

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 1

Херсон-2022

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Головний редактор:

Блинова Олена Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Херсонського державного університету.

Заступник головного редактора:

Шапошнікова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор, декан факультету психології, історії та соціології Херсонського державного університету.

Відповідальний секретар:

Тавроецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Херсонського державного університету.

Члени редакційної колегії:

Баранаскіне Інґріда – професор кафедри соціальної роботи Клайпедського університету (Литва);

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

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;

Галян Ігор Михайлович – доктор психологічних наук, професор, професор теоретичної та практичної психології Національного університету «Львівська політехніка», Львів, Україна

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

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

Казібекова Вікторія Федорівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Херсонського державного університету;

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

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;

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 загальної психології Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна (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 психології Херсонського державного університету;

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

Шебанова Віталія Ігорівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Херсонського державного університету;

Яковлева Світлана Дмитрівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри спеціальної освіти Херсонського державного університету.

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 26.04.2022 р. № 18)**

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

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Кіресва З. О. ПРЕДИКТОРИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА ОПТИМІЗМУ У ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ПРОЖИВАННЯ ПАНДЕМІЇ SARS-COV-2	5
Коркос Я. О. КОНЦЕПТУАЛЬНИЙ ЗМІСТ КАТЕГОРІЇ «СВІДОМІСТЬ» У ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	11
Кошова І. В. РОБОТА З ТЕМОЮ ОБРАЗИ В ПСИХОДРАМАТИЧНІЙ ГРУПІ.....	18
Чайка Г. В. ГЕНДЕРНО-ВІКОВИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АВТОНОМІЇ ТА ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ДО ІНШИХ ЛЮДЕЙ.....	26

СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Аносова-Сидельнікова Д. І. ПРОБЛЕМА ПРОКРАСТИНАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	33
Бергхауер-Олас Е. Л. ДОСВІД ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ В РАМКАХ ГРУПИ ПІДТРИМКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я, РЕАЛІЗОВАНОГО НА БАЗІ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	42
Томчук М. І., Томчук С. М. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ПІДЛІТКІВ ТА СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	51

СЕКЦІЯ 3. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Кочубейник О. М., Яровий Д. О. ДВІ ХВИЛИ ПАНДЕМІЇ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНИХ ТА ПОЛІТИЧНИХ ОЧІКУВАНЬ УКРАЇНЦІВ.....	59
Палагнюк О. В. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ СОЛІДАРНОСТІ В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ: СПРОБА КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЇ.....	67
Яковлева С. Д. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ ГРУПИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	77

СЕКЦІЯ 4. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Аврамчук О. С. РОЛЬ ІНТРОВЕРСІЇ, ПОВЕДІНКОВОЇ ІНГІБІЦІЇ ТА СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ У ПАТОГЕНЕЗІ СОЦІАЛЬНОГО ТРИВОЖНОГО РОЗЛАДУ: ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ.....	84
---	----



CONTENTS

SECTION 1. GENERAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

Kireieva Z. O. PREDICTORS OF RESILIENCE AND OPTIMISM AMONG PEOPLE OF DIFFERENT AGES DURING THE SARS-COV-2 PANDEMIC.....	5
Korkos Ya. O. CONCEPTUAL CONTENT OF THE CATEGORY “CONSCIOUSNESS” IN FOREIGN PSYCHOLOGY.....	11
Koshova I. V. WORK WITH RESENTMENT IN PSYCHODRAMA GROUP.....	18
Chaika G. V. THE GENDER-AGE ASPECT OF AN INDIVIDUAL’S PSYCHOLOGICAL AUTONOMY AND THEIR RELATEDNESS WITH OTHER PEOPLE.....	26

SECTION 2. PEDAGOGICAL AND DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

Anosova-Sydelnikova D. I. THE PROBLEM OF PERSONALITY YOUTH AGE PROCRASTINATION.....	33
Bergkhauer-Olas E. L. MENTAL HEALTH SUPPORT GROUP’S EXPERIENCES IN HIGHER EDUCATION.....	42
Tomchuk M. I., Tomchuk S. M. PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ECOLOGICAL CONSCIOUSNESS OF ADOLESCENTS AND HIGH SCHOOL STUDENTS.....	51

SECTION 3. SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

Kochubeynyk O. M., Iarovy D. O. TWO WAVES OF THE PANDEMIC: A COMPARATIVE ANALYSIS OF THE SOCIAL AND POLITICAL EXPECTATIONS OF UKRAINIANS.....	59
Palahnyuk O. V. SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SOCIAL SOLIDARITY IN THE CONDITIONS OF SOCIAL TRANSFORMATIONS: AN ATTEMPT TO CONCEPTUALIZE.....	67
Yakovleva S. D. SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE OF THE GROUP AND ITS IMPACT ON THE SUBJECTIVE WELFARE OF THE STUDENT YOUTH.....	77

SECTION 4. MEDICAL PSYCHOLOGY

Avramchuk O. S. THE ROLE OF INTROVERSION, BEHAVIORAL INHIBITION, AND SHYNESS IN THE PATHOGENESIS OF SOCIAL ANXIETY DISORDER: A REVIEW OF THE LITERATURE.....	84
---	----

СЕКЦІЯ 1. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.923- 053.8:[316.6:616-036.21COVID-19]
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-1

ПРЕДИКТОРИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА ОПТИМІЗМУ У ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ПРОЖИВАННЯ ПАНДЕМІЇ SARS-COV-2

Кіреєва Зоя Олександрівна,
доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри загальної психології і психології розвитку особистості
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

z.kireeva@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-5061-8413>

Мета – узагальнення досліджень щодо проявів резильєнтності та оптимізму під час різних етапів проживання пандемії SARS-COV-2 та встановлення предикторів, що детермінують ці ресурси стійкості і саморегуляції.

Методи: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, систематизація наукової літератури щодо вивчення ресурсів стійкості особистості у складних ситуаціях життя); емпіричні: методика CD-RISC-10, що розроблена на основі CD-RISC К. Conner, J. Davidson для визначення рівня резильєнтності (в адаптації З. Кіреєвої, О. Односталко, Б. Бірона); опитувальник оптимізму (Life Orientation Test – LOT), що розроблений психологами С. Carver та М. Scheier для вимірювання оптимізму як риси (в адаптації Т. Гордєєвої, О. Сичова, Є. Осіна); опитувальник структури темпераменту (ОСТ, В. Русалов), зокрема індекси формально-динамічних властивостей людини, анкетування; методи математичної статистики: описова статистика, кореляційний, факторний, регресійний аналізи.

Результати. Встановлено, що під час проживання пандемії і карантинних заходів змінюється суб'єктивні когнітивні оцінки ситуації з «Нічого особливого» і «Ситуація психологічно складна» до «Ситуація небезпечна». Продемонстровано існування статистичних розбіжностей у рівнях резильєнтності й оптимізму залежно від віку. Прослідковано, що до третього місяця з початку карантину, що запроваджений під час пандемії, зменшилася кількість тих, хто мав високий рівень резильєнтності ($p < 0,05$). Встановлено, що оптимізм і резильєнтність є зв'язаними ресурсами, що детермінують один одного. Констатовано, що з віком резильєнтність і оптимізм у нетиповій ситуації потребує залучення більше предикторів.

Висновки. Визначено, що резильєнтність у середньої дорослості об'єднує минуле (рефлексія минулого досвіду проживання і долання складних ситуацій життя), теперішнє (усвідомлення нових обставин, свого стану і трансформація патернів поведінки у складних умовах теперішнього) і майбутнє (наявність позитивних очікувань у майбутньому, навіть нереалістичних або показних).

Ключові слова: *резильєнтність, оптимізм, ресурси, пандемія, адаптація, юнаки, дорослість.*

PREDICTORS OF RESILIENCE AND OPTIMISM AMONG PEOPLE OF DIFFERENT AGES DURING THE SARS-COV-2 PANDEMIC

Kireieva Zoia Oleksandrivna,
Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Head of the Department of General Psychology and Psychology of Personality Development
Odessa National I.I. Mechnikov University

z.kireeva@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-5061-8413>

The aim is to summarize research on resilience and optimism during the various stages of the SARS-COV-2 pandemic and to identify predictors that determine these resources for resilience and self-regulation. Methods used are the following: theoretical (analysis, synthesis, comparison, abstraction, generalization, systematization of scientific literature on the study of resources of personal stability in difficult life situations); empirical CD-RISC-10 method developed on the basis of CD-RISC K. Conner, J. Davidson to determine the level of resilience (adapted by Z. Kireieva, O. Odnostalko, B. Biron); Life Orientation Test (LOT) developed by psychologists S. Carver and M. Scheier to measure optimism as a trait (adapted by T. Gordeeva, O. Sychova, E. Osina); questionnaire of temperament structure (OST, V. Rusalov), in particular indices of formal-dynamic properties of a person; questionnaires; methods of mathematical statistics: descriptive statistics, correlation, factorial and regression analysis.



Results. It has been determined that subjective cognitive assessments of the situation change from “Nothing special” and “Psychologically difficult situation” to “Dangerous situation” during the pandemic and quarantine measures. The existence of statistical differences in levels of resilience and optimism depending on age has been demonstrated. It is observed that the number of those who had a high level of resilience decreases ($p < 0.05$) by the third month from the beginning of quarantine, which was imposed during the pandemic. Optimism and resilience have been found to be interrelated resources. It is stated that with age, resilience and optimism in an atypical situation requires the involvement of more predictors, because only positive expectations are not enough.

Conclusion. It was determined that resilience combines the past (reflection on past living experiences and overcoming difficult life situations), present (awareness of new circumstances, their condition and transformation of patterns of behavior in difficult conditions of the present) and future (positive expectations in the future, even unrealistic or ostentatious) in middle adulthood.

Key words: *resilience, optimism, resources, pandemic, adaptation, youth, adulthood.*

Вступ. Пандемія SARS-CoV-2 є для людини нетиповою і складною ситуацією життя. Високий рівень невизначеності, низький рівень обізнаності і контрольованості спонукає людину до залучення широкого спектра адаптаційних можливостей на різних рівнях: від фізіологічного до соціального. Процес адаптації до нетипової ситуації потребує її усвідомлення, використання трансформованих патернів поведінки, набуття нових сенсів, цінностей та досвіду, що буде сприяти її проживанню та подальшій життєдіяльності. Ресурси в нетиповій ситуації життя як системно-структурні утворення, що динамічно взаємодіють, сприяють процесу адаптації: людина мобілізує, розподіляє, згодом втрачає та відновлює їх. Резильєнтність як здібність до відновлення і оптимізм як позитивна впевненість в очікуваннях є ресурсами, що беруть участь у процесах адаптації до складних/нетипових ситуацій життя, тому під час проживання пандемії наявний науковий інтерес, що пов'язаний з особливостями їх детермінації у різному віці.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми.

Ресурсна система людини має системну організацію (Hobfoll, 2002). Ресурси не існують окремо один від одного, а являють загальний ресурсний комплекс, який постійно поповнюється, накопичується або виснажується. Попри велику кількість досліджень ресурсів людини у сучасній психології, не існує їх єдиної класифікації. Зазвичай розрізняють два великих класи ресурсів: особистісні (внутрішні) та середовищні (зовнішні). До особистісних відносять ресурси стійкості та саморегуляції, мотиваційні та інструментальні ресурси. Вчені вважають, що психологічні ресурси стійкості і саморегуляції утворюють найбільш надійний захист від складних обставин життя. Резильєнтність і оптимізм є такими ресурсами, що мають прижиттєвий генезис і піддаються корекції і розвитку (Односталко, 2020). Завдяки ним людина самостійно відновлюється після множинних втрат – психічних, фізичних, соціальних, духовних (Титаренко, 2018).

Оптимізм, як відомо, є ресурсом, що породжує надію, дає необхідну життєву енергію

та стійкість, запобігає апатії, безнадійності або депресії перед складними життєвими обставинами (Д. Гоулман), та таким, що суттєво впливає на стан фізичного і психічного здоров'я (Аргайл, 2003). Оптимізм допомагає долати стрес у складних життєвих обставинах (Hobfoll, 2012). Відомі два підходи до вивчення оптимізму: диспозиційний оптимізм (М. Scheier, С. Carver, 1987) і оптимізм як атрибутивний стиль (К. Peterson, М. Seligman, 2006).

Щодо резильєнтності (Resilience), то до загальноприйнятого визначення та її складників науковці не дійшли. Вважається, що концепція резильєнтності є набагато ширшою, ніж просто поняття «подолання» і «життєстійкості». Відомо, що у буквальному перекладі resilience є «пружністю». Резильєнтність розуміють як здатність людини повертатися до нормального стану після або під час потрясіння (М.В. Fraser); як здатність адаптуватися до мінливого середовища та відштовхуватися від негараздів та особистих невдач; як швидкість відновлення функціонального стану та емоційної стійкості; як вміння знаходити сенси у складних подіях, долати життєві негаразди (D. Hellerstein). Резильєнтність можна визначати і як вольовий психічний стан, що забезпечує зв'язаність ресурсів у складних ситуаціях життя і сприяє формуванню відповідної особистісної риси, яка слугує ефективною адаптації і особистісному росту у подальшому житті (Односталко, 2020).

2. Методологія і методи. У дослідженнях, що проводилися під моїм керівництвом аспіранткою О. Односталко і магістром Л. Кушнір відповідно під час початку першої хвилі пандемії SARS-CoV-2 (весна 2020) і початку другої хвилі (осінь 2021), використовувався набір психодіагностичних методик, які дозволяють комплексно підійти до вивчення ресурсів стійкості і саморегуляції особистості в умовах нетипових ситуацій життя: методика CD-RISC-10, що розроблена психологами Campbell-Sills і Stein на основі CD-RISC К. Conner, J. Davidson для визначення рівня резильєнтності (в адаптації З. Кірєєвої, О. Односталко, Б. Бірона), опитувальник

оптимізму (Life Orientation Test – LOT), що розроблений психологами С. Carver та М. Scheier для вимірювання оптимізму як риси (в адаптації Т. Гордєєвої, О. Сичова, Є. Осіна), опитувальник структури темпераменту (ОСТ, В. Русалов), зокрема індексів формально-динамічних властивостей людини, анкетування.

Під час початку першої хвилі пандемії і карантину (ситуація невизначеності, етап ознайомлення з новою ситуацією, усвідомлення нових обставин життя) у дослідженні взяли участь 146 осіб віком від 17 років до старших за 40. Вони були розподілені на 3 групи: група 17–25 років – група юнаків, група 26–40 років – група ранньої дорослості, старші за 40 – група середньої дорослості. Під час початку другої хвилі пандемії і карантину (період асиміляції та акомодатії) в дослідженні взяла участь 81 особа в періоді ранньої дорослості.

3. Результати та дискусії. У ситуації невизначеності, тобто на початку першої хвилі пандемії і карантину в Україні, встановлено, що у більшості досліджуваних різного віку представлений середній рівень резильєнтності і у половини досліджуваних представлені оптимістичні очікування. Зокрема, середній рівень резильєнтності виражений у 67,6% юнаків, 66,4% досліджуваних ранньої дорослості і у 58,5% старших за 40 років. Низький рівень резильєнтності не представлений у групі віком 26–40 років, вище за середній рівень представлений у 23,3% юнаків, 19,6% досліджуваних середньої дорослості і у 26,8% старших за 40 років (Односталко, 2020). Згідно зі статистичним U критерієм Манна – Вітні, розбіжності наявні між юнаками і досліджуваними середньої дорослості ($p < ,000$), між досліджуваними середньої дорослості і ранньої дорослості ($p < ,012$). Оптимістів серед юнаків – 51,1%, песимістів – 29,8% і 10,6% мають крайній ступінь песимізму. У осіб ранньої дорослості оптимістів – 46,5%, крайній ступінь оптимізму і песимізм властиві відповідно 23,9% і 23,9%. В осіб середньої дорослості оптимістів – 52,3%, крайній ступінь оптимізму мають 36,4%, а крайній ступінь песимістів не представлений. Згідно зі статистичним U критерієм Манна – Вітні розбіжності за ресурсом оптимізму наявні між юнаками і досліджуваними ранньої дорослості ($p < ,048$), між досліджуваними середньої дорослості і ранньої дорослості ($p < ,005$), між юнаками і досліджуваними середньої дорослості ($p < ,000$). Так, крайній ступінь оптимізму виражений у 36,4% досліджуваних, старших за 40, що ми вважаємо проявами нереалістичного оптимізму (N. Weinstein, 1987), або показного оптимізму (Кіреєва, 2012). Найбільша кількість песимістів, що представлена у віці ранньої дорослості, зумовлена відсутністю життєвого досвіду,

наявністю юнацького максималізму, слабо розвиненої рефлексії, що веде до неправильної оцінки своїх можливостей та призводить до сумнівів і коливань, уповільненої вольової активності, почуття смутку і негативних думок (Односталко, 2020).

Період початку першої хвилі пандемії і карантину відбивається у суб'єктивній когнітивній оцінці ситуації. Встановлено, що у цьому періоді різне суб'єктивне сприйняття та ставлення до пандемії відображено в таких когнітивних оцінках: «Ситуація психологічно складна» (33% осіб 17–25 років, 49,4% осіб 26–40 років та 17,3% старших за 40) або «Нічого особливого» (20% осіб 17–25 років, 46,3% осіб 26–40 років та 33,7% старших за 40). Рівень резильєнтності осіб, що висловлювали ці когнітивні оцінки, відповідно у 71,2% і 70,1% був середнім, тобто досліджувані приймають ситуацію, орієнтуються на потенційні рішення, можуть взяти на себе відповідальність за власне життя, є активними, регулюють емоції. Середньо-низький рівень резильєнтності представлений у 12% («Ситуація психологічно складна») і 9,1% («Нічого особливого»). Рівень оптимізму також не мав статистичні розбіжності відповідно у 58%, що вважали ситуацію психологічно складною, і 42,1%, що вважали ситуацію ординарною. Тобто ці досліджувані є ініціативними, енергійними, життєрадісними, їм не притаманне впадати в депресію, вони розраховують на інтрасуб'єктні ресурси та особистий досвід, спрямовані на пошукову активність.

