який визначає особливості функціонування індивіда за шкалами суб'єктивного дистресу, міжособистісних взаємин та соціальних ролей. Спираючись на переказ OQ-45.2 українською мовою, здійснений у 2012 році, метою цього дослідження стало визначення його надійності, конструктивної валідності, критеріальної еквівалентності, сензитивності та специфічності.

Методи. Дослідження проводилося на нормативних групах (студенти та дорослі) ($n = 514$) та групах ризику розвитку психічних розладів (жінки комерційного сексу, алко- та наркозалежні особи, умовно засуджені особи на пробациї) ($n = 114$).

Результати. В українськомовному варіанті шкали опитувальника отримали значущі показники внутрішньої узгодженості тверджень та тест-ретестової надійності. Опитувальник має значущі показники конструктивної валідності і корелює з методиками, які визначають симптоми психічних розладів (GAD-7, PHQ-9, SCL-90-R), якість життя (SF-36), особливості взаємин з оточуючими (методика К. Роджерса – Р. Даймонд, шкала співзалежності Спана-Фішера) та психологічну гнучкість (AAQ-II). Також було з'ясовано, що методика є чутливою та специфічною до диференціації осіб нормативної групи та груп ризику розвитку психічних розладів.



Висновки. Український варіант опитувальника OQ-45.2 відповідає критеріям валідної та надійної методики і може бути рекомендованим для використання у клінічній роботі та дослідженнях. Втім цей опитувальник також потребує подальшого психометричного вивчення особливо на клінічних групах та клієнтах психотерапії.

Ключові слова: адаптація опитувальника, результати психотерапії, симптоми дистресу, міжособистісні взаємини, соціальні ролі, валідність, надійність.

UKRAINIAN ADAPTATION OF THE EFFICACY OF PSYCHOTHERAPY QUESTIONNAIRE OQ-45.2: VALIDITY AND RELIABILITY

Shyroka Anastasia Oleksandrivna,

Candidate of Psychological Sciences,

Associated Professor at the Department of Psychology and Psychotherapy

Ukrainian Catholic University

shyroka@ucu.edu.ua

ORCID: 0000-0002-5265-2794

Mykolaychuk Maryana Ihorivna,

Candidate of Psychological Sciences, Associated Professor,

Associated Professor at the Department of Psychology and Psychotherapy

Ukrainian Catholic University

mykolaychuk@ucu.edu.ua

ORCID: 0000-0002-4759-3611

Purpose. Effective psychotherapy should improve the lives of clients. However, in Ukrainian clinical practice and research there is a lack of valid instruments to assess effectiveness of therapeutic interventions. At the same time, therapists are interested in easily administered tools that can assess client's psychological functioning as full as possible and over short periods of time. This publication presents the results of a cross-cultural adaptation of the Outcome Questionnaire (OQ-45.2) in the Ukrainian population. OQ-45.2 is a self-administered questionnaire, which allows to measure clients' functioning in three domains central to mental health: symptom of distress, interpersonal relations and social role performance. The translation of OQ-45.2 into Ukrainian was made in 2012. The purpose of this study was to assess the reliability (internal consistency and test-retest), construct validity, criterion equivalence, sensitivity and specificity of the questionnaire.

Methods. Data were collected from the general population (students and adults) (N = 514) and among at-risk groups of developing mental problems (sex workers, alcohol and drug addicted people on rehabilitation and probationers) (n= 114).

Results. Results show that scales of the Ukrainian OQ-45.2 demonstrate good internal consistency and test-retest reliability for three weeks period. There are also evidence of good construct validity, OQ-45.2 significantly correlated with the questionnaires, which evaluate psychopathological symptoms (GAD-7, PHQ-9, SCL-90-R), quality of life (SF-36), interpersonal relations (Rogers-Diamond's questionnaire, the Spann-Fischer Codependency Scale) and psychological flexibility (AAQ-II). It was also detected that questionnaire is sensitive to the differentiation of the individuals from normative and at-risk groups of developing mental problems.

Conclusions. Ukrainian OQ-45.2 demonstrates psychometric properties of reliability and validity and can be recommended as a tool for clinical work and research. However, it needs further psychometric evaluation especially on clinical and psychotherapy clients' samples.

Key words: adaptation of the questionnaire, results of psychotherapy, symptoms of distress, interpersonal relationships, social roles, validity, reliability.

Вступ

Опитувальник OQ-45.2 (Outcome Questionnaire) створений М. Ламбертом з колегами у 1994 році (Lambert, Lunnen, Umphress, Hansen, Burlingame, 1994). Автори мали на меті запропонувати інструмент оцінки прогресу дорослих осіб у процесі психотерапії. Методику OQ-45.2 можна заповнювати в процесі терапії (на початку, під час та після проходження психотерапії або інших інтервенцій), а також використовувати як скринінг для оцінки суб'єктивного

досвіду людини та способу її функціонування у стосунках та професійній діяльності чи навчанні.

Цей інструмент оцінки є привабливим для психотерапевтичної практики, оскільки містить відносно небагато тверджень, втім описує найважливіші сфери функціонування індивіда. Lambert наводить дані згідно з якими опитувальник використовують для визначення прогресу клієнта в терапії у багатьох психотерапевтичних практиках, університетських консультаційних центрах,

психіатричних лікарнях та громадських центрах психічного здоров'я (Lambert, 2010). На цей час його також використовують у багатьох дослідженнях ефективності терапевтичного процесу (Brkić et al., 2020, Dyason et al., 2020, Biasi et al., 2020).

Опитувальник OQ-45.2 перекладений більше ніж 20-ма мовами. Неангломовні версії опитувальника пройшли психометричну перевірку, отримані результати загалом узгоджуються з вихідною англійською версією. Насамперед це стосується показників внутрішньої узгодженості тверджень, конструктивної валідності та надійності опитувальника як для пацієнтів, так і осіб нормативної групи (Carvalho, 2009; deJonget et al., 2007; Takara et al., 2017; RazGrosset et al., 2015; Chiappelliet et al., 2008).

Враховуючи популярність та широке застосування OQ-45.2 у світі, а також брак подібних інструментів у вітчизняній психотерапевтичній практиці та клінічних дослідженнях, ми поставили собі за мету здійснити адаптацію цього опитувальника українською мовою. Отримання згоди від автора на використання опитувальника, а також переклад українською мовою були здійснені в 2012 році (Карпенко, Войтенко, Миколайчук, Мединська, 2012), втім автори не проводили процедури адаптації опитувальника. Відтак це стало метою нашого дослідження.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Твердження опитувальника OQ відбиралися як такі, що допомагають оцінити поширені симптоми та скарги, з якими індивіди звертаються за психотерапевтичною допомогою. Йдеться про симптоми дистресу, особливості взаємин з оточуючими та здатність виконувати соціальні ролі (насамперед працювати та/або вчитися). Зазвичай такі проблеми притаманні великому спектру психічних розладів дорослого віку. Таким чином, твердження опитувальника розподілені між трьома шкалами: симптоми дистресу, міжособистісні взаємини та соціальні ролі.

Як зауважує Lambert (1994) у керівництві до OQ-45.2, цей інструмент не розроблявся з метою постановки діагнозу, натомість дозволяє оцінити: 1) рівень психологічного функціонування; 2) при повторному використанні – зміни до та після інтервенцій; 3) ефективність лікування або інших способів психологічної допомоги.

Шкала симптомів дистресу. У процесі створення опитувальника OQ-45.2 до шкали було відібрано твердження про симптоми найбільш поширених психічних розладів. Для цього автори звернулися до результатів епідеміологічного дослідження (NIMH

study, 1988), в якому було опитано більше 18 тисяч осіб, а також проаналізували дані національних страхових компаній про частоту поширення різних психічних розладів (за діагностичними критеріями DSM-III-R) (Regier, Boyd, 1988). Таким чином, було з'ясовано, що найбільш поширеними психічними розладами дорослих є тривожні розлади, розлади настрою та зловживання психоактивними речовинами. Зокрема, за даними зазначеного епідеміологічного дослідження 15.4% популяції осіб, старших 18 років, повідомляли про наявність у себе симптомів, які відповідають діагностичним критеріям хоча б одного з психічних розладів або алкогольної чи наркотичної залежності (протягом місяця напередодні проведення інтерв'ю). При цьому найбільш поширеними виявилися: симптоми тривожних розладів, на них скаржилися від 5 до 12% опитуваних; розлади настрою – 3–6%; алкогольна чи наркотична залежність – 3–6% відповідно. За даними страхових компаній, в середньому третина поставлених психіатрами діагнозів стосувалися тої чи іншої форми тривожних розладів, включаючи ПТСР, і ще одна третина – розладів настрою. Наступною найбільш поширеною проблемою було зловживання психоактивними речовинами.

Дані сучасніших досліджень підтверджують попередні результати. Тривожні розлади, розлади настрою та зловживання психоактивними речовинами залишаються найбільш поширеними видами психічних розладів. Зокрема, Kessler з колегами наводять дані, згідно з якими третина популяції впродовж життя матимуть якийсь з тривожних розладів (Kessler et al., 2012a, Kessler et al., 2012b). А результати європейського епідеміологічного дослідження Alonso та Lepine із залученням більше 21 тисячі опитаних дорослих осіб вказують на те, що 25,9% опитаних страждають на тривожні та афективні розлади (Alonso та Lepine, 2007). Також у дослідженнях йдеться про високу коморбідність цих розладів: у близько 60% випадків індивіди скаржаться одночасно і на симптоми тривоги і на симптоми розладів настрою. Ще одним поширеним кластером інвалідизації індивідів є зловживання психоактивними речовинами (Whiteford et al., 2013). Ці симптоми також можуть стосуватися і пацієнтів, у яких діагностовано інші психічні розлади (Stewart, Grant, Mackie, & Conrod, 2016).

Відтак найбільш поширеними інтрапсихічними симптомами, на які слід звертати увагу під час діагностики, є симптоми тривожних розладів, розладів настрою та зловживання психоактивними речовинами. Саме



тому шкала суб'єктивного дистресу складається з тверджень, які оцінюють ці симптоми.

Шкала міжособистісних взаємин. Якість взаємин з оточуючими – це ще один вагомий показник психічного здоров'я. Відомо, що індивіди, які звертаються за терапевтичною допомогою, часто скаржаться на проблеми у взаєминах (Horowitz et al., 1988, Ogrodniczuk et al., 2009). Саме тому автори OQ-45.2 запропонували ряд тверджень, які би діагностували, наскільки індивід задоволений, а також які проблеми існують в нього у міжособистісних взаєминах. Твердження були сконструйовані на основі літератури з сімейної психотерапії та терапії пар, а також досліджень типових міжособистісних проблем, які описують пацієнти під час психотерапії. Таким чином, шкала описує широкий діапазон взаємин: є твердження, які стосуються близьких стосунків, стосунків загалом, а також твердження, які допомагають з'ясувати, чи індивід часто конфліктує, почувається в стосунках нещасливим, роздратованим чи самотнім.

Шкала соціальних ролей. Дорослі особи виконують різні соціальні ролі, втім, на думку авторів методики, одним з найбільш вагомих показників ефективності психотерапії є відновлення здатності індивіда працювати та/або вчитися і не відчувати при цьому надмірної напруги, роздратування чи незадоволення (Lambert et al., 1994). Тому твердження, які увійшли до шкали виконання соціальних ролей, насамперед оцінюють загальний рівень працездатності людини.

Також в опитувальнику є можливість враховувати відповіді обстежуваних за окремими твердженнями. В клінічній роботі автори опитувальника пропонують звертати особливу увагу на запитання, які стосуються думок про самогубство, зловживання алкоголем та/або наркотичними речовинами та бажання заподіяти собі чи іншим шкоду через надмірне роздратування. Твердження, які стосуються зловживання алкоголем та/або наркотичними речовинами, представлені у кожній зі шкал і стосуються того, наскільки це позначається на самопочутті людини, її стосунках з оточуючими та здатності працювати / вчитися.

Під час заповнення OQ-45.2 обстежуваного просять згадати минулий тиждень, включно з сьогоднішнім днем, та оцінити власний стан за 45 твердженнями за шкалою: ніколи (0), рідко (1), іноді (2), часто (3), майже завжди (4). Заповнення методики в середньому потребує від 5 до 15 хв. часу. BOQ-45.2 прийнято вираховувати показники за трьома описаними вище шкалами, а також сумарний показник, який вказує

на загальний рівень психічного функціонування обстежуваного.

Переклад OQ-45.2 українською мовою. Переклад українською мовою здійснювався згідно з процедурами, передбаченими вимогами кроскультурної адаптації методик, окреслених у міжнародних стандартах (Gudmundsson, 2009; Bartram & Hambleton, 2016). Роботу над перекладом опитувальника з дозволу авторів було розпочато ще в 2012 році. До перекладу OQ-45.2 було залучено фахового перекладача, носія української та англійської мов та трьох психологів з досвідом клінічної практики та попереднім досвідом адаптації методик. Таким чином, було здійснено два незалежних переклади та погоджено спільний варіант тверджень опитувальника, які передавали зміст у найточнішій формі та враховували вітчизняний культурний контекст. Також було виконано процедуру зворотного перекладу з метою визначити чи в україномовному варіанті збережений первинний зміст тверджень. Після цього група студентів (N=30) заповнили опитувальник та оцінили зрозумілість кожного з тверджень. Відтак було з'ясовано, що інструкція, а також твердження українського варіанту OQ-45.2 сформульовані однозначно та зрозуміло. Заповнення тесту зайняло від 5 до 15 хв. часу, що загалом узгоджується з вихідною англійською версією опитувальника.

Таким чином, перекладений та оцінений на зрозумілість україномовний варіант OQ 45.2 був використаний у дослідженні 2016 року (Миколайчук, 2016), а також рекомендований для проходження подальшої процедури адаптації.

Мета дослідження – визначити показники внутрішньої узгодженості тверджень, тест-ретестової надійності, критеріальної еквівалентності, чутливості та специфічності українського варіанту OQ-45.2, а також порівняти отримані результати з вихідним англійським варіантом OQ-45.2 (Lambert et al., 1996).

2. Методологія та методи

Група досліджуваних. До групи досліджуваних, у якій відбувалася адаптація OQ-45.2, увійшли умовно здорові індивіди (студенти ЗВО різних спеціальностей та дорослі), а також особи групи ризику розвитку психічних розладів (жінки комерційного сексу, умовно засуджені чоловіки, які перебували на пробації та алко- та наркозалежні чоловіки в процесі реабілітації). Характеристика досліджуваних груп за кількістю, віком та статтю наведена у Таблиці 1.

Особи з груп ризику розвитку психічних розладів були включені в дослідження

Таблиця 1

Характеристика груп досліджуваних

Група	N	Стать		Вік	
		Чоловіча N (%)	Жіноча N (%)	Діапазон	Mean (SD)
Нормативні групи (загалом)	514	169 (33%)	345 (67%)	16-61	22 (7)
Студенти	447	138 (31%)	309 (69%)	16-35	19 (2)
Дорослі	67	31 (46%)	36 (54%)	21-61	37 (9)
Групи ризику (загалом)	114	74 (65%)	40 (35%)	18-54	31 (8)
Жінки комерційного сексу	40	–	40 (100%)	18-46	28 (6)
Умовно засуджені чоловіки, які перебували на пробації	34	34 (100%)	–	19-54	32 (10)
Алко- та наркозалежні чоловіки, які перебували на реабілітації	40	40 (100%)	–	18-53	33 (8)

N – кількість досліджуваних, Mean – середні значення, SD – стандартне відхилення

з кількох міркувань: 1) розширити діапазон психологічних конструктів, з якими відбувалося співставлення шкал OQ-45.2 (у процесі визначення конструктної валідності опитувальника); 2) для визначення чутливості та специфічності OQ-45.2 під час оцінки нормативних груп та груп ризику розвитку психічних розладів.

Методики дослідження. У дослідженні використано український переклад OQ 45.2, який складається з 45 тверджень, кожне з яких потрібно оцінити за 5-бальною шкалою Лайкерта за такими категоріями: ніколи (0), рідко (1), іноді (2), часто (3), майже завжди (4). Методика складається з чотирьох шкал, які оцінюють симптоми дистресу, міжособистісні взаємини, соціальні ролі та рівень загального психічного функціонування. Чим вищими є показники, тим більше проблем індивід переживає у інтрапсихічному, міжособистісному та професійному функціонуванні (Lambert, et al., 1996; Миколайчук, 2016).

Для визначення конструктної валідності OQ-45.2 використано такі методики:

GAD-7 (A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder) – опитувальник симптомів генералізованого тривожного розладу (ГТР) створено на основі діагностичних критеріїв ГТР, DSM-IV (Spitzer et al., 2006). Опитувальник складається з 7 тверджень, за якими досліджуваним потрібно оцінити, наскільки часто протягом останніх двох тижнів вони переживали роздратованість, хвилювання, було важко розслабитися, мали інші типові прояви тривоги. Показник за GAD-7 розраховують як суму балів за відповідними твердженнями. Українською мовою опитувальник був перекладений Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії, і є клінічним скринінгом, який широко застосовується у практиці КПТ. За нашими даними показник внутрішньої узгодженості тверджень

Альфа Кронбаха українського варіанту GAD-7 для досліджуваної групи студентів (N=144) склав 0,87.

PHQ-9 (The depression module of the Patient Health Questionnaire) – короткий опитувальник, який складається з 9-ти діагностичних критеріїв депресії (DSM-IV) (Kroenke, Spitzer&Williams, 2001). Досліджуваним потрібно оцінити, наскільки часто протягом останніх двох тижнів вони переживали знижений інтерес, поганий настрій, було важко заснути, мали інші прояви депресії. Опитувальник має такі варіанти відповідей: ніколи (0), кілька днів (1), більше половини часу (2), майже щодня (3). Показник за PHQ-9 розраховують як суму балів за відповідними твердженнями. Українською мовою цей опитувальник теж перекладений Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії. За нашими даними показник внутрішньої узгодженості тверджень Альфа Кронбаха українського варіанту PHQ-9 для досліджуваної групи студентів (N=144) складає 0,85.

AAQ-II (Acceptance and Action Questionnaire) – цей опитувальник створено в межах третьої хвилі КПТ – Психотерапії прийняття та зобов'язання (АСТ). Він складається з 7 тверджень, які оцінюють психологічну негнучкість або уникання досвіду (Bond et al., 2011). Досліджуваним пропонується вказати, наскільки ці твердження є правдивими щодо їхнього життя за шкалою від «ніколи» (1) до «завжди» (7). Показник психологічної негнучкості розраховують як суму балів за відповідними твердженнями. У дослідженнях було показано, що цей показник корелює з симптомами тривоги, а також прогнозує вираженість симптомів при ГТР, а також опосередковує зв'язок між травматичними подіями та симптомами дистресу. Переклад опитувальника українською мовою був здійснений на кафедрі психології та психотерапії



УКУ з дотриманням вимог до культурної адаптації опитувальника. Показник внутрішньої узгодженості тверджень Альфа Кронбаха, отриманий на групі студентів та дорослих (N=211), складає 0,91.

SF-36 (Health Status Survey) – анкета оцінки якості життя, яка дозволяє оцінити, наскільки фізичне та психічне здоров'я індивіда позначається на його якості життя. Методика містить 36 пунктів, об'єднаних у 8 шкал: фізичного функціонування, рольово-фізичного функціонування, фізичного болю, загального здоров'я, життєстійкості, соціального функціонування, рольово-емоційного функціонування, психічного здоров'я, які своєю чергою групуються у два сумарні показники – «Фізичне здоров'я» та «Психічне здоров'я». Чим нижчими є ці показники, тим більше обмежень, пов'язаних з фізичним та психічним здоров'ям, індивід відчуває у повсякденному житті. Адаптація SF-36 українською мовою проводилася за процедурою міжнародного центру з вивчення якості життя IQOLA (The International Quality of Life Assessment, Бостон, США). Про український варіант опитувальника SF-36 відомо, що він має високі показники інформативності та чутливості щодо якості життя здорових та хворих осіб (Фещенко, Мостовой, Бабійчук, 2002).

SCL-90-R – опитувальник вираженості психопатологічної симптоматики, який допомагає визначити перелік психологічних симптомів та дистресу загалом. Методика складається з 90 тверджень, за якими індивід оцінює в себе вираженість дискомфорту у зв'язку з тією чи іншою проблемою протягом останнього місяця. SCL-90-R містить такі шкали: соматизація, обсесивно-компульсивний розлад, міжособистісна сензитивність, депресія, тривожність, ворожість, фобічна тривожність, паранойяльні симптоми, психотизм. Опитувальник в адаптації українською мовою має значущі показники внутрішньої узгодженості тверджень, для шкал SCL-90-R показник Альфа Кронбаха складає від 0,64 до 0,98. Також опитувальник має значущі показники факторної валідності (Sereda, Dembitskyi, 2016).

Шкали оцінки якості життя – досліджуваних просили за шкалою від 1 (повністю не задоволений) до 7 (повністю задоволений) оцінити, наскільки в цей момент вони загалом задоволені власним життям, а також різними сферами життя: умовами проживання, здоров'ям, досягненнями, роботою та стосунками. Загалом сім шкал, які сумарно отримують показник внутрішньої узгодженості тверджень 0,86, дані отримані на дослідженні

осіб групи ризику розвитку психічних розладів (N=40).

Методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонд – особистісний опитувальник, який виявляє особливості адаптації індивіда до взаємин з оточуючими та правил поведінки. Опитувальник містить 101 твердження, кожне з яких потрібно оцінити за 7-бальною шкалою. Шкали опитувальника можуть вказувати на наявність у індивіда проблем з соціальною адаптацією за такими показниками, як адаптивність, прийняття інших, інтернальність, самосприйняття, емоційний комфорт, прагнення до домінування та ескапізм. Цей опитувальник в Україні широко застосовується в різних психологічних дослідженнях, втім дані про його адаптацію українською мовою нам не вдалося знайти (Осніцкій, 2004).

Модифікована шкала співзалежності Спана-Фішера – цей опитувальник розроблявся для оцінки стосунків між людьми, один з яких страждає на залежність від ПАР і визначає ступінь співзалежності у стосунках (Fischer, Spann & Crawford, 1991). Опитувальник складається з 14 тверджень, які потрібно оцінити за шкалою від 1 (повністю не погоджуюся) до 6 (повністю погоджуюся). Російською мовою опитувальник був адаптований на групі студентів та курсантів (N=227). Шкала співзалежності Спана-Фішера має значущі показники конструктивної валідності і пов'язана з такими психологічними конструктами, як екстернальний локус контролю, придушення емоцій та особистісна тривожність. Також шкала має значимий показник тест-ретестової надійності на періоді в три місяці ($r=0,5$, при $p<,01$). Показник внутрішньої узгодженості Альфа Кронбаха для тверджень шкали складає 0,78 (Бердичевський, Падун, Гагаріна, 2019).

Особливості опрацювання даних дослідження. Адаптація OQ-45.2 українською мовою передбачала: перевірку надійності за допомогою оцінки внутрішньої узгодженості тверджень Альфа Кронбаха та тест-ретестової відтворюваності за коефіцієнтом лінійної кореляції Пірсона двох замірів, які відбулися з інтервалом в три тижні; визначення конструктивної валідності OQ-45.2 за допомогою кореляційного аналізу Спірмена з іншими опитувальниками, які визначають подібні теоретичні конструкти; з'ясування критеріальної еквівалентності українського варіанту OQ-45.2 вихідній версії, а також її сензитивності та специфічності під час оцінки нормативних груп та груп ризику за допомогою проведення описової статис-

тики. Всі обчислення відбувалися у програмі Statistica 8.

Психометричні характеристики україномовного варіанту OQ-45.2. Показники внутрішньої узгодженості тверджень Альфа Кронбаха для шкал опитувальника, отримані на групах студентів та дорослих, наведено у Таблиці 2.

Представлені показники Альфа Кронбаха переступили мінімально прийнятне значення 0,7, що вказує на достатню та добру внутрішню узгодженість тверджень. Такі результати загалом узгоджуються з показниками авторів опитувальника, які були отримані на групі студентів (N=157): для шкали симптомів дистресу – 0,92, міжособистісних взаємин – 0,74, соціальних ролей – 0,70, загальної дезадаптації – 0,93 (Lambert, et al., 1996).