Щодо кореляційного і факторного аналізу, незалежно від віку досліджуваних, змінні «оптимізм» і «резильєнтність» корелюють одна з одною $p < 0,01$ та виступають в одному факторі, що дозволяє нам розглядувати їх як зв'язані.

Далі дослідження проводилося після трьох місяців з початку пандемії і соціальної ізоляції, встановлено, що резильєнтність на середньому рівні представлена у 82,3% досліджуваних віком 26–40 років, а 13,3% досліджуваних має середньо-низький рівень. Продемонстровано тенденцію до змінення резильєнтності ($p < 0,05$) після трьох місяців з початку пандемії у досліджуваних віком 26–40 років. На перший погляд може здатися, що кількість осіб із середнім рівнем резильєнтності виросла, але за майже константного середньо-низького рівня зменшилася кількість тих, хто мав високий рівень резильєнтності.

Проїшов ще час і ми здійснили наступне дослідження на початку другої хвилі пандемії (осінь, 2021). Констатуємо, що когнітивна оцінка ситуації змінилася: пандемію SARS-CoV-2 вже 93,8% досліджуваних вважають небезпечною («Ситуація небезпечна»). З опитаних 53,1% досліджуваних уже перехворіли



на COVID. Важко протікала хвороба у 2,5%, середньої важкості – у 37% і легко, без симптомів перехворіло 13,6%. 80,2% досліджуваних ставиться до пандемії як до складної ситуації життя, до якої потрібно адаптуватися. На думку 45,7% досліджуваних, складність ситуації виражається через отримання нового досвіду на фізіологічному, психічному і соціальному рівнях та 24,7% констатують виникнення складних переживань і ознак депресії. Представленість ресурсу резильєнтності у більшості досліджуваних (62,9%) визначена на середньому рівні, високий рівень представлений у 20,2% досліджуваних, низький – у 16,9%.

Щодо формально-динамічних властивостей, то в дослідженні Л. Кушнір встановлено, що майже всі індекси представлено на середньому рівні, виняток – індекс комунікативної активності виражений на середньо-низькому рівні у 53,3%. Індекс загальної адаптивності представлений у більшості досліджуваних на середньому рівні. Проте досліджувані розподілені за допомогою кластерного аналізу на 2 групи, що отримали назви: «Знижена адаптованість» і «Середній рівень адаптованості». Встановлено статистичні розбіжності за U-критерієм Манна – Вітні між групами за змінними: загальної активності ($p < ,049$), загальної адаптованості ($p < ,008$), стан хвороби ($p < ,028$) та резильєнтність ($p < ,000$). Індекси загальної активності та загальної адаптованості є вищими у групі із середнім рівнем адаптованості, а високий рівень резильєнтності представлений тільки у досліджуваних групи «знижена адаптованість». Отже, в групу зі зниженою адаптованістю увійшли індивіди (66,7%), що перехворіли на COVID у стані середньої важкості, мають інтенсивні переживання і ознаки депресії та ті, що мають складнощі пристосування до життя в період пандемії. Рівень резильєнтності в них високий і вищий за середній (!). У групу із середнім рівнем адаптованості увійшли досліджувані, що перехворіли на COVID у стані середньої важкості (35,7%), мають середній і низький рівень резильєнтності, що свідчить про низький рівень здатності впливати на стресову/нетипову ситуацію.

Щодо кореляційного і факторного аналізу, то в групі зі зниженою адаптованістю встановлено 3 фактори:

1 фактор – «Негативний досвід долання складних ситуацій» (Використання запобіжних засобів (,894), Подолання за допомогою соціальної підтримки (-,707), Подолання складних ситуацій у житті (-,637); Резильєнтність (-,582), Індекс загальної емоційності (-,691);

2 фактор – «Самотні» (Стать (,892), Сімейний стан (-,759), Захворюваність (-,683), Стан хвороби (-,623).

3 фактор – «Активні, але мають складнощі адаптації під час карантину» (Індекс загальної активності (,787), Індекс комунікативної активності (,725), Небезпечний Covid (,698), Важкість ситуації карантину (,696).

Досліджувані групи «Знижена адаптованість» пандемію сприймають як небезпечну ситуацію, що визиває тривожність і негативні емоції, а негативний досвід долання складних ситуацій не дає можливості відновитися/відбудуватися, попри високу активність та пошук соціальних контактів у разі ретельного дотримання правил поведінки під час карантину.

У групі досліджуваних «Середній рівень адаптованості» встановлено 3 фактори:

1 фактор – «Резильєнтність» (Резильєнтність (,835), Індекс загальної емоційності (,778), Індекс загальної адаптивності (,822);

2 фактор – «Карантинні обмеження» (Карантинні обмеження (,830), Складні ситуації в житті (-,699), Захворюваність (-,683), Стан хвороби (,650).

3 фактор – «Гнучкість мислення і віра» (Отримання вакцини (,831), Індекс інтелектуальної активності (,650),).

Досліджувані із середнім рівнем адаптованості є спрямованими на відновлення/відбудування з гнучкістю мислення і вірою у важливість карантинних заходів, такі, що мають середньо виражені емоційні переживання.

За допомогою регресійного аналізу встановлено предиктори, що детермінують резильєнтність у всіх досліджуваних без урахування віку на початку першої хвилі пандемії і карантину. Отже, для аналізу була вибрана статистична модель, що пояснює 56% дисперсії залежної змінної «резильєнтність». Критерій $F=38,09$ при $p < 0,000$. Константа=37,61. У неї входять змінні: «оптимізм» ($\beta=,539$, $p < 0,000$), «стан здоров'я» ($\beta=,159$, $p < 0,016$). З регресійної моделі видно, що у сукупності представлених чинників резильєнтність детермінують позитивні очікування і загальний добрий стан (відчуття) здоров'я.

Регресійний аналіз у досліджуваних різного віку продемонстрував, що:

– у юнаків резильєнтність детермінується змінною «оптимізм» ($\beta=,473$, $p < 0,001$), критерій $F=12,99$ при $p < 0,000$, константа=86,36;

– у досліджуваних 26–40 років змінною «оптимізм» ($\beta=,564$, $p < 0,000$), критерій $F=32,10$ при $p < 0,000$, константа=82,77;

– у старших за 40 такими змінними, як: «оптимізм» ($\beta=,576$, $p < 0,000$), «стан здоров'я» ($\beta=,580$, $p < 0,000$), «стурбованість невизначеною ситуацією» ($\beta=,298$, $p < 0,007$), «стан здоров'я близьких» ($\beta=-,271$, $p < 0,02$).

Треба зазначити, що дисперсія була у віці 17–25 років 47%, у віці 26–40 – 41%, а у віці старших за 40–64%. Отже, у старших за 40 резильєнтність не обмежується позитивними очікуваннями у майбутньому («все

буде добре»), а пов'язана зі станом здоров'я, ступенем визначеності ситуації, стан здоров'я близьких відступає на другорядні позиції.

Згідно з дослідженням, на початку другої хвилі пандемії і карантину в регресійну модель залежної змінної «резильєнтність» входить змінна: «індекс комунікаційної активності» ($\beta = -0,440$, $p < 0,01$), модель пояснює 44% дисперсії, критерій $F = 7,42$ при $p < 0,01$, константа = 39,22. З регресійної моделі видно, що резильєнтність досліджуваних на початку другої хвилі залежить від зменшення їхньої комунікаційної активності, тобто є усвідомлення зниження, що уникнення/зниження зовнішньої комунікації збільшує відновлення себе.

Щодо оптимізму, то у всіх досліджуваних без урахування віку на початку першої хвилі пандемії і карантину була вибрана статистична модель, що пояснює 60% дисперсії залежної змінної «оптимізм». Критерій $F = 29,96$ при $p < 0,000$. Константа = 15,205. У неї входять змінні: «резильєнтність» ($\beta = 0,462$, $p < 0,000$), «наявність глобальної мети» ($\beta = -0,183$, $p < 0,006$) та «вік» ($\beta = 0,162$, $p < 0,017$). З регресійної моделі видно, що очікування позитивних подій у майбутньому детерміноване досвідом відбування/відновлення себе у складних умовах, чим більше досвіду, тим вища віра у позитивне майбутнє. Але у ситуації невизначеності (початок першої хвилі пандемії) наявність глобальної мети не має позитивної кореляції з оптимізмом, попри точку зору Ч. Карвера і М. Шейера, де оптимізм не дозволяє заціклюватись на невдачу, а поведінка буде усього навколо цілі і спрямована на її досягнення. Скоріше за все, оптимізм приймає форму афірмаційної установки «все буде добре», а досягнення глобальної мети відсувається і поведінка буде усього навколо невідкладних цілей-цінностей (здоров'я, життя взагалі).

У регресійну модель у вікових категоріях входять такі змінні:

– у досліджуваних 17–25 років: «резильєнтність» ($\beta = 0,478$, $p < 0,000$) та «стурбованість

невизначеною ситуацією» ($\beta = 0,311$, $p < 0,01$), критерій $F = 10,39$ при $p < 0,000$, константа = 5,209.

– у досліджуваних 26–40 років: «резильєнтність» ($\beta = 0,474$, $p < 0,000$), «наявність глобальної мети» ($\beta = -0,243$, $p < 0,022$), критерій $F = 19,86$ при $p < 0,000$, константа = 5,209.

– у старших за 40: «резильєнтність» ($\beta = 0,633$, $p < 0,000$), «наявність глобальної мети» ($\beta = -0,343$, $p < 0,004$), «стан здоров'я» ($\beta = -0,368$, $p < 0,007$), «стурбованість невизначеною ситуацією» ($\beta = 0,298$, $p < 0,007$), «стан здоров'я близьких» ($\beta = 0,242$, $p < 0,043$).

Треба зазначити, що дисперсія була у віці 17–25 років 38%, у віці 26–40 – 41%, а у віці старших за 40–58%. Отже, в усіх перелічених вікових категоріях оптимізм пов'язаний з резильєнтністю. З віком критеріїв, що детермінують оптимізм, стає більше, людина у складній/нетиповій ситуації вирішує короткострокові цілі, ослаблення власного здоров'я збільшує позитивні очікування, що свідчить про феномен показного оптимізму, що, своєю чергою, посилює відновлюваність.

Висновки. Таким чином, з віком резильєнтність і оптимізм у складних умовах потребує залучення більше предикторів. Резильєнтність у старших за 40 об'єднує минуле (рефлексія минулого досвіду проживання і долання складних ситуацій життя), теперішнє (усвідомлення нових обставин і свого стану здоров'я та трансформація патернів поведінки у складних умовах теперішнього) і майбутнє (наявність позитивних очікувань у майбутньому). Узагальнюючи, можна зазначити, що чим більше у людини в досвіді ефективного подолання складних ситуацій життя, відчуття належного стану здоров'я, позитивного емоційного фону, зниження комунікаційної активності та реалізації актуальних цілей (відсутність зацікленості на глобальній меті) за наявності оптимістичних очікувань і навіть показного (ілюзорного) оптимізму, тим вища відновлюваність/відбудування себе під час карантину як нетипової ситуації життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аргайл М. Психологія щасття. Санкт-Петербург, 2003. 271 с.
2. Ваништендаль С. «Резильєнтність» или оправданные надежды. Раненый, но не побежденный. Женева : Бисе, 1998. 80 с.
3. Кіреєва З. О. Проявлення феномену «нереалістичного оптимізму» у студентських репрезентаціях-проектуваннях життєвого шляху. *Вісник Одеського національного університету* Т. 17. Вип. 5. Серія «Психологія». 2012. С. 48–57.
4. Односталко О. С., Кіреєва З. О., Бірон Б. В. Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності (cd-risc-10). *Габітус*. 2020. № 14. С. 110–117.
5. Селигман М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. София, 2006. 368 с.
6. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомогі в умовах тривалої травматизації : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
7. Хамініч О. М. Резильєнтність: життєстійкість, життєздатність або Резильєнтність? *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Вип. 6. Т. 2. 2016. С. 160–165.
8. Carver C.S., Gaines J.G. Optimism, pessimism, and postpartum depression. *Cognitive Therapy and Research* 1987. Vol. 11. № 4. P. 449–462.



9. Connor K. M., Davidson J. R. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*. 2003. №. 18. P. 76.
10. Hobfoll S. E. Conservation of resources theory: its implication for stress, health, and resilience. In *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping* / ed. S. Folkman, pp. 127–47. New York : Oxford Univ. Press. 2011.
11. Hobfoll S. E. Social and psychological resources and adaptation. *Review of General psychology*. 2002. Vol. 6. № 4. P. 307–324.
12. Rossouw P. Resilience: A neurobiological perspective. *Neuropsychotherapy in Australia*. 2015. March/May. №. 31. Pp. 3–8.
13. Weinstein Neil D. Unrealistic Optimism: About Susceptibility in Health Problems: Conclusions from a Community-Wide Sample. *Journal of Behavioral Medicine*. 1987. № 10(5). Pp. 481–500.

REFERENCES:

1. Argyle, M. (2003). *Psykholohyya schast'ya* [Psychology of happiness]. Sankt-Peterburg.
2. Vanishtendal, S. (1998). “Rezyl'entnost'” yly opravdannye nadezhdy. Ranennyy, no ne pobezhdenyy [“Resilience” or justified hopes. Wounded but not defeated]. Geneva : Bisse. P. 80.
3. Kireeva, Z.O. (2012). Manifestation of the phenomenon of “unrealistic optimism” in student representations-projections of the way of life. *Bulletin of Odessa National University. Psychology Series*. 17(5). 48–57.
4. Odnostalko, O. C., Kireeva, Z. O., & Biron, B. V. (2020). Psykhometrychnyy analiz adaptovanoj versiji Shkaly rezyl'yentnosti (cd-risc-10) [Psychometric analysis of the adapted version of the Resilience Scale (cd-risc-10)]. *Habitus*. 14. 110–117.
5. Seligman, M. (2006). *Novaya pozytyvnaya psykholohyya: Nauchnyy vzhlyad na schast'e y smysl zhyzny* [New positive psychology: A scientific view of happiness and the meaning of life]. Sofia. P. 368.
6. Tytarenko, T. M. (2018). *Psykholohichne zdorov'ya osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloyi travmatyzatsiyi: monohrafiya* [Psychological health of the individual: means of self-help in terms of long-term trauma: a monograph]. National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Institute of Social and Political Psychology. Kropyvnytskyi: Imex-LTD.
7. Khaminich, O. M. (2016). Rezyl'yentnist': zhyttestykykist', zhyttestydatnist' abo Rezyl'yentnist'? [Resilience: viability, viability or Resilience?]. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Psychological Sciences*. 6(2). 160–165.
8. Carver, C.S. & Gaines, J.G. (1987). Optymizm, pesymizm i pisyapolozhova depresiya [Optimism, pessimism, and postpartum depression]. *Cognitive Therapy and Research*. 11. 449–462.
9. Connor, K. M. & Davidson, J. R. (2003). Rozrobka novoyi shkaly stiykosti: shkala stiykosti Konнора-Devidsona [Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale]. *Depression and Anxiety*. 18. 76.
10. Hobfoll, S. E. (2011). Teoriya zberezheniya resursiv: yiyi znachennya dlya stresu, zdorov'ya ta stiykosti [Conservation of resources theory: its implication for stress, health, and resilience]. In *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*, ed. S Folkman, New York : Oxford Univ. Press. Pp. 127–47.
11. Hobfoll, S. E. (2002). Sotsial'no-psykhologichni resursy ta adaptatsiya [Social and psychological resources and adaptation]. *Review of General psychology*. Vol. 6. Pp. 307–324.
12. Rossouw, P. (2015). Stiykist' neyrobiolohichna perspektyva [Resilience: A neurobiological perspective]. *Neuropsychotherapy in Australia*. Vol. 31. Pp. 3–8.
13. Weinstein, Neil D. (1987). “Nerealistychnyy optymizm: pro spryynatlyvist' do problem zi zdorov'yam: vysnovky iz vybirky v masshtabakh hromady” [“Unrealistic Optimism: About Susceptibility in Health Problems: Conclusions from a Community-Wide Sample”]. *Journal of Behavioral Medicine*. Vol. 10(5). Pp. 481–500.

*Стаття надійшла до редакції 21.01.2022.
The article was received 21 January 2022.*

УДК 159.922
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-2

КОНЦЕПТУАЛЬНИЙ ЗМІСТ КАТЕГОРІЇ «СВІДОМІСТЬ» У ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Коркос Ярослав Олександрович,
аспірант

Київський університет імені Бориса Грінченка

korkos.yaroslav@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5718-4053>

Мета. Статтю присвячено проблемі визначення терміна «свідомість» у зарубіжній психології. Метою дослідження є виявлення особливостей трактувань поняття «свідомість» у психології.

Методи. У дослідженні використано загально-наукові методи: методологічного та теоретичного аналізу, синтезу, порівняння та узагальнення. Критерієм до добору матеріалів стала впливовість наукових джерел на розвиток дискусії серед учених та досягнення консенсусу.

Результати. Свідомість як одне з центральних психологічних явищ має майже сотню різних трактувань. У ретроспективі точки зору науковців варіювалися від повного заперечення існування свідомості як феномену до метафоричного її розуміння (метафора променю, потоку або вітру). Актуальний стан розробки проблеми вказує на те, що свідомість як психологічна категорія є ідеалізованим, абстрактним та збірним терміном, який часто використовують для позначення сукупності психічних феноменів.

Незважаючи на поодинокі спроби деяких учених досягти консенсусу, кількість дефініцій терміна «свідомість» з плином часу зростає. Найпоширенішими термінами, через які визначають свідомість, є «інформація», «досвід» та «стан». Основну проблематику свідомості можна поділити на три категорії: опису, пояснення й функціональну проблематику. Можна виділити два основні підходи до дослідження свідомості: матеріалістичний та іматеріалістичний.