Оцінка тест-ретестової надійності OQ-45.2 так само наведена в Таблиці 2. Україномовний варіант показує подібні значення психологічного функціонування індивіда протягом відносно короткого періоду часу, що також узгоджується з показниками вихідного варіанту опитувальника. Для групи студентів (N=157) Lambert з колегами наводять такі показники тест-ретестової надійності: для шкали симптомів дистресу $r = 78$; міжособистісних взаємин $r = 80$; соціальних ролей $r = 82$; загальний показник OQ $r = 84$ (Lambert, et al., 1996). А також це узгоджується з теоретичними припущеннями про те, що особливості психологічного функціонування індивіда є відносно стабільним в часі конструктом.

Конструктна валідність OQ-45.2 визначалася за допомогою кореляції опитувальника з іншими методиками, які вимірюють схожі конструкти.

Оскільки шкала симптомів дистресу розроблялася як така, що заснована на оцінці симптомів найпоширенішого з психічних розладів, насамперед тривоги та депресії, то передбачалося, що вона корелюватиме зі шкалами оцінки ГТР (GAD-7) та депресії (PHQ-9), а також шкалою Психічного здоров'я SF-36, які складаються зі схожих за змістом тверджень. Також очікувалися зна-

чуці кореляції цієї шкали зі шкалами соматизації, тривожності та депресії SCL-90-R.

Для шкали міжособистісних взаємин припускалося, що вона корелюватиме зі шкалою соціального функціонування SF-36, яка відображає, наскільки емоційний стан перешкоджає проводити час та активно спілкуватися з близькими людьми; шкалою задоволення стосунками; шкалами методики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонд; модифікованою шкалою співзалежності Спана-Фішера, як одним з вимірів психологічно неблагополучних взаємин.

Для валідизації шкали соціальних ролей припускалося, що вона корелюватиме з показниками опитувальника SF-36, які визначають, наскільки індивід протягом останніх 4-х тижнів почувався сповненим сил та енергії (шкала життєстійкості), а також, наскільки емоційний стан впливав на ретельність виконання роботи (шкала рольового-емоційного функціонування). Як показано у таблиці 5, ця гіпотеза підтвердилася.

Щодо загального показника OQ-45.2, то припускалося, що він корелюватиме з загальним показником психічного здоров'я SF-36; AAQ-II, оскільки, як про це йшлося в інших дослідженнях, цей опитувальник опосередковує зв'язок між подіями життя та загальним рівнем дистресу, або, іншими словами, чим вищим є показник психологічної негнучкості або уникання досвіду, тим вищим може бути очікуваний у індивіда рівень загального дистресу (Batten, Follette, & Aban, 2001; Marx & Sloan, 2002); а також шкалою оцінки якості життя, яка визначала рівень загального задоволення життям.

Не всі шкали дослідження мали нормальний розподіл, тому кореляційний аналіз проводився за непараметричним критерієм Спірмена. Результати кореляції шкал OQ-45.2 з іншими конструктивно подібними опитувальниками наведено у Таблиці 3.

Отримані на різних групах досліджуваних результати підтверджують висунуті припущення – відібрані для валідизації шкали значимо корелюють зі шкалами OQ-45.2. Це вка-

Таблиця 2
Внутрішня узгодженість тверджень та тест-ретестова надійність OQ-45.2

Шкали	Показники-Кронбаха		Тест-ретест (N=30), r	
	Студенти (N=447)	Дорослі (N=67)	Студенти (N=30)	Студенти (N=30)*
Симптоми дистресу	0,92	0,93	0,8	-
Міжособистісні взаємини	0,79	0,85	0,79	-
Соціальні ролі	0,71	0,75	0,83	-
Загальний показник	,94	,95	0,84	0,84

*результати досліджування психометричних показників OQ-45 2012 року (Войтенко та ін., 2012)



Таблиця 3

Перевірка конструктивної валідності шкал OQ-45.2

	Група досліджуваних, N	Симптоми дистресу OQ-45, r, p	Міжособисті взаємини OQ-45, r, p	Соціальні ролі OQ-45, r, p	Загальний показник OQ-45, r, p
GAD-7	Студенти, N=59 Студенти, N=144 ЖКС, N=40	0,67, 0,001 0,79, 0,001 0,81, 0,001			
PHQ-9	Студенти, N=59 Студенти, N=144 ЖКС, N=40	0,69, 0,001 0,80, 0,001 0,90, 0,001			
Психічного здоров'я SF-36	Дорослі, N=67 УЗО, N=34	-0,70, 0,001 -0,70, 0,001			
Шкала життєстійкості SF-36	Дорослі, N=67 УЗО, N=34 АНЗО, N=40	-0,74, 0,001 -0,53, 0,01 -0,48, 0,01			
Соматизація SCL-90-R	Дорослі, N=67 УЗО, N=34	0,46, 0,001 0,39, 0,05			
Тривожність SCL-90-R	Дорослі, N=67 УЗО, N=34	0,55, 0,001 0,67, 0,001			
Депресія SCL-90-R	Дорослі, N=67 УЗО, N=34	0,63, 0,001 0,60, 0,001			
Соціальне функціонування SF-36	Дорослі, N=67 УЗО, N=34 АНЗО, N=40		-0,44, 0,001 -0,62, 0,001 -0,40, 0,01		
Шкала задоволення стосунками	ЖКС, N=40		-0,42, 0,01		
Самоприйняття*	АНЗО, N=40		-0,32, 0,05		
Прийняття інших*	АНЗО, N=40		-0,35, 0,05		
Емоційний комфорт*	АНЗО, N=40		-0,38, 0,05		
інтернальність*	АНЗО, N=40		-0,46, 0,01		
Домінування*	АНЗО, N=40		0,42, 0,01		
Ескапізм*	АНЗО, N=40		0,40, 0,01		
Шкала співзалежності Спана-Фішера	АНЗО, N=40		0,42, 0,01		
Шкала життєстійкості SF-36	Дорослі, N=67 УЗО, N=34 АНЗО, N=40			-0,73, 0,001 -0,42, 0,05 -0,36, 0,05	
Шкала рольового-емоційного функціонування SF-36	Дорослі, N=67 УЗО, N=34 АНЗО, N=40			-0,61, 0,001 -0,39, 0,05 -0,37, 0,05	
AAQ-II	Студенти, N=144 Дорослі, N=67 УЗО, N=34 АНЗО, N=40				0,66, 0,001 0,70, 0,001 0,69, 0,001 0,48, 0,01
Загальний показник психічного здоров'я SF-36	УЗО, N=34				-0,77, 0,001
Шкала оцінки загального рівня задоволення життям	ЖКС, N=40				-0,47, 0,01

Скорочення: ЖКС – жінки комерційного сексу; УЗО – умовно засуджені особи; АНЗО – алко- та норкозалежні особи в процесі реабілітації; * шкали опитувальника соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонд

зує на подібність досліджуваних конструктів, а відтак – конструктну валідність OQ-45.2.

Для з'ясування критеріальної еквівалентності українського варіанту вихідній версії OQ-45.2 було підраховано середні значення та стандартне відхилення за шкалами опитувальника (Таблиця 4).

Автори опитувальника наводять суттєво нижчі нормативні показники шкал опитувальника як для студентів, так і дорослих. Відмінність спостерігається за всіма шкалами опитувальника. Наприклад, для вихідного варіанту значення загального показника OQ-45.2 для студентів складає 42 ± 17 , для дорослих – 48 ± 18 (Lambert et al., 1996). Натомість для вітчизняних студентів та дорослих ці показники склали 63 ± 27 та 58 ± 25 відповідно. Якщо підсумувати, то для вітчизняних груп досліджуваних характерні 1) вищі показники та 2) ширший діапазон середніх значень.

Оскільки OQ-45.2 є клінічним опитувальником, то від нього очікується здатність розрізняти нормативні та клінічні групи, а в цьому разі нормативні та групи ризику розвитку психічних розладів. Як показано у Таблиці 4, особи груп ризику розвитку психічних розладів в середньому отримали вищі бали за шкалами OQ-45.2. Це також підтверджується порівняльним аналізом за критерієм Мана-Уїтні. Такі дані частково вказують на сензитивність та специфічність опитувальника.

Граничні значення OQ-45.2 розраховувалися додаванням середнього значення та стандартного відхилення. Для нормативної групи дорослих граничне значення загального показника OQ-45.2 складає 83. За такого значення опитувальник класифікує 88% опитаних як умовно здорових. Натомість в досліджуваних групах ризику 15% алко- та наркозалежних чоловіків, які перебувають на реабілітації, та 33% жінок комерційного сексу класифікує як осіб

з вираженим рівнем психічних дисфункцій. Такі показники загалом узгоджуються з теоретичним конструктом опитувальника: серед осіб, які перебувають в процесі отримання соціально-психологічної допомоги, відсотково менше осіб потрапляють в групу з вираженими проблемами психічного здоров'я і навпаки. Для кращого розуміння сензитивності та специфічності опитувальника потрібно провести дослідження на клінічних групах пацієнтів.

3. Результати та дискусії

В Україні у порівнянні з іншими країнами на цей час проводиться обмаль фахових клінічних психологічних досліджень. І одна з причин цього – відсутність валідного інструментарію. У цій публікації представлено процес визначення психометричних показників українськомовного варіанту опитувальника OQ-45.2, який було створено як інструмент оцінки ефективності психотерапії, а також загалом рівня психологічного функціонування індивіда.

Було визначено, що український варіант OQ-45.2 демонструє значущі показники внутрішньої узгодженості тверджень та тест-ретестової надійності продовж трижневого періоду. Отримані дані узгоджуються з показниками, які наводять автори вихідного варіанту опитувальника (Lambert et al., 1996). Високі показники внутрішньої узгодженості тверджень за загальною шкалою OQ-45.2 вказують на значну тенденцію досліджуваних відповідати на запитання опитувальника схожим чином. Це своєю чергою вказує на існування значного перекриття між шкалами опитувальника та, ймовірно, його однофакторну структуру. Це припущення потрібно перевірити в подальшому за допомогою процедур факторного аналізу.

Опитувальник має значущі показники конструктної валідності. На нормативних групах, а також групах ризику розвитку психічних розладів було показано, що шкали

Таблиця 4

Середні значення та стандартне відхилення для різних груп досліджуваних

Група досліджуваних	N	Симптоми дистресу M (SD)	Міжособисті взаємини M (SD)	Соціальні ролі M (SD)	Загальний показник M (SD)
Нормативні групи					
Студенти (дані 2012 року)	160	34,70* (15,0)	14,8 (6,80)	12,2 (4,20)	61,6 (24,00)
Студенти	388	34,96 (16,36)	14,66 (7,24)	12,35 (5,08)	62,49
Дорослі	67	31,30 (14,29)	14,81 (7,41)	11,61 (5,18)	(26,63) 57,72 (24,49)
Груп ризику					
Жінки комерційного сексу	40	40,40 (14,99)	18,68 (4,95)	13,60 (4,7)	72,68 (21,49)
Алко- та наркозалежні чоловіки	40	37,63 (5,4)	19,70 (2,6)	15,62 (2,9)	74,3 (7,5)
Умовно засуджені особи	34	35,29 (13,03)	18,29 (8,03)	14,64 (2,9)	68,21 (19,4)



українського варіанту OQ-45.2 значуще корелюють з іншими опитувальниками, які вимірюють тривогу, депресію, соматизацію, соціально-психологічну адаптацію, психологічну гнучкість та якість життя. Особливо високі показники кореляції було отримано між шкалами симптомів дистресу та опитувальника тривоги (GAD-7), депресії (PHQ-9) та шкалою психічного здоров'я (SF-36), що не дивно, оскільки ця шкала конструювалася як така, що вимірює симптоми тривоги та депресії, які часто є коморбідними. Загальний показник OQ-45.2 значуще прокорелював з загальним показником психічного здоров'я (SF-36), який схожим чином узагальнює в собі інтрапсихічні симптоми, особливості міжособистісного та соціального функціонування індивіда.

Нижчі показники кореляції було отримано для шкал соціально-психологічної адаптації опитувальника Роджерса-Даймонд, що також є очікуваним, враховуючи не повну відповідність конструктів. Зокрема, шкала міжособистісних взаємин OQ-45.2 більше стосується емоційного виміру стосунків (присутності дистресу, конфліктів, незадоволення) і напряду, не вимірює самоприйняття, прийняття інших чи інтернальності, хоча загалом також вказує на існування проблем у міжособистісних взаєминах.

Висновки

У цьому дослідженні нам не вдалося показати критеріальну еквівалентність українського варіанту OQ-45.2 вихідній версії. Для всіх шкал опитувальника було отримано суттєво вищі показники середніх значень та стандартного відхилення. Це вказує на те, що вітчизняні студенти та дорослі частіше скаржаться на симптоми дистресу, проблеми у міжособистісних взаєминах, здатність працювати чи навчатися, ніж аме-

риканські (Lambert et al., 1996), нідерландські (deJong et al., 2007) чи італійські (Chiappelli et al., 2008). Цей факт можна пояснити більшою кількістю стресорів, які супроводжують щоденне життя людей з менш економічно благополучних країн (Baum, Garofalo, & Yali, 1999); нижчою культурою турботи про власне психічне благополуччя; відсутністю звички звертатися за професійною допомогою. Можемо припустити, що частина студентів, які насправді проявляють субклінічні симптоми в закордонних дослідженнях потрапляють до групи тих, які звертаються за допомогою, що, відповідно, і відобразилося у нижчих показниках за шкалами OQ-45.2. В подальших дослідженнях вважаємо за доцільне ввести контрольне запитання про те, чи протягом останнього року досліджувані зверталися за допомогою психолога / психотерапевта / психіатра (іншого спеціаліста сфери психічного здоров'я) через погане емоційне самопочуття, конфлікти з оточуючими чи знижену працездатність.

На жаль, у дослідженні нам не вдалося показати чутливості та специфічності OQ-45.2, в основному через відсутність даних клінічної групи. Втім опитувальник показав статистичну відмінність між нормативними групами (студенти та дорослі) та групами ризику розвитку психічних розладів (алко- та наркозалежні особи в процесі реабілітації та жінки комерційного сексу). Це вказує на чутливість опитувальника до розрізнення нормативних та субклінічних груп, втім такі дані важливо доповнити порівнянням з клінічною групою.

Загалом, попри окремі обмеження та потребу у подальшому вивченні цього опитувальника, україномовний варіант OQ-45.2 можна вважати зручним, надійним та валідним інструментом для клінічної роботи та досліджень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бердичевский А.А., Падун М.А., Гагарина М.А. Апробация модифицированной версии методики «Шкала созависимости Спанн-Фишер». *Клиническая и специальная психология*. 2019. Том 8. № 1. С. 215–234.
2. Карпенко В.О., Войтенко В.Л., Миколайчук М.І., Мединська Ю.Я. Сучасний стан психічного здоров'я студентської молоді: емоційна, міжособистісна та рольова сфери. *Практична психологія і соціальна робота*. 2012. № 11. С. 2–8.
3. Миколайчук М.І. Стигматизованість психологічної допомоги серед студентської молоді України та Канади. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. IV (49). Issue: 103, 2016. P. 79–83.
4. Осницький, А.К. Определение характеристик социальной адаптации. *Психология и школа*. 2004. № 1. С. 43–56
5. Фещенко Ю.І., Мостовой Ю.М., Бабійчук Ю.В. Процедура адаптації міжнародного опитувальника оцінки якості життя в Україні. Досвід застосування у хворих на бронхіальну астму. *Український пульмонологічний журнал*. 2002. № 3. С. 9–11.
6. Alonso, J., & Lépine, J. P. Overview of key data from the European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD). *The Journal of clinical psychiatry*. 2007. 68 (suppl 2). P. 3–9.
7. Baum, A., Garofalo, J.P., & Yali, A.M. Socioeconomic status and chronic stress: does stress account for SES effects on health? *Annals of the New York Academy of Sciences*. 1999. 896(1), 131–144.
8. Bartram, D., & Hambleton, R.K. The ITC guidelines: International standards and guidelines relating to tests and testing. In F.T.L. Leong, D. Bartram, F.M. Cheung, K.F. Geisinger, & D. Iliescu (Eds.). *The ITC international handbook of testing and assessment 2016*. Oxford University Press. P. 35–46.

9. Biasi, V., De Vincenzo, C., Patrizi, N., Mosca, M., & Fagioli, S.. The Combined Application of MMPI-2 and OQ-45 to Detect and Measure the Effectiveness of Psychological University Counselling. *Journal of Educational and Social Research*. 2020. 10(3), 13–13.
10. Bond, F.W., Hayes, S.C., Baer, R.A., Carpenter, K.M., Guenole, N., Orcutt, H.K., ... & Zettle, R.D. Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*. 2011. 42(4), 676–688.
11. Brkić, M., Kovačević, R., Hrvčić, D., Selimbašić, Z., & Avdibegović, E.. Quality of life in patients with mental and behavioural disorders after application of group therapy. *Acta Medica Saliniana*. 2020. 49(2).
12. Chiappelli, M., Coco, G.L., Gullo, S., Bensi, L., & Prestano, C. The Outcome Questionnaire 45.2. Italian validation of an instrument for the assessment of psychological treatments. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 2008, 17(2), 152–161.
13. De Francisco Carvalho, L. Translation and cultural adaptation of Outcome Questionnaire (OQ-45) to Brazil. *Psico-USF (Impr.)*. Vol. 14. No.3 Itatiba Sept./Dec. 2009.
14. De Jong, K., Nugter, M.A., Polak, M.G., Wagenborg, J.E., Spinhoven, P., & Heiser, W.J. The Outcome Questionnaire (OQ-45) in a Dutch population: A cross cultural validation. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*. 2007. 14(4), 288–301.
15. Dyason K., Shanley D., O'Donovan A. & Low-Choy S. Does feedback improve psychotherapy outcomes compared to treatment-as-usual for adults and youth? *Psychotherapy Research*. 2020, 30:3, 310–324.
16. Fischer, J.L., Spann L., & Crawford, D. Measuring codependency. *Alcoholism Treatment Quarterly*. 1991, 8, 87–100.
17. Gudmundsson E. Guidelines for translating and adapting psychological instruments. *Nordic Psychology*. 2009. 61:2. 29–45.
18. Horowitz, L.M., Rosenberg, S.E., Baer, B.A., Ureño, G., & Villaseñor, V.S. Inventory of interpersonal problems: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1988. 56(6), 885–892.
19. Kessler, R.C., Avenevoli, S., Costello, E.J., Georgiades, K., Green, J.G., Gruber, M.J., ... & Sampson, N.A. Prevalence, persistence, and sociodemographic correlates of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication Adolescent Supplement. *Archives of general psychiatry*. 2012, 69(4), 372–380.
20. Kessler, R.C., Petukhova, M., Sampson, N.A., Zaslavsky, A.M., & Wittchen, H.U. Twelve month and lifetime prevalence and lifetime morbid risk of anxiety and mood disorders in the United States. *International journal of methods in psychiatric research*. 2012, 21(3), 169–184.
21. Kroenke, K., Spitzer, R.L., & Williams, J.B. The PHQ-9 : validity of a brief depression severity measure. *Journal of general internal medicine*. 2001, 16(9), 606–613.
22. Lambert, M.J., Burlingame, G.M., Umphress, V., Hansen, N.B., Vermeersch, D.A., Clouse, G.C., & Yanchar, S.C. The reliability and validity of the Outcome Questionnaire. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory and Practice*. 1996, 3(4), 249–258.
23. Lambert, M. J., Hansen, N. B., & Harmon, S. C.. Outcome Questionnaire System (The OQ System): Development and practical applications in healthcare settings. *Developing and Delivering Practice-Based Evidence*. 2010. John Wiley & Sons, Ltd, Chichester.
24. Lambert, M.J., Lunnen, K., Umphress, V., Hansen, N., Burlingame, G. Administration and scoring manual for the Outcome Questionnaire (OQ 45.1). Salt Lake City. 1994. UT : IHC Center for Health Care Efficacy.
25. Ogrodniczuk, J.S., Piper, W.E., Joyce, A.S., Steinberg, P. I., & Duggal, S.. Interpersonal problems associated with narcissism among psychiatric outpatients. *Journal of Psychiatric Research*. 2009, 43(9), 837–842.
26. Raz Gross, M.D., Glasser, S., Jacobson, D.M., Levitan, G., & Ponizovsky, A.M. Validation of the Hebrew and Arabic versions of the Outcome Questionnaire (OQ-45). *The Israel journal of psychiatry and related sciences*. 2015, 52(1), 33.
27. Regier, D.A., Boyd, J.H., Burke, J.D., Rae, D.S., Myers, J.K., Kramer, M., ... & Locke, B.Z. One-month prevalence of mental disorders in the United States: Based on five epidemiologic catchment area sites. *Archives of General Psychiatry*. 1988, 45(11), 977–986.
28. Risa Takara, Mark E. Beecher, John C. Okiishi, Ken Shimokawa, Michael J. Lambert & Derek. Griner Translation of the Outcome Questionnaire-45 (OQ) into Japanese: A cultural adaptation. *Psychotherapy Research*. 2017, 27:2, 154–166.
29. Sereda, Y., & Dembitskyi, S. Validity assessment of the symptom checklist SCL-90-R and shortened versions for the general population in Ukraine. *BMC psychiatry*. 2016, 16(1), 300.
30. Spitzer, R.L., Kroenke, K., Williams, J.B., & Löwe, B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*. 2006, 166(10), 1092–1097.
31. Stewart, S.H., Grant, V.V., Mackie, C.J., & Conrod, P.J. Comorbidity of anxiety and depression with substance use disorders. In K. J. Sher (Ed.), *Oxford library of psychology. The Oxford handbook of substance use and substance use disorders*. 2016. Oxford University Press. P. 149–186.
32. Whiteford, H.A., Degenhardt, L., Rehm, J., Baxter, A.J., Ferrari, A.J., Erskine, H.E., ... & Burstein, R.. Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: findings from the Global Burden of Disease Study. *The Lancet*. 2013, 382(9904), 1575–1586.

REFERENCES:

1. Alonso, J., & Lépine, J.P. (2007). Overview of key data from the European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD). *The Journal of clinical psychiatry*, 68 (suppl 2). P. 3–9.
2. Baum, A., Garofalo, J. P., & Yali, A. M. (1999). Socioeconomic status and chronic stress: does stress account for SES effects on health? *Annals of the New York Academy of Sciences*, 896(1), 131–144.