Висновки. Процес знаходження спільного тлумачення далеко не завершений, враховуючи збільшення інформації щодо предмета дослідження щороку. Проведений критичний аналіз концептуального змісту категорії «свідомість» вказує на значні протиріччя у визначеннях та підходах до неї. Виділено дві протилежні тенденції у конструктах опису свідомості: еклектизму та редукціонізму, що відповідно розглядають свідомість або занадто широко, або занадто вузько. Надано власне авторське трактування свідомості як психічного стану, який характеризується переживанням суб'єктивного досвіду й цілеспрямованою, усвідомленою поведінкою, що забезпечує її підвищену гнучкість та складність.

Ключові слова: свідомість, дефініція, еклектизм, редукціонізм, наукова дискусія.

CONCEPTUAL CONTENT OF THE CATEGORY “CONSCIOUSNESS” IN FOREIGN PSYCHOLOGY

Korkos Yaroslav Oleksandrovych,
Postgraduate Student

Borys Grinchenko Kyiv University

korkos.yaroslav@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5718-4053>

Purpose. The article is devoted to the problem of defining the term “consciousness” in psychology. The aim of the study is to identify the peculiarities of interpretations of the concept of “consciousness” in psychology.

Methods. The study used general scientific methods: methodological and theoretical analysis, synthesis, comparison, and generalization. The criterion for the selection of materials was the influence of scientific sources on the development of discussion among scientists.

Results. Consciousness as one of the central psychological phenomena has almost a hundred different interpretations. In retrospect, scholars' views ranged from a complete denial of the existence of consciousness as a phenomenon to its metaphorical understanding (metaphor of projector light, flow, or wind). The current standard of development of the problem will take into account that consciousness as a psychological concept is abstract. It represents a common term, which often serves to identify a group of mental phenomena. The most common terms that define consciousness are “information”, “experience” and “state”. The main problematics of consciousness can be divided into three categories: description, explanation, and functional problems. One can distinguish two main approaches to study consciousness: material and immaterial.

Conclusions. The process of finding a common interpretation is far from complete, given the increase in information on the subject of research each year. The critical analysis of the conceptual content of the category “consciousness” indicates significant contradictions in the definitions and approaches to it. There are two



opposite tendencies in the constructs of the description of consciousness: eclecticism and reductionism, which respectively consider consciousness either too broadly or too narrowly. The author's own interpretation of consciousness as a mental state, which is characterized by the experience of subjective experience and purposeful, conscious behavior, which provides its increased flexibility and complexity

Key words: *consciousness, definition, eclecticism, reductionism, scientific discussion.*

Вступ. Проблематика свідомості залишається однією з найбільш невіршених фундаментальних наукових проблем та являє собою глобальний філософський виклик до сьогодення. Активні дискусії вчених протягом століть вказують на те, що консенсус у розумінні поняття «свідомість» буде віднайдений нескоро. Разом із тим сучасні тенденції в науці змінюють підходи до розгляду свідомості: виникають міждисциплінарні підходи, розвиваються технології нейровізуалізації (фМРТ, ПЕТ), які дозволяють виявити процеси і стани, що виникають у мозку людини. Результати цих досліджень актуалізують питання щодо меж свідомості. Той факт, яка дефініція поняття «свідомість» приймається за істинну, детермінує відповіді на низку питань стосовно її структури, функцій, генези, норми і патології, а також проблематику штучного інтелекту (Dehaene, Lau, & Kouider, 2021; Maher, 2020). Ситуація ускладнюється тим, що поняття «свідомість» використовується науковцями у різних значеннях, це призводить до термінологічної плутанини й викривлення наукового контексту.

У західних країнах (США, Канада, країни – учасники Європейського Союзу тощо) розвиток наукової і філософської думки у дослідженнях свідомості вирізняється міждисциплінарним еkleктизмом, емпіричним базисом побудови теорій та опису явищ. Саме тому аналіз зарубіжних наукових джерел надає цінний матеріал для дискусії щодо сутності свідомості, дозволяє розширити розуміння поняття «свідомість» та перейняти українським ученим прогресивний досвід світових досліджень.

Теоретичне обґрунтування проблеми. Свідомість як наукова категорія не має єдиної, точної та цілком вичерпної дефініції для опису цього феномену. У ретроспективі точки зору науковців варіювалися від повного заперечення існування свідомості як феномену до метафоричного її розуміння (метафора потоку, потоку або вітру). Як предмет психологічного дослідження свідомість трактується в діапазоні від її отождоження з усіма психічними явищами до розуміння свідомості як психічного стану, процесу чи механізму. Актуальний стан розробки проблеми вказує на те, що свідомість як психологічна категорія є ідеалізованим, абстрактним та збірним терміном, який часто використовують для позначення сукупності психічних феноменів. Як підкреслювали В. Зінченко та Б. Мещеряков, «свідомість –

максимальна абстракція й одночасно «вічна» проблема філософії, психології і соціології» (Зінченко, Мещеряков, 2008: 466).

В. Аллахвердов систематизував спроби вчених вирішити протиріччя у дослідженні свідомості, виділивши такі підходи та напрями, як:

- заперечення існування проблеми або феномену;

- науковий редукціонізм стосовно свідомості (спрощення феномену лише до фізіології, біології або соціальних чинників);

- аналіз пізнавальних процесів свідомості (психофізика, гештальтпсихологія й когнітивістика), що розкриває й вирішує проблему свідомості лише частково;

- пояснення свідомості крізь призму невідворотності її появи та ідеалізацію феномену. Прихильником цього підходу є сам В. Аллахвердов, який вважає психіку та свідомість інструментами перевірки дійсності у процесі пізнання (Аллахвердов, 2018).

Незважаючи на значні суперечки й неоднозначність у трактуванні цього складного й комплексного феномену, згідно зі Стенфордським словником з філософії, основну проблематику свідомості можна поділити на три категорії:

а) проблематика опису: що таке свідомість? Які її основні якості? За допомогою яких інструментів можна її найкраще дослідити, описати та змоделювати:

б) проблематика пояснення: як виникає свідомість? Чи є свідомість первинним елементом реальності? Як пов'язана свідомість з несвідомими процесами;

в) функціональна проблематика: Чому існує свідомість? Чи є у свідомості функції, і якщо так, то які? Чи діє свідомість причинно-наслідково, і якщо так, то з якими ефектами? (Van Gulick, 2014).

Мета дослідження. З огляду на складність предмета, це дослідження присвячене проблемі визначення терміна «свідомість» у зарубіжній психології й особливостям його трактування.

Методологія та методи. У дослідженні використано загальнонаукові методи: методологічного та теоретичного аналізу, синтезу, порівняння та узагальнення. Предметом виступили дефініції терміна «свідомість» у працях впливових зарубіжних дослідників та наукових видань. Критерієм добору матеріалів стало те, що саме ці вчені або видання беруть активну участь у дискусії та роблять значний внесок у формування наукового консенсусу.

Результати та дискусії. Свідомість як одне з центральних психологічних явищ, за даними В. Аллахвердова, має майже сотню різних, протилежних визначень: а) як ідеальне, що протилежне матеріальному; б) як свідоме – протилежне несвідомому; в) як прояв виключно людського – протилежне тваринному; г) як стан бадьорості – протилежний стану сну; ґ) як механізм, стан чи процес; д) як вербальне явище; ж) як усвідомлення власних переживань; з) як дещо якісне: «промінь», «вітер» тощо; и) як дещо кількісне, що можна виміряти (Аллахвердов, 2000: 30–31). Таким чином, свідомість часто визначається науковцями методом «від протилежного», з чіткою дихотомією між терміном «свідомість» та явищами, що є абсолютно протилежними.

Надмірна кількість тлумачень поняття «свідомість» значно ускладнює процес комунікації та взаємодії вчених. Зокрема, R. Vimal виявив 40 різних трактувань цього терміна й розділив їх на визначення, що розглядають свідомість як функцію або як досвід. Такий еkleктичний підхід частково зумовлений множинністю визначень, підходів та значним збільшенням інформації щодо свідомості (Vimal, 2009).

Особливий акцент у цій дискусії трактування феномену «свідомість» поставив I. Varuss, який одним з перших спробував віднайти консенсус у системному огляді 1987 року. Психолог нарахував 29 визначень свідомості, скомпонувавши частину понять у групи та виділивши 5 спільних дефініцій свідомості: а) властивість організму у робочому стані, яка передбачає реєстрацію, обробку інформації та дії на основі інформації; б) характеристика чіткого знання актуальної ситуації психічних станів чи дій, що виражена у поведінці людини; в) суб'єктивне усвідомлення, яке характеризується інтенціональністю; г) відчуття існування суб'єкта ментальних дій; ґ) взаєморозуміння або спільне знання декількох суб'єктів у соціальному сенсі (Varuss, 1987).

Незважаючи на поодинокі спроби деяких учених досягти консенсусу, кількість дефініцій терміна «свідомість» з плином часу зростає. Окремі вчені вважають феномен свідомості не досить дослідженим для формулювання чітких визначень. Як зазначали F. Crick та C. Koch: «Доки проблема не буде зрозуміла набагато краще, будь-яка спроба формального визначення, швидше за все, буде або вводити в оману, або бути надмірно обмежувальною, або і те, і інше» (Crick & Crick, 1998: 97). Ми частково погоджуємось з цією цитатою, оскільки, на наш погляд, у сучасних наукових визначеннях поняття «свідомість» спостерігаються дві протилежні тенденції. Перша (еклектизм) полягає у занадто широкому визначенні свідомості й пошуку максимально компромісної дефініції, що повинна об'єднати майже

всі погляди та підходи щодо свідомості. Друга тенденція (редукціонізм) визначає свідомість занадто вузько й загострює увагу тільки на окремому елементі свідомості, вважаючи його вирішальним критерієм існування свідомості. Хоча будь-яке визначення можна розглядати як занадто вузьке або занадто широке, серед сучасних підходів і поглядів на свідомість ці тенденції є кристалізовані. Разом з тим відтерміновувати формулювання вичерпної дефініції поняття «свідомість», як це пропонували F. Crick та C. Koch, не є продуктивним шляхом у вирішенні наукової проблеми. З моменту написання авторами статті пройшло більше двадцяти років, але науковці так і не наблизились до бажаного консенсусу (Zhao et al, 2019). З нашої точки зору, наукова полеміка є більш ефективним шляхом, ніж відтермінування пошуку вдалого визначення. Проаналізуємо найчастіше вживані визначення свідомості у зарубіжній науковій літературі.

За визначенням словника з психології Американської психологічної асоціації (АПА) під терміном «свідомість» розуміють: а) стан свідомості; б) усвідомлення організму будь-чого зовнішнього чи внутрішнього відносно себе; в) стан бадьорості; г) у медицині та науці про мозок, характерна електрична активність мозку у стані бадьорості (VandenBos, 2016: 236). Дефініції, що пропонує АПА, фактично зводять свідомість до досить простих та загальних феноменів: стан, усвідомлення або електрична активність мозку. Подібний підхід є прикладом редукціонізму. Іншим типовим прикладом прояву редукціонізму є визначення свідомості через процеси уваги, нівелиюючи самостійність процесів уваги. Сучасні нейропсихологічні дослідження надають значні докази, що увага та свідомість реалізуються через два окремих, розділених нейронних кореляти (Maier & Tsuchiya, 2021).

Словник АПА підкреслює, що існують складні філософські конструкти та множинність точок зору щодо свідомості, однак можна виділити дві основні течії: матеріалістичну й іматеріалістичну. Відповідно до першої течії свідомість досліджується ззовні на основі її функцій та поведінки, що включає у себе аналіз фізичних, нейробіологічних та когнітивних процесів (здатність відрізнити стимули, контролювати внутрішні стани, поведінку та реагувати на навколишнє середовище). Друга течія розглядає свідомість зсередини через внутрішній досвід та суб'єктивність, що досліджується за допомогою інтроспекції.

Кембриджський словник із психології визначає свідомість як «феномен особистісного, суб'єктивного досвіду. Цей досвід пов'язаний із пам'яттю, уявою чи сенсорною системою та взаємодіє з навколишнім середовищем і фізіологічними станами, що викликає зміни



у стані або особливостях суб'єктивного досвіду» (Matsumoto, 2009: 128). Це визначення тотожне дефініції психіки як суб'єктивного відображення об'єктивного світу, що вводить певну термінологічну плутанину, використання двох термінів синонімічно. Якщо свідомість еквівалентна суб'єктивному досвіду, то сон є свідомим станом, оскільки він містить суб'єктивний досвід переживання і пов'язаний з уявою. Це породжує парадокси.

Оксфордський словник з психології тлумачить свідомість як «типовий психічний стан пробудженої людини, що характеризується переживанням сприйняття, думок, відчуттів, усвідомленням зовнішнього світу, часто і у людей (але не обов'язково в інших тварин) самосвідомості» (Colman, 2015: 161). На наш погляд, це визначення влучно висвітлює сутність свідомості, відділяє її від несвідомих феноменів. Проте дефініція досить суперечлива й не лаконічна, оскільки на початку вказується, що свідомість є станом людини, а кінець підкреслює ймовірну наявність свідомості у тварин. Теза про те, що це психічний стан пробудженої людини потребує спеціального дослідження, оскільки розвиток технологій з нейровізуалізації уможливив виявлення свідомості й дозволив спілкуватись з пацієнтами у вегетативному стані (Owen, 2019).

Стенфордська енциклопедія з філософії підкреслює, що є декілька дефініцій (сенсів), що використовуються для позначення поняття «свідомість»:

а) чутливість як здатність відчувати та реагувати на зовнішній світ;

б) бадьорість, тобто стан, в якому організм проявляє активність і протиставляється комі та сну;

в) самосвідомість – здатність відобразити себе окремо від зовнішнього світу;

г) «щось подібне» – критерій філософа Т. Нагеля, що визначає наявність свідомості у істот, що мають дещо подібну до людської систему репрезентації суб'єктивного відображення світу;

г) суб'єкт свідомих станів, що припускає виділення критеріїв істоти зі свідомістю;

д) перехідна свідомість як свідомість, що спрямована на об'єкт (Van Gulick, 2014).

Вищевказані визначення розглядають феномен свідомості дещо мозаїчно, акцентуючи увагу на певних фрагментах наукового об'єкта, що є проявом редуційної тенденції. Визначення свідомості як стану бадьорості уже є дискусійним, хоча до недавнього часу більшість науковців погоджувались з цією тезою, яка була ледве не єдиною спільною для всіх науковців.

Філософ D. Rosenthal виділяє три найбільш уживані контекстуальні значення терміна «свідомість»: а) опис людини або істоти, що пере-

буває у стані бадьорості; б) опис людини або істоти, що усвідомлює щось; в) опис властивостей ментальних процесів, що протиставляються несвідомим (Rosenthal, 2009).

Загалом, у філософії найбільш часто вживані лише два значення. Свідомість у широкому сенсі припускає рефлексію, самоусвідомлення та набір інтелектуальних здібностей, характерний тільки для людей. У вузькому сенсі свідомість є здатністю до чуттєвого досвіду (Proudfoot & Lacey, 2009: 84).

Деякі науковці визначають поняття «свідомість» досить широко як результат процесів, що відбуваються у головному мозку або як загальний об'єднуючий термін щодо суб'єктивного характеру психічних станів (Karunakaran, 2016; Kumar, 2016). Такі еkleктичні погляди унеможливають чітке окреслення предмета дослідження, зводячи психічні феномени до єдиного – свідомості, а саме поняття «свідомість» редукує до акумуляції психічних процесів.

Незначна частина науковців (D. Dennet, K. Frankish тощо) є прихильниками ілюзїонізму – теорії, що позиціонує суб'єктивний досвід як ілюзорний феномен, що викликаний фізичними або функціональними станами мозку. Таким чином, на погляд ілюзїоністів, свідомість є квазіфеноменом, який пов'язаний з неправильним трактуванням внутрішніх репрезентацій (Kammerer, 2019). Цей підхід зазнав значної критики.

Найбільш повний, сучасний огляд наукових джерел з проблематики свідомості зроблений D Sattin, F. Magnani, L Bartesaghi з колегами, які виявили 29 різних теоретичних моделей свідомості. За даними цих авторів, свідомість визначають через поняття: «активність», «усвідомлення», «мозок», «збірний», «компонент», «зміст», «події», «зовнішній», «відчуття», «поле», «форма», «функція», «інформація», «інтегрований», «рівень», «психічний», «розум», «нейронний», «об'єкт», «організм», «минулий», «сприйняття», «перцептивний», «фізичний», «можливий», «сила», «процеси», «властивість», «дійсність», «репрезентація», «щось», «простір», «стан», «суб'єктивний», «система», «таламокортикальна», «світ». Найпоширенішими термінами є «інформація», «досвід» та «стан» (Sattin et al, 2021).

Важливо зазначити, що розмитість визначень свідомості у зарубіжній психології не є проблемою самої науки, а лише відбиває дискусійний характер предмета дослідження. Для порівняння класичним визначенням свідомості в українській психологічній науці є таке: «Свідомість – найвищий рівень розвитку психіки і відображення об'єктивної дійсності, властивостей предметів і явищ навколишнього світу, процесів, що відбуваються

в ньому. Свідомість властива лише людині» (Синявський & Сергєєнкова, 2007: 269). Це визначення є анахронічним, тому що не відображає сучасні наукові погляди, котрі визнають наявність елементів свідомості серед тварин.

Власне кажучи, теза про те, що свідомість властива лише людині, припускає появу низки взаємопов'язаних запитань: а) чи актуальна й коректна градація психіки у світлі синтетичної теорії еволюції?; б) чи дійсно свідомість властива лише людині?; в) який статус штучного інтелекту? Так, W. Banks, спираючись на нейробіологічні дані, поведінкові показники та адаптивну конвергенцію, наводить докази, які підтверджують існування свідомості у тварин (Banks, 1995). Як демонструє M. Gross, існують вагомі докази присутності елементів свідомості у тварин, з чого науковці припускають існування спектра свідомості з індивідуальними особливостями у різних видів (Gross, 2013). Щодо штучного інтелекту, то, наприклад, прихильники функціоналізму вважають, що існування свідомості визначається не внутрішніми структурами мозку, а функціями, що виконує свідомість у системі. Таким чином, виникнення свідомості може мати різні субстрати для функціонування, це положення називають «множинною реалізацією».