3. Bartram, D., & Hambleton, R.K. (2016). The ITC guidelines: International standards and guidelines relating to tests and testing. In F.T.L. Leong, D. Bartram, F.M. Cheung, K.F. Geisinger, & D. Iliescu (Eds.), *The ITC international handbook of testing and assessment*. Oxford University Press. P. 35–46.
4. Berdychevskiy A.A., Padun M.A., Haharyna M.A. (2019) Aprobatsiya modyfytsirovannoi versyy metodyky "Shkala sozavysymosty Spann-Fysher" [Testing of the modified version of the method "Spann – Fisher Co-Dependence Scale"]. *Klynycheskaia i spetsyalnaia psykholohyia – Clinical and special psychology*. Tom 8. № 1. S. 215–234. [in Russian].
5. Biasi, V., De Vincenzo, C., Patrizi, N., Mosca, M., & Fagioli, S. (2020). The Combined Application of MMPI-2 and OQ-45 to Detect and Measure the Effectiveness of Psychological University Counselling. *Journal of Educational and Social Research*, 10(3), 13–13.
6. Bond, F.W., Hayes, S.C., Baer, R.A., Carpenter, K.M., Guenole, N., Orcutt, H.K., ... & Zettle, R.D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*, 42(4), 676–688.
7. Brkić, M., Kovačević, R., Hrvic, D., Selimbašić, Z., & Avdibegović, E. (2020). Quality of life in patients with mental and behavioural disorders after application of group therapy. *Acta Medica Saliniana*, 49(2).
8. Chiappelli, M., Coco, G.L., Gullo, S., Bensi, L., & Prestano, C. (2008). The Outcome Questionnaire 45.2. Italian validation of an instrument for the assessment of psychological treatments. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 17(2), 152–161.
9. De Francisco Carvalho, L. (2009). Translation and cultural adaptation of Outcome Questionnaire (OQ-45) to Brazil. *Psico-USF (Impr.)*. Vol. 14. No. 3 Itatiba Sept. / Dec.
10. De Jong, K., Nugter, M. A., Polak, M. G., Wagenborg, J. E., Spinhoven, P., & Heiser, W.J. (2007). The Outcome Questionnaire (OQ-45) in a Dutch population: A cross cultural validation. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14(4), 288-301.
11. Feshchenko Yu. I., Mostovoi Yu. M., Babiichuk Yu. V. Protsedura adaptatsii mizhnarodnoho opytuvalnyka otsinky yakosti zhyttia v Ukraini. Dosvid zastosuvannia u khvorykh na bronkhialnu astmu. [The procedure of adaptation of the international quality of life questionnaire in Ukraine. Application experience in patients with bronchial asthma]. *Ukrainskyi pulmonolohichnyi zhurnal – Ukrainian pulmonology journal*. 2002. № 3. S. 9–11.
12. Fischer, J.L., Spann L., & Crawford, D. (1991). Measuring codependency. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 8, 87–100.
13. Gudmundsson E. (2009) Guidelines for translating and adapting psychological instruments, *Nordic Psychology*, 61:2, 29–45.
14. Horowitz, L.M., Rosenberg, S.E., Baer, B.A., Ureño, G., & Villaseñor, V.S. (1988). Inventory of interpersonal problems: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 885–892.
15. Katelyn M. Dyason, Dianne C. Shanley, Analise O'Donovan & Samantha Low-Choy (2020) Does feedback improve psychotherapy outcomes compared to treatment-as-usual for adults and youth?, *Psychotherapy Research*, 30:3, 310–324.
16. Karpenko V.O., Voitenko V.L., Mykolaichuk M.I., Medynska Yu.Ya. Suchasnyi stan psykhiichnoho zdorovia studentskoi molodi: emotsiina, mizhosobystisna ta rolava sfery. [The current state of mental health of student youth: emotional, interpersonal and role spheres. *Praktychna psykholohiia i sotsialna robota - Practical psychology and social work*. 2012. № 11. S. 2–8 [in Ukrainian].
17. Kessler, R.C., Avenevoli, S., Costello, E.J., Georgiades, K., Green, J.G., Gruber, M.J., ... & Sampson, N.A. (2012). Prevalence, persistence, and sociodemographic correlates of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication Adolescent Supplement. *Archives of general psychiatry*, 69(4), 372–380.
18. Kessler, R.C., Petukhova, M., Sampson, N.A., Zaslavsky, A.M., & Wittchen, H.U. (2012). Twelve month and lifetime prevalence and lifetime morbid risk of anxiety and mood disorders in the United States. *International journal of methods in psychiatric research*, 21(3), 169–184.
19. Kroenke, K., Spitzer, R.L., & Williams, J.B. (2001). The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. *Journal of general internal medicine*, 16(9), 606–613.
20. Lambert, M.J., Burlingame, G.M., Umphress, V., Hansen, N.B., Vermeersch, D.A., Clouse, G.C., & Yanchar, S.C. (1996). The reliability and validity of the Outcome Questionnaire. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory and Practice*, 3(4), 249–258.
21. Lambert, M.J., Hansen, N.B., & Harmon, S.C. (2010). Outcome Questionnaire System (The OQ System): Development and practical applications in healthcare settings. *Developing and Delivering Practice-Based Evidence*. John Wiley & Sons, Ltd, Chichester.
22. Lambert, M.J., Lunnen, K., Umphress, V., Hansen, N., Burlingame, G. (1994). Administration and scoring manual for the Outcome Questionnaire (OQ 45.1). Salt Lake City, UT: IHC Center for Health Care Efficacy.
23. Mykolaichuk M. I. Styhmatyzovanist psykholohichnoi dopomohy sered studentskoi molodi Ukrainy ta Kanady. [Stigmatization of psychological care among student youth of Ukraine and Canada]. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. IV (49). Issue: 103, 2016. S. 79–83. [in Ukrainian].
24. Ogrodniczuk, J.S., Piper, W.E., Joyce, A.S., Steinberg, P.I., & Duggal, S. (2009). Interpersonal problems associated with narcissism among psychiatric outpatients. *Journal of Psychiatric Research*, 43(9), 837-842.
25. Osnytskyi, A.K. Opredelenye kharakterystyk sotsyalnoi adaptatsy. [Characterization of social adaptation]. *Psykholohyia i shkola - Psychology and school*. 2004. №1. S. 43–56. [in Russian].

26. Raz Gross, M.D., Glasser, S., Jacobson, D.M., Levitan, G., & Ponizovsky, A.M. (2015). Validation of the Hebrew and Arabic versions of the Outcome Questionnaire (OQ-45). *The Israel journal of psychiatry and related sciences*, 52(1), 33.
27. Regier, D.A., Boyd, J.H., Burke, J.D., Rae, D.S., Myers, J.K., Kramer, M., ... & Locke, B.Z. (1988). One-month prevalence of mental disorders in the United States: Based on five epidemiologic catchment area sites. *Archives of General Psychiatry*, 45(11), 977–986.
28. Risa Takara, Mark E. Beecher, John C. Okiishi, Ken Shimokawa, Michael J. Lambert & Derek Griner (2017) Translation of the Outcome Questionnaire-45 (OQ) into Japanese: *A cultural adaptation, Psychotherapy Research*, 27:2, 154–166.
29. Sereda, Y., & Dembitskyi, S. (2016). Validity assessment of the symptom checklist SCL-90-R and shortened versions for the general population in Ukraine. *BMC psychiatry*, 16(1), 300.
30. Spitzer, R.L., Kroenke, K., Williams, J.B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092–1097.
31. Stewart, S.H., Grant, V.V., Mackie, C.J., & Conrod, P.J. (2016). Comorbidity of anxiety and depression with substance use disorders. In K.J. Sher (Ed.), *Oxford library of psychology. The Oxford handbook of substance use and substance use disorders*. Oxford University Press. P. 149–186.
32. Whiteford, H.A., Degenhardt, L., Rehm, J., Baxter, A.J., Ferrari, A.J., Erskine, H.E., ... & Burstein, R. (2013). Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: findings from the Global Burden of Disease Study. *The Lancet*, 382(9904), 1575–1586.

Стаття надійшла до редакції 18.06.2020.
The article was received 18 June 2020



СЕКЦІЯ 7. СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК [159.922.76+159.942.2]-053.6:376-056.36
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-3-26>

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ФОРМУВАННЯ
ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСІБ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ
РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

Вовченко Ольга Анатоліївна,

кандидат психологічних наук, докторант

*Інститут спеціальної педагогіки та психології імені Миколи Ярмаченка
Національної академії педагогічних наук України*

olgawow4enko@gmail.com

orcid.org/0000-0002-4399-0118

Мета статті полягає в науковому обґрунтуванні важливості та ефективності застосування психологічного супроводу формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку, з урахуванням стану сформованості загального рівня емоційного інтелекту. Досягнення мети дослідження забезпечувалось поетапним вирішенням основних завдань: констатування первинного стану сформованості емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку; характеристика та опис сутності надання комплексного психологічного супроводу та психологічної допомоги в процесі формування емоційного інтелекту досліджуваних підлітків; перевірка ефективності психологічного супроводу з формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку.

Методи. З метою розв'язання поставлених завдань і забезпечення достовірності положень та висновків було використано метод психодіагностики (методика «Емоційний інтелект» за Н. Холмом), бесіди, спостереження; було створено контрольну та експериментальну групу. Контрольна група передбачала проведення виключно процедури психодіагностики. Експериментальна група, окрім психодіагностичних процедур, проходила низку психологічних практик.

Результати. За результатами дослідження було встановлено низький рівень емоційного інтелекту, емоційної обізнаності, емпатії, управління власними емоціями та середній рівень здатності до розпізнавання емоцій інших людей. Емоційний інтелект визначався низьким рівнем сформованості, але в процесі дослідження та психологічного впливу встановлено якісну та кількісну динаміку за його показниками, зокрема емпатії, та підвищення загального рівня емоційного інтелекту.

Висновки. Розроблено програму психологічного супроводу, що реалізується за двома напрямками – основним і додатковим. Основний напрям – це безпосередній вплив на особистість підлітка з порушеннями розумового розвитку, додатковий – це вплив на досліджуваних підлітків через його найближче оточення: сім'ю, педагогів, вихователів.

Ключові слова: підлітковий вік, порушення розумового розвитку, психологічний супровід, психологічна допомога, емоційний інтелект.

**PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE
OF PERSONS WITH DISORDERS OF MENTAL DEVELOPMENT IN ADOLESCENCE**

Vovchenko Olha Anatoliivna,

Candidate of Psychological Sciences, Doctoral Student

*Mykola Yarmachenko Institute of Special Education and Psychology
of National Academy of Educational Sciences of Ukraine*

olgawow4enko@gmail.com

orcid.org/0000-0002-4399-0118

The purpose of the article is to scientifically substantiate the importance and effectiveness of the psychological support of the formation of emotional intelligence of adolescents with intellectual disabilities, taking into account the state of formation of the general level of emotional intelligence. The purpose of the study was provided by a step-by-step solution of the main tasks: stating the initial state of formation of emotional intelligence in adolescents with intellectual disabilities; characteristics and descriptions of the essence of providing comprehensive psychological support and psychological assistance in the process of forming the emotional intelligence of adolescents; checking the effectiveness of psychological support for the formation of emotional intelligence of the studied adolescents.

Methods. To solve the tasks and ensure the reliability of the provisions and conclusions, the method of psychodiagnostics (the method of “Emotional Intelligence” by N. Hall), conversations were used; a control and experimental group was created. The control group provided only for the procedure of psychodiagnostics. The experimental group, in addition to psychodiagnostic procedures, underwent a number of psychological practices.

Results. The study found a low level of emotional intelligence, emotional awareness, empathy, self-management and an average level of ability to recognize other people’s emotions. Emotional intelligence was determined by a low level of formation, but in the course of research and psychological impact established qualitative and quantitative dynamics of its indicators, including empathy, and an increase in the overall level of emotional intelligence.

Conclusions. The program of psychological support which is realized in two directions – the basic and additional is developed. The main direction is a direct impact on the personality of a teenager with intellectual disabilities, an additional one is the impact on the studied adolescents through his immediate environment, through family, teachers.

Key words: *adolescence, mental retardation, psychological support, psychological assistance, emotional intelligence.*

Вступ

Реформування освіти в Україні в контексті тенденцій рівності передбачає реалізацію дитиноцентрованої парадигми, яка є визначальною в процесі оновлення європейських освітніх систем. Сучасна система освіти має передбачати створення таких умов, за яких дитина з порушеннями психофізичного розвитку отримує змогу сформувати власні особисті цінності, реалізувати власну життєву програму. Особливо це актуально в умовах трансформації українського суспільства, соціальних зламів і криз. Переосмислення суспільством ставлення до дітей із порушеннями психофізичного розвитку, зокрема осіб із порушеннями розумового розвитку, яке відбувається нині, визнання їхніх прав, визначення цілей, завдань, пріоритетних підходів до їх розвитку, навчання, виховання, психологічного супроводу зумовлює необхідність визначення оптимальних соціально-психолого-педагогічних умов.

Сучасна спеціальна педагогіка та спеціальна психологія передбачають переформування традиційної практики навчання, виховання, психологічної допомоги дітям із психофізичними порушеннями. Важливе місце в цьому контексті належить питанням психологічного супроводу, психологічній корекції, психологічній терапії. Сучасними пріоритетними напрямами психологічної допомоги дітям, зокрема підліткам із порушеннями розумового розвитку в Україні є індивідуалізація психологічної допомоги (психологічної діагностики, психологічної корекції), застосування особистісно орієнтованих технологій.

На сучасному етапі розвитку спеціальної психології є широкий спектр психологічних технологій із надання психологічної допомоги, формування психологічного супроводу, корекції та розвитку особистості підлітків. Представники комплексного під-

ходу В. Авраменко, Н. Демченко, Ф. Фелс та інші зазначали, що для ефективної роботи з підлітками з порушеннями розумового розвитку доречно використовувати широкий спектр психокорекційних і терапевтичних технологій, «інтеграцію та комбінування один з одним із метою більш повного та якісного впливу на формування особистості» (Авраменко, 2016; Демченко, 2016; Fels, 2016). Тому у психокорекційній і психотерапевтичній роботі з підлітками з порушеннями розумового розвитку значну роль відіграє саме комбінаторність технік та інноваційно-корекційних технологій, як, наприклад, арттерапія, тілесно-рухова та ігрова терапія.

Л. Степовий як представник мультимедійного підходу зазначав, що успішність підбору технологій психологічного впливу залежить від емоційного включення суб’єкта впливу. Емоційне включення визначає ефективність методики. Так, вчений виокремлював низку характеристик, «наявність яких забезпечує той чи інший ступінь емоційного включення підлітка в психотерапевтичну чи психокорекційну діяльність» (Степовий, 2015). З огляду на предмет дослідження, а саме емоційний інтелект, чим більшу кількість параметрів буде представлено в певній вправі, тим більшою мірою вона сприятиме формуванню емоційного інтелекту підлітка, того чи іншого функціонального стану емоційної сфери особистості та структурних компонент емоційного інтелекту. До таких характеристик належать ритм і темп вправи (музика, вислови-цитати, танець, пластико-драматичні дії), зміст (текст, казка, малюнок, фотографія, колаж), форма (малюнок, скульптура, колаж, пластиково-рухова композиція), складність використання та доцільність для підлітка. Наявність усіх перелічених характеристик в одній вправі чи методиці сприяє результативності й «екологічності»



використання її психологом у роботі з підлітком у процесі формування емоційного інтелекту.

Актуальність дослідження, власне дослідження стану сформованості емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку та психологічного супроводу формування саме емоційного інтелекту зумовлюється, по-перше, вирішенням нагальної потреби розроблення ефективних технологій розвитку особистості з порушеннями розумового розвитку на різних вікових етапах її становлення, зокрема в такому складному періоді, як пубертат. По-друге, формування і розвиток емоційного інтелекту як запоруки ефективного входження особистості підлітка в сучасний соціальний простір. Оскільки, на нашу думку, з огляду на вже отримані результати та дослідження емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку, його вплив на структуру особистості, він виступає гарантом та підтримкою особистісного конструкту, поведінкових особливостей, що допомагають пристосовуватися підлітку до динамічних трансформаційних процесів у світі (на глобальному і локальному рівнях). У зв'язку з цим актуальною проблемою сучасної спеціальної психології є не лише формування побутових навичок, що було пріоритетним десятки років тому, а набуття нових актуальних умінь, практичного пізнання не лише певної професії, а й самого себе. Нового значення набувають такі поняття, як особистісна саморегуляція особистості з порушеннями розумового розвитку, психолінгвістичні аспекти емоційної саморегуляції, формування емоційного інтелекту, вміння вербалізувати свої почуття, переживання, формування особистісних компетентностей (не лише професійних) особистості з порушеннями розумового розвитку.

Мета статті полягає в науковому обґрунтуванні важливості та ефективності застосування психологічного супроводу формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку з урахуванням стану сформованості загального рівня емоційного інтелекту та його компонентів.

Відповідно до мети дослідження визначено та сформульовано такі завдання:

- констатувати початковий стан сформованості емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку;
- охарактеризувати та описати сутність надання комплексного психологічного супроводу та психологічної допомоги в процесі формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку;

– перевірити ефективність надання психологічного супроводу з формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Ефективність формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку повною мірою залежить від здатності до ідентифікації себе та власного «Я», від здатності до саморегуляції та самоконтролю. Як зазначала М. Микитенко, є два види ідентифікації: інтеріоризаційна та екстеріоризаційна, що є безпосередніми механізмами розвитку самосвідомості, а отже, і саморегуляції, рефлексії та самоконтролю підлітка (Микитенко, 2017). Інтеріоризаційна ідентифікація забезпечує «самопривласнення» і відчуття іншого (забезпечення формування емпатії – основної з компонент емоційного інтелекту). Екстеріоризаційна ідентифікація забезпечує перенесення своїх почуттів і мотивів на іншого (розвиток власне самого емоційного інтелекту). Так, взаємодія цих ідентифікаційних механізмів уможливує подальший особистісний розвиток підлітка, формування особистісної саморегуляції та важливої для формування емоційного інтелекту емоційної саморегуляції. Л. Булгакова та А. Ванда констатують, що розвиток ідентифікаційних процесів у підлітковому віці відбувається не тільки щодо інших людей, але й у ставленні до оточуючих предметів, наприклад до улюблених побутових речей (дзеркала, ручки, сумки, рюкзака, одягу) під час корекційних вправ, неживих об'єктів, до яких дитина відчуває прихильність (улюблений телефон, талісман тощо). Саме тому підліток легко ідентифікує себе з лялькою або іншою іграшкою, людиною на фотокартці, вигаданим героєм, літературним персонажем під час корекційних занять (Булгакова, 2015; Wanda, 2014). Такі погляди вчених підтверджують відповідність і адекватність вибраних нами комбінаторності технології психокорекційного впливу в процесі психологічного супроводу – лялькотерапія, театротерапія, ігрова терапія у формуванні емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку.

Як зазначає П. Мілс, роль ідентифікаційного механізму з точки зору процесів самопізнання та пізнання іншої людини є невід'ємною частиною будь-якої психологічної допомоги в підлітковому віці (Mils, 2017). Зазначимо, що перша ідентифікація особистості відбувається з батьками, але з часом коло людей, з якими особистість себе ідентифікує, розширюється: це рідні, вихователі, педагоги, однолітки, рідше

літературні персонажі, герої мультфільмів, фільмів. Через ідентифікацію підліток пізнає іншу людину, через наслідування переносить отримані знання про інший суб'єкт на себе і, приміряючи їх, стає здатним до розрізнення схожого та відмінного, що призводить до формування рефлексії, самозвіту та формування розуміння себе, своїх почуттів, емоцій переживань.

Однією з умов формування емоційного інтелекту, зазначає Ю. Корольова, є розвиток емпатії та емоційного аспекту психолінгвістики, шляхом збагачення знань про емоції, почуття (Корольова, 2014). Так, для формування в підлітків із порушеннями розумового розвитку певного рівня емоційного інтелекту ми намагалися впродовж зустрічей, що слідували після психологічної діагностики, заохочувати вираження ними різних емоційних станів, їх вербалізації та диференціації в різних побутових ситуаціях, виявляючи до підлітків увагу, довіру, чуйне ставлення, пояснюючи їм зміст моральних почуттів, обговорюючи з ними причини і наслідки їхніх проблем, поведінки тощо.

Розвиток емоційного відгуку, формування цінності емоцій, почуттів, стосунків з іншими є однією з умов, що становить основу формування емоційного інтелекту, а також сприяє вдосконаленню як розуміння, так і співчуття, співпереживання у ставленні до інших людей (гуманна позиція) – значущих дорослих й однолітків. Адже підліток із гуманною позицією позитивно ставиться до однолітків, добре знає їхні інтереси, настрої, бажання, охоче і за власною ініціативою ділиться тим, що має, допомагає іншим, не розраховуючи на похвалу чи винагороду, а робить це виключно зі співчуття, бажання допомогти або тому, що отримує від цього радість, задоволення. Гуманна позиція у ставленні до однолітків найбільш сприятлива для формування емоційного інтелекту. Таке ставлення, тобто гуманне, підкреслює В. Мельниченко, розвивається та формується в підлітковому віці через здатність сприймати, розпізнавати та диференціювати емоційні стани інших людей, приходити їм на допомогу, враховувати інтереси оточуючих у процесі постановки та досягнення своєї мети (Мельниченко, 2016).

Однією з умов формування емоційного інтелекту є формування здатності до копіювання емоцій, розуміння причини тих чи інших емоційних станів, співчуття та співпереживання партнера, дистанціювання від партнера, вербалізація власних переживань тощо. М. Микитенко вважає, що для ефективного формування емоційного інтелекту необхідним є не лише розуміння та верба-

лізація емоційних станів, а й «формування здатності підлітка до мімічно-моторного відображення емоцій іншої людини, в чому активною допомогою психологу є використання методик тілесно-рухових технологій психологічного впливу на особистість. Оскільки саме цей тип методик дає змогу підлітку отримувати не лише візуальну інформацію про стан партнера, але й активізувати (в процесі копіювання, повторення, віддзеркалення емоції власним обличчям чи тілом) спогади, знання, досвід про власні аналогічні переживання цього емоційного стану, почуття» (Микитенко, 2017). Як зазначав Н. Холл, одна з успішних передумов формування та розвитку емоційного інтелекту – отримання суб'єктом психомоторної інформації про емоцію. Отже, процес розпізнавання станів за експресивними ознаками обличчя ми розглядаємо в загальнопсихологічному плані як співвіднесення перцептивного образу й еталонів, які зберігаються в пам'яті. Це складний комплексний процес, який реалізується під час безпосередньої взаємодії з іншими людьми і підкоряється загальним законам відображення предметів реального світу. Водночас він має специфічні відмінності, що відрізняють його від розпізнавання статичних об'єктів. Розпізнавання різних емоцій здійснюється нерівномірно, за ступенями, вибірково, фіксуються і як форми вияву, і як комплексна емоційна реакція. Здатність до розпізнавання емоцій не є загальною характеристикою, вона детермінована досвідом спілкування з іншими людьми.

Варто зазначити, що однією з важливих умов саме практичного формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку є система взаємин підлітка з оточуючими у двох важливих лініях психологічного впливу: підліток – дорослий і підліток – підліток. Взаємини «підліток – дорослий» мають основне значення, виступають першоосновою всіх видів його ставлення до дійсності та джерелом психічного розвитку. З процесом дорослішання в підлітка виникають і далі посилюються потреби в самостійності, творчості, самопізнанні, реалізувати, які він прагне з однолітком як із рівним собі партнером. Саме тому в процесі формування емоційного інтелекту нами було передбачено спільні види діяльності як із педагогом, психологом, батьками, так і з однолітками.

2. Методологія та методи

З метою розв'язання поставлених завдань і забезпечення достовірності положень та висновків нами було використано



метод психодіагностики, що дало змогу визначити рівні емоційного інтелекту. Психологічна діагностика стану сформованості емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку здійснена за допомогою методики «Емоційний інтелект» (за Н. Холлом), бесіди, спостереження.

Було створено контрольну та експериментальну групу. Контрольна група передбачала проведення виключно процедури психодіагностики. Експериментальна група, окрім психодіагностичних процедур, проходила низку психологічних практик. Дослідженням було охоплено 110 підлітків із порушеннями розумового розвитку. Експериментальна група становила 60 підлітків, контрольна – 50. Психодіагностика проводилась відповідно до інструкцій, із дотриманням необхідних вимог та використання інструментарію у спеціальних загальноосвітніх школах-інтернатах м. Києва. Експериментальна група – група, де було реалізовано психологічний супровід і його складники. Контрольна група – група, де не здійснювався психологічний вплив за окресленими аспектами.

3. Результати та дискусії

Дослідження стану сформованості емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку проведено за допомогою методики «Емоційний інтелект» (за Н. Холлом). За результатами діагностики було встановлено низький рівень емоційного інтелекту, емоційної обізнаності, емпатії, управління власними емоціями та середній рівень здатності до розпізнавання емоцій інших людей. За результатами діагностування жоден із показників не визначався високим рівнем у контрольній групі (далі – КГ), в експериментальній групі

(далі – ЕГ) емпатія у 5% визначалася високим рівнем, що на 5% більше порівняно з результатами діагностики підлітків порушеннями розумового розвитку до використання психологічних консультацій, психокорекційних занять, загалом активізації психологічного супроводу (Табл. 1).