На нашу думку, свідомість є психічним станом, який характеризується переживанням суб'єктивного досвіду й цілеспрямованою, усвідомленою поведінкою, що забезпечує її підвищену гнучкість та складність. Свідомість уможливляє свободу вибору, ускладнює соціальну координацію й покращує регуляцію внутрішньо-мотиваційних станів.

Підсумовуючи, анахронічність дефініції «свідомість» відображає більш глобальну проблему відірваності української психологічної науки від світової. Тим не менш зарубіжний досвід надає цінний матеріал для дискусії щодо генези, функціонування та опису свідомості, а також дозволяє окреслити коло подальших досліджень. Як зазначає M. Velmans, зі збільшенням знань термін «свідомість» буде змінювати власне наповнення, як це відбулось з фундаментальними фізичними поняттями «енергія» та «час» (Velmans, 2009).

Перспектива подальшого дослідження пов'язана зі створенням нового, холістичного підходу до розгляду феномену свідомості як компонента психічного життя людини та створенням теорії, що вичерпно та об'єктивно пояснить цей стан.

Висновки. Свідомість як одне з центральних психологічних явищ має множину часто протилежних підходів і трактувань у психології. Процес знаходження спільного тлумачення далеко не завершений, враховуючи збільшення інформації щодо предмета дослідження щороку. Проведений критичний аналіз концептуального змісту категорії «свідомість» вказує на значні протиріччя у визначеннях та підходах до неї. Виділено дві протилежні тенденції у конструктах опису свідомості: еkleктизму та редукціонізму, що відповідно розглядають свідомість або занадто широко, або занадто вузько. Надано власне авторське трактування свідомості як психічного стану, який характеризується переживанням суб'єктивного досвіду й цілеспрямованою, усвідомленою поведінкою, що забезпечує її підвищену гнучкість та складність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аллахвердов В. М. Сознание как парадокс : монографія. Санкт-Петербург : Издательство ДНК, 2000. 528 с.
2. Аллахвердов В. М. Проблема сознания. Поиск путей решения. *Мир психологии*. 2018. № 2. С. 11–21.
3. Зинченко В. П., Мещеряков Б. Г. Большой психологический словарь. Москва : АСТ, 2008. 409 с.
4. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. Психологічний словник / ред. Н. Побірченко. Київ : Наук. світ, 2007. 336 с.
5. Banks W. P. Evidence for consciousness. *Consciousness and cognition: an International Journal*. 1995. Vol. 4. № 2. P. 270–272.
6. Barušs I. Metanalysis of definitions of consciousness. *Imagination, cognition and personality*. 1987. Vol. 6. № 4. P. 321–329.
7. Birch J. In search of the origins of consciousness. *Acta biotheoretica*. 2020. Vol. 68. № 2. P. 287–294.
8. Colman A. M. A dictionary of psychology. 4th ed. New York : Oxford University Press, 2015. 883 p.
9. Consciousness: new concepts and neural networks / T. Zhao et al. *Frontiers in cellular neuroscience*. 2019. № 13. 302 p.
10. Crick F. Consciousness and neuroscience. *Cerebral cortex*. 1998. Vol. 8. № 2. P. 97–107.
11. Dehaene S., Lau H., Kouider S. What is consciousness, and could machines have it? *Robotics, AI, and humanity* / ed. by J. von Braun et al. 2021. P. 43–56.
12. Dennett D.C. Facing up to the hard question of consciousness. *Philosophical transactions of the royal society B: biological sciences*. 2018. Vol. 373. № 1755. 20170342.
13. Disorders of consciousness / B. C. Eapen et al. *Physical medicine and rehabilitation clinics*. 2017. Vol. 28. № 2. P. 245–258.
14. Gross M. Elements of consciousness in animals. *Current biology*. 2013. Vol. 23. № 22. P. 981–983.
15. Kammerer F. How rich is the illusion of consciousness? *Erkenntnis*. 2019. P. 1–17. URL: <https://doi.org/10.1007/s10670-019-00204-4> (дата звернення: 11.02.2022).
16. Karunakaran R. Mathematical modeling of consciousness: a foundation for information processing. *International conference on emerging technological trends (ICETT)* : матеріали Міжнар. наук. конф, Kollam, 21–22 October 2016. Kollam, 2016. P. 1–4.



17. Kumar K. R. Mathematical modeling of consciousness: subjectivity of mind. *International conference on circuit, power and computing technologies* : матеріали Міжнар. наук. конф, Nagercoil, 18–19 March 2016. Nagercoil, 2016. P. 1–5.
18. Maher C. Experiment rather than define. *Trends plant sci.* 2020. Vol. 25. № 3. P. 213–214.
19. Maier A., Tsuchiya N. Growing evidence for separate neural mechanisms for attention and consciousness. *Attention, perception, & psychophysics.* 2021. Vol. 83. № 2. P. 558–576.
20. Matsumoto D. E. *The Cambridge dictionary of psychology.* Cambridge University Press, 2009. 608 p.
21. Origin and evolution of human consciousness / F. Fabbro et al. *Progress in brain research.* 2019. Vol. 250. P. 317–343.
22. Owen A. M. The search for consciousness. *Neuron.* 2019. Vol. 102. № 3. P. 526–528.
23. Phillips I. The methodological puzzle of phenomenal consciousness. *Philosophical transactions of the royal society B: biological sciences.* 2018. Vol. 373. № 1755. 20170347.
24. Proudfoot M., Lacey A. R. *The Routledge dictionary of philosophy.* 4th ed. Routledge, 2009. 464 p.
25. Rosenthal D. Concepts and definitions of consciousness. *Encyclopedia of consciousness.* 2009. P. 157–169.
26. Theoretical models of consciousness: a scoping review / D. Sattin et al. *Brain sciences.* 2021. Vol. 11. № 5. 535.
27. Van Gulick R. Consciousness. *Stanford Encyclopedia of Philosophy.* URL: <https://plato.stanford.edu/entries/consciousness/#ConCon> (дата звернення: 11.02.2022).
28. VandenBos R. *APA dictionary of psychology.* 2nd ed. Washington : American Psychological Association, 2015. 1024 p.
29. Velmans M. How to define consciousness: and how not to define consciousness. *Journal of consciousness studies.* 2009. Vol. 16. № 5. P. 139–156.
30. Vimal R. Meanings attributed to the term ‘consciousness’: an overview. *Journal of consciousness studies.* 2009. Vol. 16. № 5. P. 9–27.

REFERENCES:

1. Allahverdov, V. M. (2018). Problema soznaniya. Poisk putej resheniya [The problem of consciousness. Finding solutions]. *Mir psihologii*, (2), 11–21 [in Russian].
2. Allahverdov, V. M. (2000). *Soznanie kak paradox* [The consciousness as a paradox]. St. Petersburg, Izdatelstvo DNK, 528 [in Russian].
3. Zinchenko, V. P., & Meshcheryakov, B. G. (2008). *Bol'shoj psihologicheskij slovar'* [Large psychological dictionary]. Moscow, AST, 409 [in Russian].
4. Syniavskiy, V., & Serhieienkova, O. (2007). *Psykhologichnyi slovnyk* [Psychological dictionary]. N. Pobirchenko (red.), Kyiv : Naukovyi svit [in Ukrainian].
5. Banks, W. P. (1995). Evidence for consciousness. *Consciousness and Cognition: An International Journal*, 4(2), 270–272.
6. Barušs, I. (1987). Metanalysis of definitions of consciousness. *Imagination, Cognition and Personality*, 6(4), 321–329.
7. Birch, J. (2020). In search of the origins of consciousness. *Acta Biotheoretica*, 68(2), 287–294.
8. Colman, A.M. (2015). *A dictionary of psychology.* Oxford University Press.
9. Crick, F., & Koch, C. (1998). Consciousness and neuroscience. *Cerebral cortex*, 8(2), 97–107.
10. Dehaene, S., Lau, H., & Kouider, S. (2021). What is consciousness, and could machines have it? *Robotics, AI, and Humanity*, 43–56.
11. Dennett, D. C. (2018). Facing up to the hard question of consciousness. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 373(1755), 20170342.
12. Eapen, B. C., Georgekutty, J., Subbarao, B., Bavishi, S., & Cifu, D.X. (2017). Disorders of consciousness. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics*, 28(2), 245–258.
13. Fabbro, F., Cantone, D., Feruglio, S., & Crescentini, C. (2019). Origin and evolution of human consciousness. *Progress in Brain Research*, 250, 317–343.
14. Gross, M. (2013). Elements of consciousness in animals. *Current Biology*, 23(22), 981–983.
15. Kammerer, F. (2019). How rich is the illusion of consciousness? *Erkenntnis*, 1–17.
16. Karunakaran, R. (2016, October). Mathematical modeling of consciousness: A foundation for information processing. In *2016 International Conference on Emerging Technological Trends (ICETT)* (pp. 1–4). IEEE.
17. Kumar, K. R. (2016, March). Mathematical modeling of consciousness: Subjectivity of mind. In *2016 International Conference on Circuit, Power and Computing Technologies (ICCPCT)* (pp. 1–5). IEEE.
18. Maher, C. (2020). Experiment rather than define. *Trends Plant Sci*, 25(3), 213–214.
19. Maier, A., & Tsuchiya, N. (2021). Growing evidence for separate neural mechanisms for attention and consciousness. *Attention, Perception, & Psychophysics*, 83(2), 558–576.
20. Matsumoto, D. E. (2009). *The Cambridge dictionary of psychology.* Cambridge University Press.
21. Owen, A. M. (2019). The search for consciousness. *Neuron*, 102(3), 526–528.
22. Phillips, I. (2018). The methodological puzzle of phenomenal consciousness. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 373(1755), 20170347.
23. Proudfoot, M., & Lacey, A.R. (2009). *The Routledge dictionary of philosophy.* Routledge.
24. Rosenthal, D. (2009). Concepts and definitions of consciousness. *Encyclopedia of consciousness*, 157–169.
25. Sattin, D., Magnani, F. G., Bartesaghi, L., Caputo, M., Fittipaldo, A. V., Cacciatore, M., ... & Leonardi, M. (2021). Theoretical Models of Consciousness: A Scoping Review. *Brain sciences*, 11(5), 535.
26. Van Gulick, R. (2014, 14 January). *Consciousness.* Stanford Encyclopedia of Philosophy. Retrieved from: <https://plato.stanford.edu/entries/consciousness/#ConCon>



27. VandenBos, G. R. (2015). APA dictionary of psychology. American Psychological Association.
28. Velmans, M. (2009). How to define consciousness: And how not to define consciousness. *Journal of consciousness studies*, 16(5), 139–156.
29. Vimal, R. (2009). Meanings attributed to the term “consciousness”: an overview. *Journal of Consciousness Studies*, 16(5), 9–27.
30. Zhao, T., Zhu, Y., Tang, H., Xie, R., Zhu, J., & Zhang, J.H. (2019). Consciousness: new concepts and neural networks. *Frontiers in cellular neuroscience*, 13, 302.

*Стаття надійшла до редакції 20.01.2022.
The article was received 20 January 2022.*



УДК 159.942:[316.624.3:364.63]
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-3

РОБОТА З ТЕМОЮ ОБРАЗИ В ПСИХОДРАМАТИЧНІЙ ГРУПІ

Кошова Інна Вікторівна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної та практичної психології
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

rucheyin@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-3257-7528>

Мета статті полягає у встановленні на основі аналізу функціонування психодраматичної групи особливостей психологічної допомоги, необхідної для конструктивного переживання образи, що виявляється актуальним від функціонування тренінгових груп до вивчення макропроцесів у суспільстві.

Методи. На основі аналізу теорії психодрами встановлено особливості психологічної допомоги, важливі для конструктивного переживання образи.

Результати. Образу як часте явище в міжособистісній взаємодії фрагментарно висвітлено у наукових дослідженнях. Науковці описують як фрустраційну емоцію, стан, викликаний незадоволенням важливих потреб чи невідповідності бажаного та реального результату, агресивну реакцію, прояв базальної тривожності, симптом патологічного злиття, дитячу модель реагування тощо. Дослідниками підкреслюється її зв'язок із негативними емоціями, почуттями та намірами (гнів, ненависть, провина, злість, ворожість, помста), переживанням несправедливості, жертвності та самоприниження. Увагу викликає її раннє виникнення в онтогенезі, зв'язок з ранніми батьківсько-дитячими стосунками, здатність зберігатися, акумулюватися, ставати основою образливості як риси характеру та перехід у психосоматичні хвороби. Це почуття значно перешкоджає розумінню свого внутрішнього конфлікту. У роботі з образою нами були використані базові техніки психодрами: техніка дзеркала, обмін ролями, дублювання. Важливими прийомами були усвідомлення, вираження емоцій, символічне відреагування, технології пробачення. Глибоке переживання бажаного міжособистісного досвіду, що супроводжується вивільненням раніше обмежених емоцій, сприяє зміцненню міжособистісних стосунків, більшому прийняттю себе, розширенню рольового репертуару, зростанню довіри, відкритості, спонтанності.

Висновки. Теорія психодрами не лише пояснює механізми виникнення образ у контексті батьківсько-дитячих стосунків, але й пропонує дієві засоби психологічної роботи з нею.

Ключові слова: *образи, гнів, несправедливість, теорія психодрами, ранні батьківсько-дитячі стосунки.*

WORK WITH RESENTMENT IN PSYCHODRAMA GROUP

Koshova Inna Viktorivna

PhD (Psychological Sciences),
Associate Professor at the Department of General and Applied Psychology

Nizhyn Mykola Gogol State University

rucheyin@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-3257-7528>

Purpose. The article is aimed at developing specific psychological assistance necessary for the constructive experience in coping with offence on the basis of the psychodrama group functioning analysis. It is relevant at various levels, ranging from the training groups functioning to studying social macro-processes in the society.

Methods. The peculiarities of psychological assistance are established on the basis of the psychodrama theory analysis.

Results. Offence is a common phenomenon in interpersonal interaction which is quite fragmented in scientific research. It has been considered as an emotion of frustration, failure to meet important needs or mismatch between the desired and the real, aggressive reaction, manifestation of basal anxiety, a symptom of pathological fusion, a child's model of response, etc. Researchers emphasize its connection to negative emotions, feelings and intentions (anger, hatred, guilt, anger, hostility, desire to take revenge) and, at the same time, to experiencing injustice, sacrifice and self-humiliation. It appears early in ontogeny, is connected to parent-child relationships, has ability to persist, be accumulated and become a trait of character or lead to psychosomatic diseases. The feeling of offence is a significant obstacle to understanding one's internal conflict. Basic psychodrama techniques such as the mirror technique, the exchange of roles, and dubbing were employed to work with offence to raise awareness, express emotions, show symbolic response and forgiveness. The work at desired interpersonal experience with the release of previously restricted

emotions leads to strengthening relationships, greater acceptance of the self, expansion of role repertoire, growth of trust, openness and spontaneity.

Conclusions. So not only does psychodrama theory explain the mechanisms of offence emergence in the context of parent-child relationships, but it also offers effective means of psychological work with it.

Key words: *offence, anger, injustice, psychodrama, psychodrama theory, early parent-child relationships.*

Вступ. Досить часто психодраматисти в рамках роботи з різними темами стикаються з переживанням образу: «образа», «образився» «мене зачепили за живе», «темна пляма, що затулила мені світ». Присутність образу в повсякденному житті людей фіксується частим вживанням цього слова та вираженням емоції через широкий спектр вербальних та невербальних засобів. Її називають прямо, описують яскравими метафорами, показують як тілесний симптом, за чим стоять біль, гнів, приниження, знецінення, тривога та інші емоції, що є її причиною чи, навпаки, наслідком або ж пов'язані з нею. Саме образа є першопричиною, «першим разом», повторення якого, за словами Я.Л. Морено, дає звільнення. Однак, попри присутність образ у повсякденному житті людини, це явище залишається не досить вивченим.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми.

Проблема образи та образливості неодноразово розглядається в різних психологічних школах у рамках вивчення емоційної сфери особистості (К. Хорні, Ф. Перлс, П. Екман та інші). У вітчизняних роботах вона досліджується в контексті вивчення емоцій (Б.І. Додонов, Є.П. Ільїн, В.К. Вілюнас), само-свідомості особистості (В.В. Столін), сімейного консультування (А.Г. Шмельов) тощо. Відомими є дослідження О.А. Апунович, С.О. Гаркавця, Ю.М. Орлова, О.С. Царьової, С.І. Яковенко. Близькою до зазначеної проблеми є тема пробачення, що активно досліджується у зв'язку з переживаннями помсти, гніву, примиренням (Р. Енрайт, Е. Гасін та інші). Загалом, автори відзначають недостатнє вивчення змістової та процесуальної сторін образи та пробачення, причин, механізмів їх виникнення, існування і подолання як феноменів міжособистісного спілкування, що звужує можливості психологічної роботи з окресленою проблематикою (Шапкіна, 2005).

2. Методологія та методи. Важливим аспектом роботи разом з поглибленням психологічного розуміння поняття «образ» через його теоретичний аналіз є вивчення проявів образи у взаєминах, батьківсько-дитячих стосунках зокрема, та її особливостей у дорослої особистості, а також проблематика конструктивного розв'язання ситуацій образи засобами психодрами. Вказані завдання виявляються актуальними на різних рівнях – від функціонування тренінгових груп до вивчення макропроцесів у суспільстві, оскільки, зважаючи на частоту появи проблематики образи

та пробачення, названу тему можна розглядати як колективну.