Беручи до уваги отримані результати, варто зазначити позитивну динаміку в експериментальній групі щодо покращення рівня емоційної усвідомленості на 10%, управління власними емоціями на 15%, самомотивації на 5%, емпатії на 15%, здатності до розпізнавання емоційних станів на 5% – порівняно з підлітками КГ. Покращення ж показників загального рівня емоційного інтелекту не відбулося і залишилося незмінним у КГ та ЕГ, що свідчить про потребу подальших наукових пошуків, розробок та вдосконалення технологій психологічного впливу на загальний рівень формування емоційного інтелекту.

Доречно зазначити, що після використання психологічних практик було констатовано позитивну динаміку в експериментальній групі щодо формування емоційного інтелекту за віковим критерієм (показники зведено за результатами психодіагностики за класами навчання) порівняно з підлітками з порушеннями розумового розвитку контрольної групи (табл. 2, табл. 3).

За результатами дослідження, емоційний інтелект визначається низьким рівнем сформованості, але в процесі дослідження встановлено якісну та кількісну динаміку за його показниками, зокрема емпатії та підвищенням загального рівня емоційного інтелекту. У підлітків із порушеннями розумо-

Таблиця 1

Порівняльний аналіз сформованості емоційного інтелекту та його складників за методикою Н. Холла в підлітків із порушеннями розумового розвитку (до формувального експерименту КГ та ЕГ) та після психологічного впливу (у %)

Показники	Рівні								
	Низький			Середній			Високий		
	До формуючого експерименту	ЕГ	КГ	До формуючого експерименту	ЕГ	КГ	До формуючого експерименту	ЕГ	КГ
Загальний рівень емоційного інтелекту	95	95	95	5	5	5	–	–	–
Емоційна усвідомленість	90	85	95	10	15	5	–	–	–
Управління власними емоціями	80	70	85	20	30	15	–	–	–
Емпатія	80	65	80	20	30	20	–	5	–
Здатність до розпізнавання емоцій інших людей	40	35	45	60	65	55	–	–	–

вого розвитку експериментальної групи основною емоцією, яка потребує подальших психологічних втручань та психотерапевтичних практик, є гнів, констатовано також недостатню та часткову сформованість образу «Я», вибіркочу та недостатню сформованість психічних процесів і низький рівень їх регуляції, але водночас констатовано зростання показників прийняття себе та прийняття інших, рівня адаптованості до оточення (здатність адекватного вираження емоції відповідно до ситуації), зростання показників комунікативних здібностей та усвідомлення співпереживання (емпатія). У підлітків експериментальної групи досить сформована здатність до ідентифікації та розуміння емоційних станів.

Перевірка достовірності та ефективності результатів використання психологічного супроводу була здійснена за допомогою t-критерію розподілу Стьюдента, що підтверджує саме ефективність застосування визначених умов і розробленої програми психологічного супроводу формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку (Табл. 4).

Статистична значущість різниці між вихідними та підсумковими даними контрольної та експериментальної груп до і після формування експерименту щодо рівня сформованості емоційного інтелекту визначалася за допомогою застосування t-критерію Стьюдента. З огляду на значення в контрольній групі критерій Стьюдента (тобчисл=0,382) не перевищує критичне значення $t_{\text{табл}}=2,044$, отже, гіпотеза про випадковий характер коефіцієнта регресії не відхиляється, а вплив формуючого експерименту в контрольній групі вважається неістотним. Значення критерію Стьюдента в експериментальній групі (тобчисл=2,197)

перевищує критичне значення $t_{\text{табл}}=2,025$, отже, гіпотеза про випадковий характер коефіцієнта регресії відхиляється, а вплив формуючого експерименту в експериментальній групі вважається істотним.

Таким чином, у результаті проведення аналізу даних визначається прогресивна динаміка результатів щодо рівня сформованості емоційного інтелекту та його компонентів. Це є вагомим підставою для підтвердження ефективності програми психологічного супроводу досліджуваних підлітків та подальшої можливості її застосування на практиці, з індивідуальними коригуючими змінами, відповідно до кожного підлітка та його родини.

Тому зазначимо, що методологічним підґрунтям розробки психологічного супроводу підлітків із порушеннями розумового розвитку з метою формування емоційного інтелекту та впровадження програми психологічного корекційного впливу на формування EQ (емоційний інтелект) підлітків із порушеннями розумового розвитку стала інтеграція психоаналітичних, когнітивних і сучасних інноваційних арттерапевтичних методик (музична терапія, ігрова терапія, тілесна терапія тощо).

Розроблення психологічного супроводу щодо формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку відбувалося з урахуванням компонентів EQ і врахуванням потенційних можливостей особистісного розвитку таких підлітків. Структура програми зумовлена метою, принципами, завданнями, формами та методами психокорекційних технологій, які безпосередньо впливають на особистість підлітка з порушеннями розумового розвитку.

Теоретичним і методичним підґрунтям психологічного супроводу стали положення особистісного, діяльнісного та системного

Таблиця 2

Порівняльний аналіз стану сформованості емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку експериментальної групи за віковим критерієм (у %)

%	5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.	9 кл.	Загальний результат
Високий	–	–	1	1	–	0,5
Середній	8	9	14	16	19	13,5
Низький	92	91	85	83	81	86

Таблиця 3

Порівняльний аналіз стану сформованості емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку контрольної групи за віковим критерієм (у %)

%	5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.	9 кл.	Загальний результат
Високий	–	–	–	–	1	0,2
Середній	5	10	11	14	20	12
Низький	95	90	89	86	79	87,8



Таблиця 4

Статистичний аналіз даних впливу психологічного супроводу підлітків із порушеннями розумового розвитку експериментальної та контрольної групи (аналіз значущості різниці в оцінках)

Рівень оцінки	Контрольна група		Експериментальна група	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
Середнє X	13,5	13,8	13,5	16,3
Дисперсія G	3,1	3,9	3,1	3,48
Помилка m	0,46	0,44	0,46	0,58
Рівень вірогідності P	0,05		0,05	
Критерій Стьюдента (обчислюваний) t0,05	0,382		2,197	
Критерій Стьюдента (табличний) t0,05	2,044		2,025	

підходів. Згідно з особистісним підходом, формування емоційного інтелекту пов'язане із самоконтролем емоційних проявів і поведінковою саморегуляцією особистості, які визначаються способом ідентифікації підлітком сприйнятої інформації та вибором способу реакції на події навколишнього середовища. Згідно з діяльнісним підходом, формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку пов'язане із засвоєнням її як власності суб'єкта. Тобто в процесі формування EQ його варто розглядати як якість (здатність до диференціації, сприймання, розуміння, вираження емоцій, рефлексії), як процес (здатність до сприйняття та переживання поточної інформації, події чи досвіду, здатність до прогнозування власних дій, вчинків, поведінки). Згідно із системним підходом, формування емоційного інтелекту потребує систематичних комплексних та індивідуальних занять, що передбачатимуть формування тандему та позитивних установок у процесі спілкування.

В основу психодіагностичних процедур та психокорекційних занять було покладено дидактичні принципи спеціальної психології, зокрема принципи гуманізму, орієнтованості на підлітка, інновації в психокорекційній роботі, індивідуалізму та всебічності.

Таким чином, психологічний супровід формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку розглядався нами як система цілеспрямованого та організованого впливу на поведінкову, мотиваційну та емоційно-вольову сфери підлітка, який включав групові психокорекційні заняття з підлітками, індивідуальні терапевтичні консультації з підлітками, групові тренінги з батьками, індивідуальні терапевтичні консультації (за запитом, за потребою), групові та індивідуальні роботи з педагогами / вихователями / соціальними працівниками. Психологічний супровід розрізняється за кількістю учас-

ників (індивідуальні, групові), за формами психологічних впливів (тренінги, індивідуальні консультації), за засобами психологічного впливу (розвиваючі, корекційні, терапевтичні, рекомендаційні).

Мета використання психологічного супроводу в роботі з підлітками з порушеннями розумового розвитку – це формування усвідомлення власної поведінкової стратегії, усвідомлення почуттів, переживань та емоцій підлітком в конкретних ситуаціях (у певний момент часу), навчання підлітків керувати ними в процесі життєдіяльності, пошук соціально прийнятних способів реалізації, вивільнення та проживання емоційного спектра, як позитивного, так і негативного.

Основними завданнями, які ми ставили перед собою в процесі реалізації психологічного супроводу, були:

- створення системи взаємодії психолога з підлітком і найближчим оточенням (сім'єю, педагогами);
 - усвідомлення, диференціація та вербалізація власних емоцій та емоційних станів, переживань;
 - формування та розвиток здатності розуміти емоції й емоційні стани іншої людини, формування адекватної реакції;
 - формування, усвідомлення та вербалізація власних потреб і мотивів діяльності та способів їх задоволення;
 - формування адекватного образу «Я» підлітка;
 - формування в підлітка самоконтролю за власними діями, емоціями та емоційними станами.
- На підставі зазначених теоретичних положень було розроблено зміст методики, спрямованої на формування, розвиток і корекцію емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку в процесі спеціально організованих психокорекційних занять та спеціально розробленої психологічної програми.

Програма структурно передбачала реалізацію 4 блоків, розрахованих на підлітків із порушеннями розумового розвитку 5 класів (від 5 по 9 клас) у межах 52 годин. Заняття, що входили до модулів, були побудовані у формі тренінгових вправ, ігор з інтеграцією індивідуальної та групової роботи, психотехнологічної та просвітницької діяльності, в поєднанні різних технік психологічної роботи та психологічного впливу, як зазначалось вище.

Блок перший спрямований на формування та корекцію емоційної сфери загалом (агресивність, гнів, зміни настрою тощо), блок другий – на розвиток і формування когнітивних складників емоційного інтелекту (диференціацію емоцій, зіставлення їх, порівняння з минулим досвідом, самоконтроль, саморегуляція), блок третій – на формування психолінгвістичних аспектів емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку (вербалізація почуттів, емоцій, переживань), блок четвертий – на закріплення набутих знань, умінь і навичок та формування поведінкових аспектів, загального рівня особистісного розвитку. Для практичного при-

кладу та розуміння структурності програми розглянемо її частину, тематичні заняття та використання необхідних психологічних технологій для 7 класу із зазначенням кількості годин (2 години на 1 тему). Така структура була розроблена для кожного класу з однаковими блоками, але різним тематичним наповненням (табл. 5).

Крім основної програми для підлітків, було розроблено супроводжувальну консультативну програму для педагогів і батьків, яка використовувалася в експериментальній групі з метою комплексного впливу на формування емоційного інтелекту та розвитку особистості підлітка з порушеннями розумового розвитку загалом. Основна мета додаткової програми – це комплексна взаємодія з основною програмою, що спрямована на самого підлітка з порушеннями розумового розвитку, яка впливатиме на формування емоційного інтелекту досліджуваних підлітків, шляхом сприяння гармонізації впливу зовнішнього соціального середовища розвитку підлітків засобами групової та індивідуальної просвітницької роботи з найближчим оточенням дитини,

Таблиця 5

Структура програми «Психологічний супровід формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку» (для 7 класу)

Змістові блоки програми	Теми корекційних занять	Технології змістових блоків програми	Кількість годин
1. Формування та корекція емоційної сфери	Заняття 1. «Мій настрій» Заняття 2. «Радість і сум» Заняття 3. «Злість» Заняття 4. «Страх – добре чи погано» Завдання 5. «Здивуй мене» Заняття 6. «Хто і який я?»	когнітивні арттерапевтичні тілесно-рухові	12
2. Формування когнітивних складників емоційного інтелекту	Заняття 1. «Як ми оцінюємо себе та інших?» Заняття 2. «Співчуття» Заняття 3. «Дружба: хто такі друзі й як їх знаходити» Заняття 4. «Допомога потрібна?» Заняття 5. «Доброта — основна чеснота людини: чи важко бути добрим?» Заняття 6. «Чим я пишаюся, а чим ні у своєму житті!» Заняття 7. «Довіра і турбота» Заняття 8. «Розуміння себе важливо! А оточуючих ...?»	когнітивні арттерапевтичні ігрові тілесно-рухові	16
3. Формування психолінгвістичних аспектів емоційного інтелекту	Заняття 1. «Мої почуття сьогодні» Заняття 2. «Обожнюю, коли...» Заняття 3. «Я дратівливий» Заняття 4. «Я добрий, але злий» Заняття 5. «Невдачі і моє ставлення до них» Заняття 6. «Мої страхи й тривоги» Заняття 7. «Агресивність і гнів: що це таке?»	когнітивні арттерапевтичні	14
4. Перевірка загального рівня емоційного інтелекту та формування поведінкових аспектів особистості	Заняття 1. «Хороший хлопчик, хороша дівчинка: які вони?» Заняття 2. «Мій ідеал: яким я хочу стати» Заняття 3. «Мій антигерой» Заняття 4. «Моя поведінка в конфліктних ситуаціях» Заняття 5. «Правила мого життя»	когнітивні арттерапевтичні ігрові тілесно-рухові	10



батьками та педагогами. Ця програма розроблена з метою сприяння гармонізації соціальної ситуації розвитку підлітка з порушеннями розумового розвитку як забезпечення зовнішніх передумов формування емоційного інтелекту.