3. Результати та дискусії. Вітчизняними дослідниками образа вивчається не тільки як емоція, а й як дія, процес, в якому є мета, порядок дій, результат, фаза реакції на образ та її завершення (Печін, 2014). Вона часто розглядається як захисна реакція, фрустраційна емоція, викликана актом блокування чи переривання поведінки, спрямованої на досягнення цілі (Ільїн, 2001), що переживається гостро у вигляді гніву та агресивних дій, які можуть бути досить тривалими. Цей емоційний стан виникає після невдалої спроби задоволення важливої потреби, докорів партнерів по взаємодії та супроводжується сильними емоціями ворожості, гніву, провини, досади, тривоги. З. Фройд пояснює його нерозрядженими афектами. Образа як емоційна реакція особистості на несправедливе до неї ставлення з'являється, коли зачіпається почуття власної гідності людини, коли її незаслужено принижують чи вона переживає почуття несправедливості (Ільїн, 2001; Печін, 2014; Шутценбергер, 2005). Тож можемо припустити, що дотичними до теми образи є теми, пов'язані з переживанням порушення особистісних меж, самооцінки, що відбувається у ситуаціях обману, невірних звинувачень і докорів (Ільїн, 2001). Серед негативних емоційних станів людини (сум, занепокоєння, образа, жалість, невдоволення, неприязнь) лише образа не тільки констатує негативний емоційний стан, а й позначає несправедливе засмучення, сильний душевний біль, смуток (Шапкіна, 2005), переплетіння суму, жалю до себе та злості до іншого, його знецінення.

У теорії об'єктних стосунків образа розглядається як один із афектів мстивості (Хайгл-Еверс, 1998). Образа, гнів, злість, ворожість мотиваційно орієнтовані на реванш, помсту, тривалий стан ворожнечі. Ці афекти переважно еґо-синтонні та не викликають почуття провини, а переживаються як несправедливість. Вони архаїчні, можуть розряджатися через дії, спрямовані на відплату, помсту, моральне задоволення. Травми дитинства, переживання несправедливості призводять до афективного переживання і фіксованої жорстокості до винуватця приниження (Хайгл-Еверс, 1998). З. Фройд відзначає, що образа як негативний емоційний стан та образливість, як властивість особистості (чи її риса) є інсталяцією дитячого Еґо-стану (Гарькавец, 2015; Хайгл-Еверс, 1998). К. Хорні



називає її проявом базальної тривожності, що виникає внаслідок витіснення базальної агресивності. У Ф. Перлса вона розглядається як симптом порушеного «патологічного злиття».

Перші прояви образи спостерігаються вже в 5–11 місячному віці (Ільїн, 2001) як тимчасовий афективний стан, що позначається завдяки «підказкам» дорослих («Ти плачеш? Тебе образили?») та засвоюється у результаті демонстрації подібних зразків реагування інших дітей чи дорослих (Гарькавец, 2015). У 2–5 років це вже спосіб реагування, який показує невдоволення ставленням чи поведінкою інших (Орлов, 2004), як реакція на заборону певних дій, приниження дорослими (Гарькавец, Яковенко, 2015). У дошкільному та молодшому шкільному віці гострі емоційні стани невдоволення (впертість, нестриманість, імпульсивність) можуть формувати комплекс неповноцінності, одним з індикаторів якого є образа (Гарькавец, Яковенко, 2015).

Зовнішні прояви образи у ранньому дитинстві включають яскраві вегетативні та моторні реакції (дитина плаче, кричить, червоніє в гніві, стискає кулачки, може вдарити...), але з удосконаленням вольової саморегуляції та закріпленням адекватних способів реагування у дошкільників та молодших школярів, їх амплітуда зменшується. У підлітковому віці вона знову збільшується, що пов'язують з особливостями протікання кризи (Гарькавец, Яковенко, 2015). Підліткові образи дівчаток виникають, в основному, на фоні незадоволення емоційно важливих стосунків, а у хлопчиків – через невдоволення своїм фізичним та соціальним статусом. Можливою є й імітація образи з метою маніпулювання, перенесення образ на стосунки (сімейні, батьківські, дружні), акумуляція образ (Гарькавец, Яковенко, 2015). Можливим наслідком може бути і формування образливості як особистісної риси, що більш ймовірно, коли вона вже проявилася у молодшому шкільному віці (Гарькавец, Яковенко, 2015). Образливість корелює з низькими самооцінкою та комунікативною толерантністю, високим рівнем тривожності, конфліктністю та агресивністю (Печін, 2014). Вона входить до структури епілептоїдного, шизоїдного, істероїдного та сенситивного типів акцентуацій характеру (Гарькавец, Яковенко, 2015). Тож нові сфери взаємодії в пізній юності та ранній дорослості вже наповнені минулими образами та образливістю, що негативно впливає на взаємодію особистості з оточенням, підвищує фрустраційність, викликає прагнення уникати «небезпечних» для самолюбства ситуацій, формує вміння використовувати роль ображеного у своїх інтересах (Гарькавец, Яковенко, 2015). К. Хорні описує вразливість як рису невротика і говорить про подвійне переживання образи.

Почуття власної правоти, гордість невразливості забороняють йому визнавати почуття образи. Тож він відчуває себе ображеним і йому соромно, що йому образливо (Хорні, 1997). Схильні ображатися дорослі реагують у відповідь на комплекс накопичених образ, але П. Екман вважає, що образа виникає у відповідь на конкретні вчинки.

Низка дослідників пов'язують переживання образи з переживанням гніву (Саймонтон, 2001; Екман, 2010) або гніву та провини (Оклендер, 2006). Однак образа, на відміну від гніву, триває довго, інколи все життя, як рана, що не заживає (Екман, 2010). В. Оклендер називає провину відображенням гнівом, обуренням, спрямованим більше на себе, ніж на об'єкт гніву, що виникає, коли дитина не може його виразити. Приймаючи провину, вона сама себе засуджує, відчуває себе «поганою» і намагається робити те, що від неї очікують, щоб зменшити почуття провини, але відчуває себе ображеною. Не знаючи до кінця, що від неї вимагають, все ж точно знає, що гнів і лють не треба показувати, а краще догоджати всім. Тоді гнів, вина, образа стають дифузними та змішуються з образом «Я». В образі завжди звучить неявна вимога задоволення важливих потреб, і така дитина повинна навчитися виражати свої гнів, образу та говорити про свої потреби (Оклендер, 2006). На образі схожа ненависть, що поєднує відразу та презирство до ненависної людини. Вона тривала, націлена на конкретну людину, але має загальніший характер. П. Екман підкреслює, що образа та ненависть мають ознаки гніву, але гнівом не є.

К. Хорні описує складну ситуацію переживання образи покірною людиною, в якій поєднуються мстивість, лють, жертвність, підозрілість, невдоволення, самоприниження та самозвинувачення, відчуття себе жертвою, що є своєрідним захистом від ненависті до себе. Тут образа – це спосіб вираження пригнічених завойовницьких прагнень, і водночас вона маскує ворожість, частина якої пригнічена та виражена у стражданні. Така образа заважає побачити внутрішній конфлікт, викликає мстиве обурення, що витісняються, бо не узгоджується з ідеальним образом себе, тому особистість більше невдоволена собою, але у стані відчаю звинувачує інших (Хорні, 1997). Ф. Перлз називає це проєкцією. Образлива людина – чулива людина. Вона має сильну, але пригнічену схильність завдавати біль іншим, тому ображений змушує інших відчувати дискомфорт, роздратування (Перлз, 2000).

Якщо гнів виникає під час зустрічі з кривдником, то образа постійно нагадує про себе і може тривати роками, бо ображений може завжди міркувати про неї, що підвищує ймовірність помсти (Екман, 2010). Як пише З. Фрейд,

пригнічений афект залишається прив'язаним до спогадів, а незадоволена у словах, діях чи хоч би у сльозах образа з часом ніби вбиває почуття людини. Тривалість ненависті та образи робить їх схожими на настрої, але їх причина відома. Тож П. Екман пропонує назвати образу емоційним ставленням, а ненависть – емоційною прихильністю. Якщо слідувати ідеям О.О. Прохорова про нерівноважні психічні стани, то образа – один із низькоенергетичних емоційних станів, що триває довго та прагне до урівноваження, а вина, гнів, ненависть, прощання створюють спільне семантичне поле з нею (Прохоров, 2004). Застарілі образи К. Саймонтона та С. Саймонтона називають відстроченим стресом, що виникає не у відповідь на подію, а у разі згадування про неї (замість гніву), коли ми не маємо можливості відреагувати (Оклендер, 2006; Саймонтон, 2001). Наприклад, це образи, пов'язані з нелюбов'ю батьків, неприйняттям. Спочатку вони виправдані та доречні, але потім призводять до фізіологічного та психологічного напруження. Суміш страждання та люті в образі може проявитися через психосоматичні симптоми, депресію, або примусити інших відчувати себе винними (Орлов, 2004; Саймонтон, 2001; Хорні, 1997).

Механізм тривалої образи Ф. Перлс пояснює як «патологічне злиття» у незавершених ситуаціях, коли людина не здатна відпустити об'єкт фіксації, звернувшись до перспективніших занять та людей. Такі стосунки не розриваються, але їй не приносять задоволення. Особистість прагне щось ще з них «добути», отримати, але це виснажує, посилює образу і, своєю чергою, призводить до ще більшого «чіпляння», створюючи замкнуте коло (Перлз, 2000). Ображений не розуміє приреченості своїх намірів, бо не здатен оцінити нові можливості, наділяє об'єкт фіксації силою, але не змінює ситуацію, бо це викликало б необхідність розриву, завершення ситуації, оплакування. Ф. Перлс стверджує, що таке стримування емоцій призводить до емоційного отруєння (Перлз, 2000). З. Фрейд називає образу підготовкою до катарсису, який вважає адекватною реакцією на травму. З таким поясненням узгоджується і думка П. Пітцелле, що на психодраматичних сесіях не завжди варто прагнути зрозуміти кривдника, його дії чи простити. Інколи важливо «випустити емоцію», що викликала емоційну смерть, задушила спонтанність (Холмс, 1999). Тож важливим шляхом роботи з образами й гнівом є відреагування.

Загалом, з психологічної точки зору, образа виконує досить важливі функції регулювання взаємин та пристосування, але вона може бути проявом сенсорного опору, використовуватися як своєрідна маніпуляція, емоційний шантаж

з метою викликати почуття провини у кривдника, спонукати оточення до бажаної поведінки, щоб уникати небажаних ситуацій чи, навпаки, для нападу (Орлов, 2004; Перлз, 2000).

Для виникнення образи важливим є суб'єктивне переживання важливості, значущості певних потреб та інтересів, пов'язаність почуттів ображеного та кривдника. Тому друг, кохана, брат, дружина мають більше шансів образити, ніж зовсім незнайома людина (Орлов, 2004). Переживання болю, неспокою, роздратування ніби вказують на існування деяких важливих потреб, бажань, яких до ситуації образи навіть не помічали, але які нині стали важливими (Шапкіна, 2005). Вони необов'язково мають бути зрозумілі для партнера і ним прийняті, а їх незадоволення та знецінення думкою іншого не применшує їх важливості для ображеного (Шапкіна, 2005). У разі невиправданих очікувань першим з'являється мимовільне роздратування, яке може перерости (чи ні) в образу. Надалі з'являється біль, що сигналізує про необхідність змінити щось у самому собі, а потім, можливо, і у стосунках або сприймається як привід до саможалю. Адже бути ображеним, відчувати себе жертвою несправедливості та агресії легше, ніж здійснювати певну роботу над собою. Тож виникає «установка звинувачення», причиною дискомфорту визнається інша людина, а первинне роздратування, поєднуючись з образою на іншого, переходить у негативну емоцію гніву та злості. Ображений може почати шукати причину у ситуації, долі. За такою позицією страждання стоять претензії до зовнішнього світу, який повинен враховувати потреби суб'єкта, розуміти, приймати та задовольняти їх. Інфантильна установка створює своєрідний фон і проявляється частіше не до світу загалом, а до окремих, важливих для суб'єкта людей, окремих ситуацій (Шапкіна, 2005). Навпаки, якщо у ситуації образи особистість усвідомлює значущість актуалізованої образою потреби, то це допомагає опанувати її. Іншою причиною виникнення образи можуть бути стійкі очікування, розузгодження між очікуваною та реальною поведінкою іншої людини. Сила образи визначається мірою такого неспівпадання, а основними шляхами її послаблення є збільшення реалістичності очікувань (Орлов, 2004), усвідомлення процесу приписування іншій людині певної поведінки, порівняння її поведінки з власними очікуваннями (Орлов, 2004).

Дослідження феномену образи інтенсивно відбувається і в контексті психологічних досліджень прощання. Наприклад, Р. Енрайт описав модель розвитку, модальності прояву (дарування, отримання прощання, самопрощання) та різновиди прощання (на основі помсти, як виконання очікувань інших чи вимог



релігії, засіб досягнення соціальної гармонії, прощення-любов, прощення-відплата). Модель дарування прощення має 4 фази. Перша – «Розкриття» фокусується на усвідомленні болю, переживаннях та міркуваннях того, хто готовий пробачити, усвідомленні фактичної (ілюзорної) образи, збитків, болю, після якого виникає ненависть, а потім відбувається зближення. У другій фазі («Рішення») особистість робить спробу глибше зрозуміти, що є прощенням, аналізує, переосмислює зроблені раніше дії, приймає внутрішнє рішення пробачити. Фаза «Дія» орієнтована на розуміння наслідків образи для кривдника, розширення здатності до емпатії, співчуття. Відмовившись від гніву, як психологічного захисту, людина приймає, витримує свій біль і може бути великодушною до кривдника. «Поглиблення» («Звільнення від емоційних кайданів») передбачає відкриття у собі метафізичного смислу прощення, його ролі в процесі трансформації особистості того, хто пробачає, спрямування до нових життєвих цілей, свободи і внутрішньої гармонії (Печин, 2014). Як пише А.А. Шутценбергер, гарні спогади, добрі почуття, відчуття щастя не тільки підносять душу, але і зцілюють тіло (Шутценбергер, 2005). Модель дарування прощення може бути використана як схема роботи ведучого психодрами з темою образи. Загалом, прощення передбачає активний прояв ціннісного ставлення до кривдника, розуміння його психологічного стану, повагу до нього та готовність до діалогу (Царьова, 2015). До такої складної міжособистісної взаємодії як образений, так і кривдник не завжди готові.

Оскільки образа пов'язана із задоволенням важливих психологічних потреб, то причини її появи часто криються в дитинстві. Порушення батьківсько-дитячих стосунків супроводжується негативними почуттями, одним із яких є образа. Як пояснює Дж. Боулбі, дитячі переживання та всі форми емоційних зв'язків, що засвоюються в дитинстві, надалі стають ключовими для розвитку, створюючи рівень компетентності, необхідний для подальших взаємоприйнятних стосунків (Боулбі, 2004). Спосіб встановлення та збереження сильних, ніжних зв'язків з людьми, яких особистість вважає сильними та мудрими, Дж. Боулбі називає прихильністю. Така поведінка яскраво проявляється в ранньому дитинстві та з меншою інтенсивністю і частотою впродовж життя. Найсильніші емоції (любов, сум, тривога, гнів, радість) виникають під час підтримання, встановлення, розриву та відновлення зв'язків. Фігурами прихильності тут виступають подружжя, батьки та власні діти. Особистості, які схильні переживати тривогу та не відчувають себе в безпеці, мають ознаки залежності, незрілості та низької самоповаги – це ті,

хто мав тяжке дитинство. Вони згадують про нього з образою, яку зазвичай переносять з батьків на іншу слабшу людину. Імовірно, що така особистість відчуває сильну несвідому тугу по любові та піклуванню, що може проявитися і в провокуючій аномальній поведінці (Боулбі, 2004; Холмс, 1999). У разі компульсивного реагування виникає схильність до психосоматичного реагування, відсутність довіри у близьких стосунках, відкладання переживання втрат на роки, епізоди депресії. Особистості з тривожною прихильністю схильні переживати гнів, докори, депресію. Бажання отримати любов та прихильність може мати форму нервової анорексії, іпохондрії. Загалом у таких стосунках багато прихованого прагнення до любові та піклування, пригніченого гніву, тривоги та провини з приводу вираження цих бажань.

Особливо важливими виявляються визнання та повага батьками бажань дитини, її потреби мати надійну опору. Патогенними є відсутність уваги до поведінки дитини, орієнтованої на отримання піклування, активне приниження чи нехтування, переривання батьківського піклування, постійні батьківські погрози нелюбові чи виходу із сім'ї, що використовуються як засоби дисциплінування, контролю дитини, спонукання партнера по шлюбу, тиск батьків, орієнтований на формування відповідальності, погрози та навіювання провини (Боулбі, 2004). Описана вище поведінка батьків спонукає дітей як до прояву гніву, спрямованого на батьків, так і до гальмування його вираження, неусвідомленого обурення, що зберігається тривало. Психологічна допомога в такому разі відбувається в напрямі усвідомлення та переживання ними любові, піклування, гніву проти тих, хто їх цього позбавив, виявлення та усвідомлення зв'язку сьогоденного способу взаємодії з емоційно важливими особистостями та давніх стосунків з батьками (Боулбі, 2004).

Моделі порушеного сімейного функціонування й особистісного розвитку схильні зберігатися, продовжуватися в дорослому житті, бо репрезентативні моделі фігур прихильності і власного Я зберігаються на несвідомому рівні та співіснують із доречнішими у ситуації. П. Холмс, поєднуючи ідеї Я.Л. Морено та О. Кернберга, пояснює це як інтерналізацію позитивних та негативних афектів разом із внутрішніми об'єктами на ранніх етапах розвитку дитини (Холмс, 1999). Надалі складні ідентифікації поєднуються з іншими подібними за афективним статусом та передбачають інтерналізацію ролей, зокрема матері та батька. Г. Лейтс зауважує, що інтроєкти можуть впливати навіть всупереч волі індивіда, визначати його вчинки, брати участь у побудові Над-Я, впливати на поведінку людини зсередини,

переноситися на інших людей, змінювати реалістичність ставлення до них та зберігати такий вплив навіть після відділення від батьків чи їхньої смерті. Інфантильна прихильність може зберігатися у вигляді прихильності до інтроєкту та призвести до важкого інтрапсихічного конфлікту (Лейтц, 1994). Тож актуальною в роботі з образами, що виникли в дитинстві, буде робота з батьківськими інтроєктами.

Тривале збереження образи на батьків можна пояснити через теорію рольового розвитку Я.Л. Морено. Вважається, що психічний розвиток дитини пов'язаний із засвоєнням ролей, адже виразними аспектами того, що називається «Я» (Самість), є ролі, в яких це «Я» діє. Загалом розвиток, що має низку стадій, супроводжується формуванням соматичних, психічних, соціальних та трансцендентних ролей. Рольовий розвиток передбачає низку етапів: 1) ідентифікація себе зі світом, коли мати сприймається як частина самого себе; 2) концентрація уваги дитини на цій чужій частині себе; 3) чужа частина себе (мати) посідає особливе місце і сприймається як самостійна; 4) дитина не тільки сприймає роль іншої людини, але й може уявити себе в цій ролі і грати її; 5) дитина в грі входить у роль іншої людини і здатна з позиції цієї ролі (ролі матері), дивлячись на себе збоку, сприймати себе зовні, чітко розмежування «Я» і «Ти», що проговорюється та поглиблюється в переживанні (Лейтц, 1994; Морено, 2008). Стадії рольового розвитку виступають як стадії виконання ролі іншого та є основою таких феноменів, як імітація, ідентифікація, проєкція та перенесення. У результаті рольового розвитку формується матриця ідентичності. У процесі її створення є період інкубації, коли батьки та інші допоміжні-Я є помічниками у формуванні внутрішнього середовища. На ранніх етапах формування матриці такий досвід засвоюється як перед-безсвідомий та досвідомий і лише пізніше це відбувається через прийняття, сприймання та об'єктивізацію ролей. Ролі батька та матері так рано входять у досвід дитини, що стають частиною її Самості. Кожна людина повинна їх засвоїти, але водночас у нас є й уявлення про ці образи. Ці внутрішні образи народжуються внаслідок психічного сприймання і певною мірою незалежно від фактичного стану речей (Барц, 1997). Повернувшись у думках у своє минуле, людина може знайти там ще актуальні переживання. Реальні фігури та образи, створені за допомогою проєкцій, мають могутню силу (Барц, 1997), і переживання, що з ними пов'язані, залишаються актуальними в нашій психіці та впливають на рольовий репертуар. Так, материнські ролі, насичені теплотою, підтримкою, захистом, безпекою закладаються рано, однак можуть не проявлятися внаслідок

як первинного, так і вторинного рольового дефіциту (Штельциг, 2004). Частина материнського рольового, як вказує Я.Л. Морено, може навіть витіснитися. Натомість, особистість схильна переживати слабку, боязливу, сумну, таку, що потребує підтримки й, думаю, ображену, частину рольової пари та наділяє підтримуючими ролями інших людей. У короткотривалих кризових ситуаціях материнські ролі беруть на себе сім'я, родичі, друзі, але в разі довготривалих психосоціальних криз їхня готовність допомагати та втішати змінюється вимогливістю, безсиллям, злістю та люттям (Штельциг, 2004). У терапевтичній групі виконання іншими учасниками материнських ролей дає відчуття захисту, тепла, що загалом важливо в терапії. Але це також означає, що клієнту залишаються ролі ображеного, мученика. Нерідко він шукає бажаної любові, теплоти, піклування, вірності зовні: в терапевті, домашніх тваринах, у Бозі... Тому робота у психодраматичній групі має бути спрямована одночасно на переживання та проживання нового розподілу ролей регресивної, нещасливої дитячої долі та надавати підтримку та захист (Штельциг, 2004). Група дає можливість як засвоєння, тренування позитивних, таких, що захищають, підтримують, душевних ролей, так і повернення до більш ранніх етапів рольового розвитку з метою засвоєння (відновлення) цих ролей. Це дозволяє протагоністам стати відносно незалежними від зовнішніх впливів, внутрішньо посилити позитивні ролі, досягаючи рівноваги з деструктивними ролями (Штельциг, 2004). У психодраматичній дії завчені та інтеріоризовані в дитинстві ролі актуалізуються в процесі перенесення, а в емоційно насичених психологічних, соціальних ситуаціях проявляються як регресія. Я.Л. Морено вважав регресією форму програвання, прийняття людиною ролі, більше характерної для молодшого віку, підкреслював, що справжня регресія можлива лише у взаємодії зі справжніми батьками (Лейтц, 1994; Морено, 2008; Холмс, 1999). Прояви регресії різної інтенсивності та гостроти, що властиві кожному учаснику психодраматичної групи, виникають, коли в результаті прагнення особистості пристосуватися та відповідати вимогам оточення, з'являється почуття спустошеності, бунту, переживання пустоти, образи, депресії (Барц, 1997). Психодраматична група в такому разі виступає і свідком переживань протагоніста, і носієм цілющих сил, підтримує процес досягнення цілісності особистості, створюючи умови для прояву архаїчних, нерозвинутих аспектів психіки. Протагоніст може проявляти перед усією групою почуття, які пригнічувалися. З ними можна контактувати, вони перестають бути загрозою, менше витісняються,



приховуються, викликають сором, що повною мірою стосується й образи. Образа та інші близькі до неї почуття виводяться на сцену, визнаються, з ними стає можливим вести діалог, шукати їхні причини. Тож важливим психотерапевтичним фактором психодрами є стосунки «теле».

Рольовий розвиток, як стверджує Я.Л. Морено, тісно пов'язаний з психосоціальним розвитком. Одиницею людського буття виступає соціальний атом, а етапи та процеси рольового розвитку розгортаються в діадичних та внутрішньогрупових стосунках. Коли у зв'язку з переживанням образи на психодраматичній сцені з'являються батьки протагоніста і повторно проживаються стосунки та почуття, що позитивні та негативні разом, то з'являється можливість внести бажані для протагоніста зміни у соціальний атом, відтворити та «програти» свої невдалі стосунки. Таке дослідження сприяє самопізнанню. Застосування ж техніки обміну ролями дозволяє емоційно відчувати кривдника, пробачити його. Як стверджує Я.Л. Морено, зцілення відбувається, коли протагоніст взаємодіє зі своєю більшою соціальною системою та розвиває більшу гнучкість. Однак ранні потреби в любові, захисті, захищеності, довірі у разі порушеного рольового розвитку можуть змінитися відмовою від них, знеціненням. Інколи необхідні активна підтримка, тепло, захист групи та психотерапевта, щоб клієнт повернувся до цих бажань і тільки потім продовжив роботу (Штельциг, 2004).

Дієвим (терапевтичним) фактором психодрами є інсайт у дії, коригуючий емоційний досвід, який П. Келлерман називає виправленням помилок у тексті, а Я.Л. Морено – «кожний другий раз – звільнення від першого» (Келлерман, 1998; Морено, 2008).

Перегравання в психодраматичній надреальності ситуацій, у тому числі і образи, бажанішим способом, адаптивна регресія до ранніх стадій функціонування, примирення з інтроектом дають можливість протагоністам пережити минуле по-новому, позбавитися від небажаних стосунків, звичок, зразків поведінки, змінити результати негативного навчання. У психодрамі можливим є емоційне відділення від самого себе, можливість рефлексувати (Келлерман, 1998). Тож особистість, за словами П. Келлермана, може почати ріст з того місця, де зупинився її розвиток.

Висновки. Психологічний аналіз образи засвідчує її зв'язок з емоційним розвитком людини. Тривале переживання образи є значною перешкодою до розуміння свого внутрішнього конфлікту. Навпаки, глибоке переживання бажаного міжособистісного досвіду у психодраматичній групі супроводжується вивільненням раніше обмежених емоцій, призводить до зміцнення стосунків, розширення рольового репертуару, більшого прийняття себе, сприяє зростанню довіри, відкритості, проявів спонтанності. У роботі з образою можуть бути використані базові техніки психодрами: техніка дзеркала, обмін ролями, дублювання. Важливими прийомами роботи є усвідомлення, вираження емоцій, символічне відреагування, робота із соціальним атомом, технології пробачення.

Образа є складною та багатогранною психологічною реальністю, що має безперечно й певні культурні та етнічні особливості. Тож перспективою роботи може бути вивчення образного складника концепту образи, специфічність сприймання та вираження емоції (стану) образи українцями, що допоможе зрозуміти це психічне явище повніше.

ЛІТЕРАТУРА

1. Барц Э. Игра в глубокое. Введение в юнгианскую психодраму. Москва : Класс, 1997. 144 с.
2. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. Москва : Академический Проект, 2004. 232 с.
3. Гарькавец С. А., Яковенко С. И. Особенности возникновения и проявления обиды на разных этапах онтогенеза личности. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. Северодонецьк : Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2015. № 3(38). Т. 2. С. 105–116. URL: <https://www.academia.edu/30607047/>
4. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 752 с.
5. Келлерман П. Ф. Психодрама крупным планом. Москва : Класс, 1998. 240 с.
6. Лейтц Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено. Москва : Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. 352 с.
7. Морено Я. Л. Психодрама. Институт психотерапии. 2008. 496 с.
8. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. Москва : Независимая фирма «Класс», 2006. 336 с.
9. Орлов Ю. М. Обида. Вина. Москва : Слайдинг, 2004. 96 с.
10. Перлз Ф. С. Эго, голод и агрессия. Москва : Смысл, 2000. 358 с.
11. Печин Ю. В. Становление и развитие психологии прощения в США: краткий обзор. *Психологическая наука и образование*. 2014. Т. 6, № 4. С. 194–206. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/4/Pechin.phtml>
12. Прохоров А. О. Семантические пространства психических состояний. Психология состояний : хрестоматия / под ред. проф. А. О. Прохорова. Москва : ПЕР СЭ ; Санкт-Петербург : Речь, 2004. С. 219–227.

13. Саймонтон К., Саймонтон С. Психотерапия рака. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 288 с.
14. Хайгл-Эверс А., Хайгл Ф. и др. Базисное руководство по психотерапии. Санкт-Петербург : Восточно-Европейский Институт Психоанализа, Речь. 1998. 784 с.
15. Холмс П. Внутренний мир снаружи: Теория объектных отношений и психодрама. Москва : Независимая фирма «Класс», 1999. 288 с.
16. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самоосуществление. Санкт-Петербург : Восточно-Европейский институт психоанализа и БСК, 1997. 320 с.
17. Царева Е. С. Обида как форма реагирования на проявления агрессивности в общении. *Вестник Брянского государственного университета*. 2015. № 2. С. 126–129. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obida-kak-forma-reagirovaniya-na-proyavleniya-agressivnosti-v-obschenii>
18. Шапкина А. Н. Работа с обидой. *Московский психотерапевтический журнал*. 2005. № 3. С. 160–183. URL: <http://psyjournals.ru/mpj/2005/n3/2596.shtml>
19. Штельциг М. Дозревание первичных ролей материнской заботы в монодраме. *Эрлахер-Фаркас Б. Монодрама: Исцеляющая встреча. От психодрамы к индивидуальной терапии*. Киев : Ника-Центр, 2004. С. 230–240.
20. Шутценбергер А. А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. Москва : Издательство Института психотерапии, 2005. 256 с.
21. Экман П. Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь. Санкт-Петербург : Питер. 2010. 336 с.

REFERENCES

1. Barc, E. (1997). *Igra v glubokoe. Vvedenie v jungianskuyu psihodramu [The game is deep. Introduction to Jungian psychodrama]*. Moskva : Klass [in Russian].
2. Boulbi, Dzh. (2004). *Sozdanie i razrushenie emocional'nyh svyazej [Attachment and Loss]*. Moskva : Akademicheskij Proekt [in Russian].
3. Harkavets, S. A., Yakovenko, S. Y. (2015). Osobennosti voznyknoveniya y proiavleniya obydy na raznykh etapakh ontogeneza lychnosti [Features and Presentation of Resentment at Various Stages of Person's Ontogenesis]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii – Theoretical and applied problems of psychology*. Sievierodonetsk: Vyd-vo SNU im. V. Dalia. Vol. 2, 3(38), 105–116. Retrieved from: <https://www.academia.edu/30607047/> [in Ukrainian].
4. Il'in, E. P. (2001). *Emocii i chuvstva [Emotions and Feelings]*. Sankt-Peterburg: Piter [in Russian].
5. Kellerman, P. F. (1998). *Psihodrama krupnym planom [Focus on Psychodrama]*. Moskva : Klass [in Russian].
6. Lejtc, G. (1994). *Psihodrama: teoriya i praktika. Klassicheskaya psihodrama Ya. L. Moreno [Psychodrama: Theory and Practice. Classical Psychodrama by J. L. Moreno]*. Moskva : Izdatelskaya gruppa "Progress", "Univers" [in Russian].
7. Moreno, Ya. L. (2008). *Psihodrama [Psychodrama]*. Institut psihoterapii [in Russian].
8. Oklender, V. (2006). *Okna v mir rebenka. Rukovodstvo po detskoj psihoterapii [Windows to our Children: A Gestalt Therapy Approach to Children and Adolescents]*. Moskva : Nezavisimaya firma "Klass" [in Russian].
9. Orlov, Yu. M. (2004). *Obida. Vina [Resentment. Guilt]*. Moskva : Slajding [in Russian].
10. Perlz, F. S. (2000). *Ego, golod i agressiya [Ego, Hunger and Aggression]*. Moskva : Smysl [in Russian].
11. Pechin, Yu. V. (2014). Stanovlenie i razvitie psihologii proshcheniya v SSHA [Formation and Development of Psychology of forgiveness in the USA: an Overview]. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie – Psychological science and education*. Vol. 6, 4, 194–206. Retrieved from: <http://psyedu.ru/journal/2014/4/Pechin.phtml> [in Russian]
12. Prohorov, A. O. (Ed.). (2004). *Semanticheskie prostranstva psihicheskikh sostoyanij. Psihologiya sostoyanij [Semantic Spaces of Mental States. Psychology of states]*. Moskva : PER SE ; Sankt-Peterburg: Rech [in Russian].
13. Sajmonton, K., Sajmonton, S. (2001). *Psihoterapiya raka [Cancer Psychotherapy]*. Sankt-Peterburg: Piter [in Russian].
14. Hajgl-Evers, A., Hajgl, F. (1998). *Bazisnoe rukovodstvo po psihoterapii [Basic Guide to Psychotherapy]*. Sankt-Peterburg : Vostochno-Evropejskij Institut Psiho-analiza: Rech [in Russian].
15. Holms, P. (1999). *Vnutrennij mir snaruzhi: Teoriya obektnyh otnoshenij i psihodrama [Inner World Outside: Object Relation Theory and Psychodrama]*. Moskva : Nezavisimaya firma "Klass" [in Russian].
16. Horni, K. (1997). *Nevroz i lichnostnyj rost. Bor'ba za samoosushchestvlenie [Neurosis and Human Growth. The Struggle Toward Self-Realization]*. Sankt-Peterburg : Vostochno-Evropejskij institut psiho-analiza i BSK [in Russian].
17. Careva, E. S. (2015). Obida kak forma reagirovaniya na proyavleniya agressivnosti v obschenii [Resentment as a Form of Response to Manifestations of Aggressiveness in Communication]. *Vestnik Bryanskogo gosuniversiteta – Bulletin of Bryansk State University*, 2, 126–129. Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/obida-kak-forma-reagirovaniya-na-proyavleniya-agressivnosti-v-obschenii> [in Russian].
18. Shapkina, A. N. (2005). Rabota s obidoy [Dealing with Resentment]. *Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal – Moscow psychotherapeutic journal*, 3, 160–183. Retrieved from: <http://psyjournals.ru/mpj/2005/n3/2596.shtml> [in Russian].
19. Shtelcig, M. (2004). Dozrevanie pervichnyh rolej materinskoj zaboty v monodrame. Erlaher-Farkas B. Monodrama: Iscelyayushchaya vstrecha. Ot psihodramy k individual'noj terapii [Maturing of the Primary Roles of Maternal Care in Monodrama]. Kiev : Nika-Centr [in Russian].
20. Shutcenberger, A. A. (2005). *Sindrom predkov. Transgeneracionnye svyazi, semejnye tajny, sindrom godovshchiny, peredacha travm i prakticheskoe ispol'zovanie genosociogrammy [Transgeneration Relations, Family Secrets, Anniversary syndrome, injury transmission and the practical use of a genosociogram]*. Moskva : Izdatel'stvo Instituta psihoterapii [in Russian].
21. Ekman P. (2010). *Psihologiya emocij. YA znayu, chto ty chuvstvuesh [Psychology of Emotions. I Know How You Feel]*. Sankt-Peterburg : Piter [in Russian].

Стаття надійшла до редакції 21.01.2022.
The article was received 21 January 2022.



УДК 316.613.42:[159.922.1:159.922.6]
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-4

ГЕНДЕРНО-ВІКОВИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АВТОНОМІЇ ТА ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ДО ІНШИХ ЛЮДЕЙ

Чайка Галина Василівна,
кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник Лабораторії психології особистості
Інститут психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України
chaika_g@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7799-1314>

Мета – визначити зміни в показниках автономії особистості та прив'язаності до інших людей у дорослому віці залежно від статі та віку.

Методи: показники «автономія» та «позитивні відносини з іншими» з методики вивчення психологічного благополуччя К.Ріфф та показник «чутливість до інших» «Тесту автономія-прив'язаність». Вибірка (220 респондентів) була розділена на 3 групи за віком для вікового аналізу (група 1 – студенти, віком до 22 років; група 2 – досліджувані від 23 до 35 років; група 3 – дорослі від 36 років до 65 років).

Результати. Статистично достовірні відмінності між жінками та чоловіками ($p < 0.05$) були визначені для показників «автономія» та «чутливості до інших». Показники «автономія» та «позитивні взаємини» зростають з віком, «чутливість до інших» знижується з віком. Були виявлені такі статистично значимі розбіжності: 1) між показниками автономії у групах 1 і 2; 2) між показниками «позитивні взаємини» у групах 1 і 2; 3) між показниками «чутливість до інших» як у групах 1 і 2, так у групах 2 і 3.

Висновки. Чоловіки показали вище значення показника «автономія», тоді як жінки – дещо вище значення «чутливості до інших». Показник «позитивні відносини з іншими» був майже однаковий у жінок і чоловіків. Такі відмінності, особливо щодо автономії, можна назвати культурними особливостями українців, оскільки результати не зовсім збігаються із даними з іноземних робіт. При переході від юності до молодшого дорослого віку людина починає відчувати себе більш автономною, тобто такою, яка бере не себе відповідальність за свій подальший життєвий шлях, при цьому поглиблюються позитивні взаємини. Тому у цей віковий період спостерігається зростання показників «автономія» і «позитивні взаємини». На подальших вікових етапах спостерігається, скоріше, підтримка наявного статусу. По мірі просування на життєвому шляху, людина набирає більшої майстерності, життєвої мудрості, і тому вона вже не схильна спиратися на думки, погляди інших, вона не боїться висловлювати власну думку і саме в цьому сенсі «чутливість до інших» знижується.