Додаткову програму для батьків і педагогів зосереджено на розв'язанні таких завдань: ознайомлення дорослих із віковими, психофізичними та індивідуальними особливостями підлітків із порушеннями розумового розвитку; ознайомлення зі способами взаємодії з означеною категорією підлітків; сприяння формуванню позитивного ставлення дорослого до підлітка, що ґрунтується на безумовному прийнятті; формування адекватного ставлення дорослих до порушень емоційної та поведінкової сфери в підлітків із порушеннями розумового розвитку; сприяння усвідомленню дорослими власної ролі у формуванні емоційного інтелекту та загалом поведінки підлітка з порушеннями розумового розвитку.

Консультативна робота з педагогами проходила у двох формах: по-перше, індивідуальне консультування педагогів, класних керівників, вихователів, психологів, соціальних працівників, які працюють із підлітками експериментальної групи в навчальному закладі; по-друге, навчальні заняття із сучасних інноваційних технологій у роботі із зазначеною категорією підлітків. Навчальні заняття проходили у формі лекцій-консультацій за 4 тематичними блоками, що відповідали тематичним блокам програми для підлітків. Загальна кількість

годин для педагогів становила 38 годин. Кількість наданих індивідуальних консультацій не фіксована, однак навчальна програма складається, як зазначалось, із 4 блоків, які розкривають основні технології роботи з підлітками з формування емоційного інтелекту (табл. 6).

Робота з батьками полягала в проведенні семінарів-тренінгів батьківської ефективності та наданні індивідуальних консультацій із питань гармонізації стосунків батьків із підлітком із порушеннями розумового розвитку. Тому робота з батьками проводилась у двох формах: індивідуальній і груповій. Індивідуальна робота з батьками полягала в індивідуальному консультуванні батьків, яке поділялось на «планове» та «на запит». Планові індивідуальні консультації є такими, що передбачені потребою вирішення питань, які виникають у процесі спілкування та корекційної роботи з підлітком із порушеннями розумового розвитку. Планові індивідуальні консультації пропонує батькам психолог, де повідомляються індивідуальні особливості їхньої дитини, даються необхідні рекомендації. Індивідуальні консультації на запит надає психолог батькам виключно на їх прохання, кількість консультацій не фіксована, її визначають за потребами батьків та підлітків.

Групова робота з батьками полягала в проведенні низки семінарів-тренінгів батьківської ефективності щодо вирішення проблем неадекватних емоційних реакцій підлітка (агресивної поведінки, відсутності самоконтролю, емоційної холодності, жорстокості тощо). В основу розробки такого семінару-тренінгу

Таблиця 6

Структура консультацій-тренінгів для педагогів і вихователів спеціальних навчальних закладів

Змістові блоки програми	Теми корекційних занять	Кількість годин
1. Формування та корекція емоційної сфери	Лекції та практичні заняття з формування емоційного інтелекту різними техніками арттерапії: ізотерапія, фтотерапія, пісочна терапія, масло-терапія, кінотерапія, музична терапія. Лекції та практичні заняття з тілесно-рухових практик.	10
2. Формування когнітивних складників емоційного інтелекту	Лекції та практичні заняття з формування емоційного інтелекту та його складників методиками глинотерапії, тістопластики, пісочної терапії та ТРТ (тілесна терапія, танець, рух), елементів психологічного танцю (трансовий рух)	12
3. Формування психолінгвістичних аспектів емоційного інтелекту	Лекції та практичні заняття з формування психолінгвістичних аспектів емоційного інтелекту засобами казкотерапії, лялькотерапії, використанням методики метафористичних карт	10
4. Перевірка загального рівня емоційного інтелекту та формування поведінкових аспектів особистості	Лекції та практичні заняття з формування поведінки підлітків та загального рівня емоційного інтелекту методиками ігрової терапії, драмотерапії та психологічного театру, маскотерапії. Підсумки, загальні рекомендації з попередніх лекцій тощо.	8

покладено ідеї та принципи арттерапії та гештальттерапії. Призначення розробки семінару-тренінгу батьківської ефективності – сприяти гармонізації стосунків батьків із дитиною як опосередкованого впливу на формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку.

Запропонована нами групова робота з батьками спрямована на розв'язання таких завдань: ознайомлення з віковими та психофізичними особливостями підлітків із порушеннями розумового розвитку; усвідомлення внутрішнього світу емоцій і почуттів підлітка та власного ставлення до нього; формування позитивного ставлення до підлітка; усвідомлення власної позиції щодо виховання підлітка й навчання ефективним способам взаємодії з ним; ознайомлення батьків з їх роллю у формуванні емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку та його значенням для подальшого життя в сучасному суспільстві. Під час проведення семінарів-тренінгів батькам було запропоновано різнобічну інформацію про вікові, психофізичні особливості підлітків із порушеннями розумового розвитку, про методи та стилі виховання підлітків, тести на пізнання себе, терапевтичні вправи, ігри, дискусії.

Висновки

Таким чином, нами виявлені та сформовані психолого-педагогічні аспекти побудови ефективного психологічного впливу на формування емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку. Розроблено програму психологічного супроводу, що реалізується за двома напрямками – основним і додатковим. Основний напрям – це безпосередній вплив на особистість підлітка з порушеннями розумового розвитку, додатковий – це вплив на досліджуваних підлітків через їх найближче оточення, сім'ю, педагогів, вчителів. У рамках реалізації психологічного супроводу було застосовано індивідуальну консультативну діяльність за запитом батьків, опікунів, педагогів. Психологічний супровід реалізовувався через впровадження інди-

відуальних і групових форм впливу в поєднанні з елементами ігрової, розвиваючої, психокорекційної, психотерапевтичної (застосування сучасних інноваційних методик арттерапевтичного, когнітивного, гештальт підходів – пісочна, ігрова, музична, робота з метафоричними картами тощо) та просвітницької (лекторської) діяльності.

Основними технологіями формування та розвитку емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку є інтеграція індивідуальних і групових форм, які реалізовувалися в поєднанні з елементами тренінгової роботи, ігрової, розвивальної, психокорекційної, психотерапевтичної (інтеграція сучасних інноваційних методик арттерапевтичного та когнітивного підходів: пісочна, ігрова, музична, кіно- та фототерапія, робота з метафористичними картами, тілесно-рухова терапія тощо). Використання арттерапевтичних, тілесно-рухових та ігрових психокорекційних технологій впливала на формування здатності підлітка до усвідомлення та вербалізації власних емоцій, переживань, потреб, мотивів дій і вчинків, сприяла формуванню здібності до вербалізації емоцій та емоційних станів, формувала здатність до диференціації образу «Я», самоконтролю та емоційного контролю, забезпечувала подолання та упередження розвитку в підлітка невротизації, психопатологічної поведінки.

Ефективність впровадження окресленого комплексного психологічного супроводу із застосуванням психокорекційних технологій із метою формування і розвитку емоційного інтелекту підлітків із порушеннями розумового розвитку здійснюється з позиції комплексного підходу різними групами фахівців, сім'єю, що об'єднані однією спільною метою, і полягає у врахуванні віку, особливостей особистості підлітка, наявності порушень психічного розвитку, унікальності, неповторності вікового періоду, в якому перебуває підліток, а комплекс заходів діє як метод нормалізації психічного здоров'я, стосунків у сім'ї та колективі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Авраменко В. Психологічна допомога підліткам з порушеннями психофізичного розвитку. Миколаїв : Ліквар, 2016. 230 с.
2. Булгакова Л. Особливості формування та становлення особистості з порушеннями інтелектуального розвитку. Київ : Основа, 2015. 248 с.
3. Демченко Н. Психологічна допомога підлітку. Харків : Знання, 2016. 283 с.
4. Корольова Ю. Психологічні технології формування та корекції поведінки підлітків із розумовою відсталістю. Херсон : Обус, 2014. 189 с.
5. Мельниченко В. Особливості становлення особистості підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку. Харків : Ліга, 2016. 117 с.
6. Микитенко М. Саморегуляція особистості з порушеннями психофізичного розвитку. Київ : Світ, 2017. 196 с.
7. Степовий Л. Психокорекційні методики формування та корекції емоційно-вольової сфери підлітків із порушеннями психофізіологічного розвитку. Чернівці : Ліга, 2015, 112 с.



8. Fels F., Kagan S. Structures for emotional and social Intelligence. New York : Bantam Books, 2016. 226 p.
9. Irkid G. Child aggression. New York : ETN. 2018. 286 p.
10. Mills P. Frustration and motivation: theory and research method. London, 2017. 234 p.
11. Wanda A. Emotional – cognitive structuring. Toronto, 2014. 148 p.

REFERENCES:

1. Avramenko, V. (2016). Psyholohichna dopomoha pidlitkam z porushenniamy psykhofizychnoho rozvytku [*Psychological assistance to adolescents with mental and physical disabilities*]. Mykolaiv: Likvar [in Ukrainian].
2. Bulhakova, L. (2015). Osoblyvosti formuvannia ta stanovlennia osobystosti z porushenniamy intelektualnoho rozvytku [*Features of formation and formation of personality with intellectual development disorders*]. Kyiv: Osnova [in Ukrainian].
3. Demchenko, N. (2016). Psyholohichna dopomoha pidlitku [*Psychological help for a teenager*]. Kharkiv: Znannia [in Ukrainian].
4. Korolyova, Y. (2014). Psychological technologies of formation and correction of behavior of adolescents with mental retardation [*Psychological technologies of formation and correction of behavior of adolescents with mental retardation*] Kherson: Obus [in Ukrainian].
5. Melnychenko, V. (2016). Osoblyvosti stanovlennia osobystosti pidlitkiv z porushenniamy intelektualnoho rozvytku [*Features of personality development of adolescents with intellectual disabilities*]. Kharkiv: Liha [in Ukrainian].
6. Mykytenko, M. (2017). Samorehuliatytsiia osobystosti z porushenniamy psykhofizychnoho rozvytku [*Self-regulation of personality with disorders of psychophysical development*]. Kyiv: Svit [in Ukrainian].
7. Stepovyi, L. (2015). Psykhokorektsiini metodyky formuvannia ta korektsii emotsiino-volovoi sfery pidlitkiv z porushenniamy psykhofizyolohichnoho rozvytku [*Psychocorrectional methods of formation and correction of the emotional and volitional sphere of adolescents with disorders of psychophysiological development*]. Chernivtsi: Liha [in Ukrainian].
8. Fels, F. (2016). Structures for emotional and social Intelligence. New York: Bantam Books.
9. Irkid, G. (2018). Child aggression. New York: ETN.
10. Mills, P. (2017). Frustration and motivation: theory and research method. London.
11. Wanda, A. (2014). Emotional – cognitive structuring. Toronto.

Стаття надійшла до редакції 16.06.2020.
The article was received 16 June 2020.

НОТАТКИ

Наукове видання

**НАУКОВИЙ ВІСНИК
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Збірник наукових праць

Серія ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

Випуск 3

Коректура · *Н. С. Ігнатова*

Комп'ютерна верстка · *Ю. Г. Войтюк*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум.-друк. арк. 26,27.
Замов. № 0820/216. Наклад 200 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
73021, м. Херсон, вул. Паровозна, 46-а
Телефон +38 (0552) 39 95 80
+38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.com.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.