Ключові слова: автономія, позитивні відносини з іншими, чутливість до інших, вік, стать.

THE GENDER-AGE ASPECT OF AN INDIVIDUAL'S PSYCHOLOGICAL AUTONOMY AND THEIR RELATEDNESS WITH OTHER PEOPLE

Chaika Galina Vasylivna
Ph.D. in Psychological Sciences,
Senior researcher in the Laboratory of Psychology of Personality
G.S. Kostyuk Institute of Psychology, the NAES of Ukraine
chaika_g@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7799-1314>

Purpose. To determine changes in the indicators of personality autonomy and relatedness with other people in adulthood depending on gender and age.

Methods. The indicators of “autonomy” and “positive relations with others” from C. Ryff’s Scales of Psychological Well-Being and the indicator of “sensitivity to others” from the Autonomy-Relatedness Test were used. The sample (220 respondents) was divided into 3 groups for age analysis (group 1 – students under 22 years; group 2 – the respondents from 23 to 35 years; group 3 – adults from 36 to 65 years).

Results. Statistically significant differences between women and men ($p < 0.05$) were determined for the indicators of “autonomy” and “sensitivity to others”. Indicators of “autonomy” and “positive relations with others” increased with age, “sensitivity to others” decreased with age. The following statistically significant differences were found: 1) between the indicators of “autonomy” in groups 1 and 2; 2) between the indicators of positive relations with others” in groups 1 and 2; 3) between the indicators of “sensitivity to others” in groups 1 and 2 and in groups 2 and 3.

Conclusions. Men showed a higher value of “autonomy”, while women did a slightly higher value of “sensitivity to others”. “Positive relations with others” were almost the same for women and men. Such differences, especially in terms of autonomy, can be called the cultural characteristics of Ukrainians, as the results did not exactly coincide with data from foreign works. With the transition from youth to young adulthood, people feel more autonomous, that is, they take responsibility for their future lives, while deepening positive relationships. Therefore, in this age period there is an increase in “autonomy” and “positive relations with others”. On the later age stages, there is, rather, support for the current status. As one progresses in life, he/she gains more skill, life wisdom, and therefore he/she is no longer inclined to rely on the thoughts and views of others, is not afraid to express his/her own opinion and in this sense, “sensitivity to others” decreases.

Key words: *autonomy, positive relationships with others, sensitivity to others, age, gender.*

Вступ. Пошук автономії, створення зв'язків з іншими людьми починається з самого дня народження. Проте на різних вікових етапах це відбувається по-різному. На сьогодні, розвиток автономії та прив'язаності у дитячому і підлітковому віці досліджено досить добре. Сучасні дослідники (Макушина, 2001; Пупырева, 2007; Поскребышева, 2010) говорять про те, що особистісна автономія не є вродженою характеристикою, а формується в дитячому і підлітковому віці при сприятливих умовах розвитку і так само змінюється, набуває нових кольорів прив'язаність людини до інших. Проте вікові зміни цих характеристик на подальших етапах розвитку людини вивчені значно меншою мірою, хоч вони і змінюються протягом всього життя під впливом різних ситуацій і життєвих обставин. Приміром, кар'єрне зростання потребує від дорослої людини ініціативи, планування та енергійного впровадження, тобто високої міри психологічної автономії, незалежності. Однак, такий спосіб життя погано узгоджується з бажанням мали велику дружню сім'ю, багато друзів, тобто високо цінити прив'язаність до інших. Як узгодити ці потреби і віднайти баланс між автономією і прив'язаністю? Ці питання потребують досліджень і наукового обговорення. Тому у цій статті ми приділимо увагу проблемі змін в психологічній автономії дорослої особистості та її прив'язаності до інших людей.

Теоретичне обґрунтування проблеми.

Стисло розглянемо роботи, в яких досліджувалися особливості автономії та прив'язаності дорослих людей.

Багато статей присвячено дослідженню автономії та прив'язаності людей дуже похилого віку, а також хворих, які потребують постійного догляду, довготривалого піклування (Agich, 2003; Das, 2017; Yu-Jing Gao, 2018). В цьому випадку, перш за все, виникає питання, як узгодити таке піклування із задоволенням потреби в автономії такої категорії людей. Чим більше ми допомагаємо літнім людям, тим більше ми відбираємо їхню автономію. Коло автономних проявів постійно звужується. Тому існує необхідність збалансувати право похилих людей бути автономними із ступенем опіки над такими людьми. З іншого боку, існування прив'язаностей, емо-

ційно близьких стосунків у житті літніх людей значно покращує психологічне благополуччя таких людей і нівелює смуток, викликаний недостатньою автономністю.

Робіт, присвячених здоровим молодим людям значно менше. Так, стаття Inguglia С. (Inguglia, 2015) зауважує, що задоволення потреби в автономії та потреби мати теплі стосунки з іншими залежить від ставлення і підтримки цих потреб батьками не лише для підлітків, але й для молодих людей, студентів: як автономія, так і прив'язаність до інших молодих людей позитивно корелюють з батьківською підтримкою і попереджають розвиток депресії і відчуття самотності. У роботі (Dutra-Thomé1 та ін., 2019.) показано, що автономія особистості продовжує зростати протягом життя, навіть незважаючи на те, що це зростання не таке істотне, якщо його порівняти з часом переходу від підліткового віку до юності.

У дослідженні (Shogren та ін., 2017) вивчалися результати, яких досягли молоді люди через 8 років після випуску із школи. Показано, що автономія, самореалізація і психологічний потенціал особистості, визначені ще у шкільні роки, можуть передбачати післяшкільні результати людини. Відчуття автономії найбільшим чином сприяє прогнозуванню незалежного життя і успішності у подальшій освіті. У роботі (Sheldon та ін., 2005) показано, що батьки, люди середнього віку, відчувають, що вони мають більше автономії, ніж їхні діти, і вони самі у студентському віці. Більш того, батьки були більш задоволені життям, ніж діти. Можна припустити, що дорослі середнього віку мають більше можливостей для прояву автономії і, відповідно, до задоволення цієї потреби.

Дослідження (Parra та ін., 2015) вивчало лише один аспект автономії – емоційну автономію і визначили, що чим більш згуртована сім'я, тим менше потребують молоді люди емоційної автономії. Більш того, при переході від підліткового віку до дорослого життя ця картина стає все більш вираженою. Дослідники роблять досить несподіваний висновок, що потреба в емоційній автономії не є етапом дорослішання, а радше індикатором складних сімейних відносин, а нормою є існування



позитивних стосунків у сім'ї. Ці дані співвідносяться із дисертаційним дослідженням (Fozio-Thielk, 2015), в якому досліджувалася емоційна автономія студентів вищих навчальних закладів, які живуть із батьками та окремо від них. Студенти, які живуть вдома, повідомили про, в середньому, вищу емоційну автономію при вищому батьківському контролі. Також, у роботі (Lamborn і Groh, 2009) пропонується модель автономії молодих дорослих, що складається з чотирьох таких елементів: прив'язаність до інших людей, відчуття окремоті, відстороненість та ідентифікація себе як суб'єкта дій. Так ідентифікація себе як суб'єкта дій, або самостійність, прогнозує зниження негативних психологічних або соматичні симптомів, а також кращу самооцінку і навчальну успішність. Відчуття окремоті, відсутності прив'язаностей, або емоційна автономія, було пов'язане з гіршою успішністю і нижчою самооцінкою молодих дорослих.

Проаналізовані роботи показують, що особистісна автономія загалом не є протиставленням існуванню прив'язаностей, теплих стосунків з іншими людьми. Тільки один аспект автономії – емоційна автономія свідчить про розрив стосунках.

Ми майже не знайшли робіт, присвячених проблемам автономії та прив'язаності до інших у здорових дорослих середнього віку, а наявні роботи щодо молодих людей розглядають лише певні аспекти досліджуваного питання. Проте це не значить, що такі проблеми відсутні, автономія і прив'язаність дорослих потребує досліджень і наукового обговорення. Тому **мета цієї статті**: визначити зміни в показниках автономії особистості та її прив'язаності до інших людей у дорослому віці залежно від статі та віку.

Методологія і методи. У дослідження взяли участь 220 респондентів, середній вік – 33 роки, за професією – студенти та фахівці з різних спеціальностей, 180 жінок, 40 чоловік.

Методологічною основою дослідження став евдемоністичне розуміння психологічного благополуччя людини як реалізації людиною власного потенціалу завдяки розвитку низки психологічних характеристик, що дозволяють людині функціонувати значно успішніше. Зокрема, такими психологічними характеристиками виступають прив'язаність до інших (турбота про благополуччя інших, почуття задоволення від теплих та довірчих відносин з іншими) та автономія (незалежність, внутрішній контроль). Для вивчення автономії особистості використовувався відповідний показник методики вивчення психологічного благополуччя К.Ріфф (Ryff, Keyes, 1995); для вивчення прив'язаності використовувався показник «позитивні відносини з іншими» за методикою вивчення психологічного благо-

получчя К.Ріфф та показник «чутливість до інших» Тесту автономія-прив'язаність (Bekker, van Assen, 2006).

Статистичний аналіз даних проводився за допомогою програми статистичної обробки SPSS v.19.0, використовувалося порівняння середніх для незалежних вибірок за критерієм Ст'юдента.

Результати і дискусія. Досліджувані показники пояснюються таким чином: «автономність» – це міра самовизначення і незалежності; здатності протистояти соціальному тиску, мислити і вести себе незалежно, саморегулювати власну поведінку, оцінювати себе, виходячи з особистих стандартів; «позитивні відносини з іншими» – це міра задоволення від теплих, довірчих відносин з іншими; «чутливість до інших» визначає чутливість до думок, побажань та потреб інших людей, здатність до близьких стосунків і потребу у них.

Зауважимо, що «позитивні відносини з іншими» та «чутливість до інших» – це суттєво різні показники. Як доведено у роботі (Чайка, 2021), «чутливість до інших» описує такий тип стосунків з іншими, коли людини займає підрядну позицію і більше намагається догодити своїм рідним і близьким, в усьому з ними погоджуючись, навіть проявляючи підлабузництво, не намагаючись висловити свою думку, допомогти порадою, підтримати рідних та близьких. Це може відбуватися через присутність надмірного зв'язку із значущими іншими або через не віру у власні сили тощо, і таку рису характеру не можна назвати позитивною. «Позитивні відносини з іншими» – це відносини, що будуються з позиції рівноправ'я, вони приносять справжнє задоволення всіх сторонам взаємодії і не перешкоджають проявам автономії. Людина, залучена у рівноправні стосунки, не боїться проявляти свою любов, піклування; здатна сприймати себе та інших, зокрема, своїх партнерів, такими, як вони є, ставитися до них позитивно, довіряти ним, бачити в них особистість. При цьому бажання мати близьких по духу людей не заважає діяти на основі власних мотивів і поглядів, планувати свої дії, брати відповідальність за них і за свій життєвий шлях загалом. І, відповідно, таку рису характеру можна назвати позитивною.

На першому етапі ми порівняли досліджувані показники у жінок і чоловіків для всієї вибірки. Статистичні дані для груп жінок і чоловіків надані у таблиці 1.

Як показує таблиця, чоловіки показали вище значення показника «автономія», тоді як жінки – дещо вище значення «чутливості до інших». Показник «позитивні відносини з іншими» був майже однаковий у жінок і чоловіків. Для визначення статистичної достовірності даних було проведено порів-

Таблица 1

Порівняння середніх для груп жінок і чоловіків

	Стать	Середнє	Стд. відх.	Стд. помилка середнього
Автономія	ч	61,83	9,012	1,674
	ж	57,65	9,587	,707
Позитивні взаємини	ч	60,55	12,237	2,272
	ж	60,26	9,450	,697
Чутливість до інших	ч	2,86	,58	,11
	ж	3,09	,72	,053

няння середніх для незалежних вибірок за критерієм Ст'юдента. Статистично достовірні відмінності ($p < 0.05$) були визначені для показників «автономія» та «чутливості до інших».

Отримані дані показують, що українські чоловіки, незалежно від віку, проявляють вищу самостійність, незалежність, у більшій мірі схильні будувати своє життя, виходячи із власних цілей, брати відповідальність і втілювати властні плани, ніж жінки. Жінки ж більше покладаються на ідеї і погляди інших, не намагаючись відстояти власну думку, оскільки емоційна злагода із рідними та близькими для них важливіша ніж, приміром, кар'єрне просування. Такий розподіл чоловічих і жіночих ролей ближчий до традиційних поглядів на чоловічу та жіночу долі, коли чоловік вважається «добувальником», він йде у широкий світ, щоб будувати кар'єру, а жінка – «берегиня», сфера її життя – сім'я, родина, куди вона несе мир і злагоду. Це не відповідає поширеним зараз, агресивно рекламаним, особливо у західному світі, поглядам на ролі чоловіків і жінок. Чи добре це, чи погано? Автор вважає, що унікальність поточної ситуації полягає в тому, що кожна людина має змогу обирати свій власний шлях, беручи на себе саме ту роль, що підходить їй найкраще. Щодо позитивних взаємин на основі рівноправ'я, то вони виявилися однаково важливими як для чоловіків, так і для жінок.

Отримані дані досить близькі до тих, що були отримані нідерландськими дослідниками (Vekker, van Assen, 2008), які зазначили суттєве перевищення показника «чутливості до інших» у жінок. У роботах (Dutra-Thomé1 та ін.,

2019; García-Castilla та ін., 2020) також зазначалося перевищення показників, які описують прив'язаність до інших у жінок у порівнянні з чоловіками. Проте, щодо автономії, то автори (Dutra-Thomé1 та ін., 2019; García-Castilla та ін., 2020) не визначили відмінностей між чоловіками і жінками, на відміну від даних, отриманих нами.

На другому етапі ми визначили кореляцію досліджуваних показників із віком. У табл. 2 наведені розраховані коефіцієнти кореляції.

Виходячи з таблиці, ми можемо сказати, що чутливість до інших дещо знижується з віком, тоді як автономія і позитивні взаємини трохи зростають. Але коефіцієнти кореляції дуже слабкі. Чи можемо ми стверджувати, що досліджувані показники не змінюються із віком?

Щоб відповісти на це запитання, вся вибірка була розділена на 3 групи за віком. До групи 1 ввійшли студенти, віком до 22 років. До другої – досліджувані, які вже звершили навчання, але ще вважаються молодими, віком від 23 до 35 років. До третьої групи увійшли дорослі зрілого віку, від 36 років до 65 років. Люди похилого віку у нашому дослідженні участі не брали. В таблиці 3 показані групові статистики для трьох груп.

Як показує табл. 3: 1) показник автономії зростає з віком, проте це зростання між групами 1 і 2 значно більше, ніж між групами 2 і 3; 2) показник «позитивні взаємини» також зростає із віком, але найбільше зростання спостерігається між групами 1 і 2, а зміна між групами 2 і 3 майже не відчутна; 3) показник «чутливість до інших» досить рівномірно знижується із віком.

Таблица 2

Кореляція досліджуваних показників із віком

		Позитивні взаємини	Автономія	Чутливість до інших
Вік	Кореляція Пірсона	,122	,172*	-,234**
	Знч. (2-сторон)	,075	,012	,001

* Кореляція значима на рівні 0.05 (2-сторон.).

** Кореляція значима на рівні 0.01 (2-сторон.).



Таблиця 3

Порівняння середніх для трьох вікових груп

	Група	Середнє	Стд. відх.	Стд. помилка середнього
Автономія	1,00	55,09	10,625	1,433
	2,00	58,95	9,543	,864
	3,00	60,33	7,031	1,172
Позитивні взаємини	1,00	57,95	9,702	1,308
	2,00	61,11	10,062	,911
	3,00	61,33	8,816	1,469
Чутливість до інших	1,00	3,30	,82	,11
	2,00	3,06	,59	,05
	3,00	2,74	,76	,12

Для визначення статистичної значимості виявлених змін було проведено порівняння середніх для незалежних вибірок за критерієм Ст'юдента. Були виявлені такі статистично значимі розбіжності: 1) між показниками автономії у групах 1 і 2 ($p < 0.05$); 2) між показниками «позитивні взаємини» у групах 1 і 2 ($p < 0.05$); 3) між показниками «чутливість до інших» як у групах 1 і 2, так у групах 2 і 3 ($p < 0.05$). Для показників автономії у групах 2 і 3 і показників «позитивні взаємини» у групах 2 і 3 статистичних відмінностей виявлено не було. Іншими словами, автономія та позитивні взаємини з іншими зростають при переході людини від юності до молодшого дорослого віку, по завершенню навчання, як підготовчого етапу, і виходу на широкий життєвий шлях. Надалі людина відчуває себе вже достатньо незалежною у рішеннях, достатньо відповідальною, такою, що має достатньо теплих зв'язків із рідними та близькими, тому автономія та позитивні взаємини вже не збільшуються стрімко. Проте ці показники все ж таки трохи збільшуються в міру набуття особистістю майстерності, кругозору, встановлення зв'язків з новими людьми. З іншого боку саме набуття майстерності, кругозору, встановлення зв'язків з новими людьми надає людині віри у себе, що знижує її «чутливість до інших», як негативного показника.

Наші дані певною мірою збігаються із результатами, отриманими у роботі (Dutra-Thomé1 та ін., 2019), в якій були виявлені позитивні кореляції між автономією та віком для чоловіків та автономією у стосунках і віком для жінок. Зауважимо, що вік досліджуваних у цій роботі був від 14 років до 33 років, іншими словами дві старші групи досліджуваних з цієї роботи збігалися з двома молодшими групами з нашого. І саме у цих двох групах ми віднайшли відмінності.

Отримані дані свідчать про те, що перехід від юності до молодшого дорослого віку, а саме завершення навчання, отримання пов-

ноцінної роботи, створення сім'ї приводить до того, що людина починає відчувати себе більш автономною, тобто не залежною, такою, яка бере не себе відповідальність, сама визначає свій подальший життєвий шлях. З іншого боку, позитивні взаємини поглиблюються, це вже не поверхневі стосунки типу «Привіт. Як справи?» У цей час найвищого піку досягає відчуття дружби і взаємної підтримки, виникає справжня любов, що веде до створення сім'ї, народжуються діти. Тому у цей віковий період спостерігається стрибкоподібна зміна у показниках «автономія» і «позитивні взаємини». На подальших етапах спостерігається, скоріше, підтримка наявного статусу. Щодо показника «чутливість до інших», то на нашу думку високі значення за цим показником вказують на невіру людини у власні сили, що більш характерно для молодих людей, на протигагу до зрілих. По мірі просування на життєвому шляху, людина набирає більшої майстерності, більше знань, навичок, життєвої мудрості, і тому вона вже не схильна спиратися на думки, погляди, вірування інших, вона не боїться висловлювати власну думку і саме в цьому сенсі «чутливість до інших» знижується.

Протягом життя людини її особистісна автономія та почуття прив'язаності до інших можуть як розвиватися, збільшуватися та поглиблюватися, так і скорочуватися, оскільки люди розвивають нові компетенції, а умови, що змінюються, вимагають змін в поведінці. Не можна забувати, що автономія і прив'язаність до інших мають різний сенс, а також відіграють різні ролі у підлітковому та у зрілому віці. Досягнення автономії, розширення її меж – це більшою мірою потреба і меншою – завдання у підлітковому віці, а у молодості – це і потреба і завдання. Як слушно зауважено у роботі (Dutra-Thomé1 та ін., 2019), автономія у підлітковому віці – це скоріше пошук границь дозволеного, тоді як у дорослому віці – це почуття відпові-

дальності за власний вибір, підготовка та реалізація довгострокових рішень щодо власного життя. Люди середнього віку, відчувають, що вони мають більше автономії, ніж їхні діти, і вони самі у студентському віці. Успішне досягнення автономії як у вирішенні повсякденних завдань, так і у постановці і досягненні життєвих цілей – запорука успішності на життєвому шляху. З іншого боку, існування сильних прив'язаностей, теплих стосунків з іншими людьми не є перешкодою до задоволення потреби в автономії, за умови, якщо стосунки будуються на основі рівноправ'я їх учасників.

Висновки. У роботі були досліджені вікові та гендерні особливості психологічній автономії та її прив'язаності до інших людей для дорослих. Чоловіки показали вище значення показника «автономія», тоді як жінки – дещо вище значення «чутливості до інших». Показник «позитивні відносини з іншими» був майже однаковий у жінок і чоловіків. Статистично достовірні відмінності були визначені для показників «автономія» та «чутливості до інших». Такі відмінності, особливо щодо автономії, можна назвати культурними особливостями українців, оскільки результати не зовсім збігалися із даними з іноземних робіт. Сучасне українське суспільство більше стимулює автономію у чоловіків, наполягаючи, що саме вони мають брати на себе відповідальність

за рішення і вчинки. Для жінок залишається підлегла роль, діяти на основі рішень інших людей заради побудови добрих стосунків.

Вивчення вікового аспекту виявило, що перехід від юності до молодшого дорослого віку, а саме завершення навчання, отримання повноцінної роботи, створення сім'ї приводить до того, що людина починає відчувати себе більш автономною, тобто не залежною, такою, яка бере не себе відповідальність, сама визначає свій подальший життєвий шлях. Позитивні взаємини також поглиблюються у цей віковий період. Тому у цей віковий період спостерігається стрибкоподібна зміна у показниках «автономія» і «позитивні взаємини». На подальших вікових етапах спостерігається, скоріше, підтримка наявного статусу. З іншого боку, по мірі просування на життєвому шляху, людина набирає більшої майстерності, більше знань, навичок, життєвої мудрості, і тому вона вже не схильна спиратися на думки, погляди, вірування інших, вона не боїться висловлювати власну думку і саме в цьому сенсі «чутливість до інших» знижується, що було виявлено нашим дослідженням.

Оскільки в досліджуваній вибірці було небагато чоловіків, ми не змогли визначити статеві особливості автономії та прив'язаності чоловіків і жінок на різних вікових етапах, таке дослідження може стати перспективним.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Макушина О. П. Психологическая зависимость подростков от родителей : дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2001. 142 с.
2. Пупырева Е. В. Эмоциональная привязанность к матери как фактор становления автономии личности в младшем школьном возрасте : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2007. 33 с.
3. Поскребышева Н. Н. Социальная ситуация развития как условие становления личностной автономии подростка : дисс. ... канд. психол. наук. Москва, 2010. 200 с.
4. Чайка Г. В. Прив'язаність особистості до інших людей і фактори, які впливають на неї. *Психологічний часопис*. 2021. Том 7, вип. 4(48). С. 9–17.
5. Agich G. J. Dependence and Autonomy in Old Age An Ethical Framework for Long-Term Care, 2nd edn., rev. Cambridge University Press, 2003. 203 p.
6. Bekker M. H. J., van Assen M. A. L. M. A Short Form of the Autonomy Scale: Properties of the Autonomy-Connectedness Scale (ACS-30). *Journal of Personality Assessment*, 2006. Vol. 86(1). P. 51–60.
7. Bekker, M. H. J., van Assen, M. A. L. M. Autonomy-Connectedness and Gender. *Sex Roles* 2008. Vol. 59. P. 532. URL: <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9447-x>
8. Das M. M. Autonomy in long-term elderly care. *Laurea*, 2017. 47 p.
9. Dutra-Thomé L., Marquesb L. F., Seidl-de-Mourab M. L., de Oliveira Ramosc D., Koller S. Autonomy Development: Gender and Age Differences from Adolescence to Emerging Adulthood. *Acta de investigación psicol*, 2019. Vol. 9, no. 2. URL: <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.2.259>
10. Fozio-Thielk L. Examination of Emerging Adults' Emotional Autonomy and Parental Monitoring under Varying Living Arrangements, Ph. D. Dissertation, 2015.
11. García-Castilla F. J., Martínez-Sánchez I., Campos G., Resino D. Impact of Gender and Relationship Status on Young People's Autonomy and Psychological Wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 2020. Vol. 11. P. 17–35. DOI=10.3389/fpsyg.2020.01735
12. Inguglia C. Autonomy and Relatedness in Adolescence and Emerging Adulthood: Relationships with Parental Support and Psychological Distress. *Journal of Adult Development*, 2015. Vol. 22. No 1. P. 1–13.
13. Lamborn S. D., Groh K. A four-part model of autonomy during emerging adulthood: Associations with adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 2009. No. 33(5), P. 393–401. URL: <https://doi.org/10.1177/0165025409338440>
14. Parra A., Oliva A., Sanchez-Queija I. Development of emotional autonomy from adolescence to young adulthood in Spain. *Journal of Adolescence*. 2015. No. 38. P. 57–67.



15. Ryff C. D., Keyes C. L. The structure of psychological well-being revisited. *J. Pers Soc Psychol.* 1995. Vol. 69(4). P. 719–727.
16. Sheldon K. M., Kasser T., Houser-Marko L., Jones T., Turban D. Doing One's Duty: Chronological Age, Felt Autonomy, and Subjective Well-Being. *European Journal of Personality*, 2005. No. 19. P. 97–115.
17. Shogren K. A., Lee J., Panko P. An Examination of the Relationship Between Postschool Outcomes and Autonomy, Psychological Empowerment, and Self-Realization. *Journal of Special Education*, 2017. Vol. 51. No. 2. P. 115–124. URL: <https://doi.org/10.1177/0022466916683171>
18. Yu-Jing Gao. Functional Autonomy, Emotional Support, and Well-being Trajectories among the Old-old. *International Journal of Psychology & Behavior Analysis*. 2018. No. 4. P. 137. URL: <https://doi.org/10.15344/2455-3867/2018/137>

REFERENCES:

1. Makushina O. P. Psikhologicheskaya zavisimost' podrostkov ot roditel'ey [Psychological dependence of adolescents on their parents] : Thesis. ... PhD in Psychology. Moscow, 2001. 142 p.
2. Pupyreva Ye. V. Emotsional'naya privyazannost' k materi kak faktor stanovleniya avtonomii lichnosti v mladshem shkol'nom vozraste [Emotional attachment to a mother as a factor forming personality autonomy at primary school age]. Abstract of the thesis ... PhD. in Psychology. Moscow, 2007. 33 p.
3. Poskrebysheva N.N. Sotsial'naya situatsiya razvitiya kak usloviye stanovleniya lichnostnoy avtonomii podrostka [Social situation of development as a condition forming adolescents' personal autonomy]: Thesis. ... PhD. in Psychology. Moscow, 2010. 200 p.
4. Chayka G.V. Pryv'yazanist' osobystosti do inshykh lyudey i faktory, yaki vplyvayut' na neyi [An individual's relatedness with other people and the factors influencing it]. *Psikhologicheskyy chasopys – Psychological Journal*. 2021. Vol. 7. Is. 4(48). P. 9–17. <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/725974>
5. Agich G. J. Dependence and Autonomy in Old Age An Ethical Framework for Long-Term Care, 2nd edn., rev. Cambridge University Press, 2003. 203 p.
6. Bekker M. H. J., van Assen M. A. L. M. A Short Form of the Autonomy Scale: Properties of the Autonomy-Connectedness Scale (ACS-30). *Journal of Personality Assessment*. 2006. Vol. 86(1). P. 51–60.
7. Bekker, M.H.J., van Assen, M.A.L.M. Autonomy-Connectedness and Gender. *Sex Roles*. 2008. Vol. 59. P. 532. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9447-x>
8. Das M.M. Autonomy in long-term elderly care. *Laurea*, 2017. 47 p.
9. Dutra-Thomé L., Marques L.F., Seidl-de-Mourab M.L., de Oliveira Ramosc D., Koller S. Autonomy Development: Gender and Age Differences from Adolescence to Emerging Adulthood. *Acta de investigación psicol.* 2019. Vol. 9. № 2. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.2.259>
10. Fozio-Thielk L. Examination of Emerging Adults' Emotional Autonomy and Parental Monitoring under Varying Living Arrangements, Ph.D. Dissertation, 2015.
11. García-Castilla F. J., Martínez-Sánchez I., Campos G., Resino D. Impact of Gender and Relationship Status on Young People's Autonomy and Psychological Wellbeing. *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. P. 17–35. DOI=10.3389/fpsyg.2020.01735
12. Inguglia C. Autonomy and Relatedness in Adolescence and Emerging Adulthood: Relationships with Parental Support and Psychological Distress. *Journal of Adult Development*. 2015. Vol. 22, № 1. P. 1–13.
13. Lamborn S. D., Groh K. A four-part model of autonomy during emerging adulthood: Associations with adjustment. *International Journal of Behavioral Development*. 2009. № 33(5). P. 393–401. <https://doi.org/10.1177/0165025409338440>
14. Parra A., Oliva A., Sanchez-Queija I. Development of emotional autonomy from adolescence to young adulthood in Spain. *Journal of Adolescence*. 2015. № 38. P. 57–67.
15. Ryff C. D., Keyes C. L. The structure of psychological well-being revisited. *J. Pers Soc Psychol.* 1995. Vol. 69(4). P. 719–727.
16. Sheldon K. M., Kasser T., Houser-Marko L., Jones T., Turban D. Doing One's Duty: Chronological Age, Felt Autonomy, and Subjective Well-Being. *European Journal of Personality*. 2005. № 19. P. 97–115.
17. Shogren K. A., Lee J., Panko P. An Examination of the Relationship Between Postschool Outcomes and Autonomy, Psychological Empowerment, and Self-Realization. *Journal of Special Education*. 2017. Vol. 51, № 2. P. 115–124. <https://doi.org/10.1177/0022466916683171>
18. Yu-Jing Gao. Functional Autonomy, Emotional Support, and Well-being Trajectories among the Old-old. *International Journal of Psychology & Behavior Analysis*. 2018. № 4. P. 137. <https://doi.org/10.15344/2455-3867/2018/137>

Стаття надійшла до редакції 17.01.2022.

The article was received 17 January 2022.

СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 316.625-053.67
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-5

ПРОБЛЕМА ПРОКРАСТИНАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Аносова-Сидельнікова Дар'я Іванівна,
аспірантка кафедри теоретичної та консультативної психології
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

daria.sidelnikovaas@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2541-1503>

Мета – дослідити сучасний стан розробки проблеми прокрастинації особистості юнацького віку в психологічній науці.

Методи. Використано такі методи, як: теоретичний аналіз психологічного феномена прокрастинації, порівняння, класифікація та синтез сучасних наукових досліджень прокрастинації в юності.

Результати. Дослідження фахової психологічної літератури сприяє поглибленню розуміння прокрастинації, а також узагальненню і систематизації уявлень щодо специфіки становлення цього психологічного утворення в особистісному світі індивідуума юнацького віку.

Висновки. Проаналізовано явище прокрастинації як складне психологічне утворення, переживання якого супроводжується негативними емоціями. Цей феномен відображає реакцію людини на соціальну необхідність виконання діяльності низької особистісної значущості. Специфіку особистісного розвитку молоді людини в юності визначає те, що вона вперше постає перед необхідністю не лише конструювати власні життєві цілі, але й докласти значних зусиль для реалізації своїх життєвих планів. Виявлено, що висока складність досягнення таких цілей та відсутність гарантій життєвого успіху спричинюють прагнення юнаків і дівчат відкласти відповідні справи, точніше вибрати стратегію прокрастинації. Проаналізовано специфіку прокрастинації діяльності (відкладання юнаками та юнками побутових соціально детермінованих справ) та прокрастинації в прийнятті життєвих рішень (відкладання як генералізованої стійкої стратегії особистості). Виражена прокрастинація спричинює гальмування життєвої енергії людини в різних аспектах її соціального світу та може спричинювати становлення пасивної життєвої позиції загалом.

Результати теоретичного аналізу також дають можливість констатувати, що особистість юнацького віку певною мірою може регулювати власну стратегію прокрастинації. «Активні» прокрастинатори переживають високу тривожність, гнів, роздратування. Ці негативні емоції сприяють мобілізації ними власних психологічних ресурсів для виконання і завершення необхідної діяльності, що підлягає прокрастинації. На відміну від них, «пасивні» прокрастинатори виявляють емоції суму, розчарування, нудьги. Вони здійснюють реалістичний прогноз подальших соціальних санкцій. Але не завершують діяльність у необхідні строки. Доведено, що впродовж пізньої юності молоді люди більш вибірково використовують стратегію відкладання у своїй життєдіяльності. Все частіше використовують цю стратегію для короткотривалого планування виконання складних чи нових завдань. Однак аналіз результатів досліджень сучасних учених показав, що і в пізньому юнацькому віці особистість часто вдається до неефективних способів прокрастинації.

Ключові слова: *особистість, прокрастинація, юнацький вік, відкладання, тривожність, соціальний тиск.*

THE PROBLEM OF PERSONALITY YOUTH AGE PROCRASTINATION

Anosova-Sydelnikova Daria Ivanivna,
Postgraduate Student at the Department of Theoretical and Consultative Psychology
National Pedagogical Dragomanov University

daria.sidelnikovaas@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2541-1503>

Purpose is to explore the contemporary state of personality youth age procrastination problem elaboration in psychological science.

Methods. Theoretical analysis of psychological phenomenon procrastination, comparison, classification and synthesis of modern scientific research of procrastination in youth were used.

Results. Research of professional psychological literature promote understanding of procrastination, generalization and arrangement of ideas about specifics of this psychological phenomenon development in personal world of youth age individual.



Conclusions. Procrastination is complex psychological phenomenon, its experience comes with negative emotions. This phenomenon display people response on social necessity in accomplishment of low personal significant activity. In youth individual faces not only the need to construct his own personal goals, but also the need to work hard for realization of his life plans at first. High complexity of this goal achievement and absence of life success guarantees causes young men and women to delay such activities or fix on procrastination strategy. Procrastination comes over not only common socially determined activities, but also take form of personal generalized life strategy. Expressed procrastination causes decline of personality's life energy in different ways of his social world. It can become cause effortless life stance at all. Procrastination is nearly concerned in different phenomena of individual personal world. An "active" procrastinators feel high anxiety, anger, temper. Such negative emotions cause mobilization of their own psychological resources for realization and finish of necessary procrastinated activity. Unlike them, "passive" procrastinators feel sad, disappointment, boredom. They realistically predict future social sanctions. But they don't finish their activity in time. In elder youth young people develop their ability in management of their own procrastination. In increasing frequency, they use this strategy for short-time planning of complex or new tasks realization. But, according to modern scientists' research analysis, elder youth aged youngsters often use ineffective ways of procrastination.

Key words: *personality, procrastination, youth age, delay, anxiety, social pressure.*

Вступ. На сучасному етапі становлення Української держави в умовах тривалої економічної кризи, нестабільної суспільно-політичної ситуації, значної емоційної напруги, що переживають громадяни в період пандемії, все більшої соціальної значущості набуває проблема ефективного управління людиною своєю життєдіяльністю. Натомість останнім часом в українському суспільстві все більше поширюється явище прокрастинації, або «синдрому завтра», який не лише спричинює гальмування ефективності виконання людиною окремих справ, але і спричинює переживання нею негативних емоційних станів, розчарування у собі та своїх можливостях, ускладнює ефективне цілеутворення й планування майбутнього та реалізацію цих планів у теперішньому. Прокрастинація як психологічне утворення у віковому аспекті є високо актуальною в юності. Сучасні молоді люди прагнуть до автономного, незалежного від впливу значущих інших конструювання свого майбутнього й управління теперішнім і водночас переживають різні страхи у ситуаціях життєвих виборів, оскільки розуміють незворотність таких рішень і обмеженість власного досвіду в аналітичному прогнозуванні подальших наслідків таких виборів.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми.

Феномен прокрастинації в психологічній науці традиційно інтерпретується як негативне явище, що відображає процес зволікання особистості під час виконання важливих, але нецікавих для неї життєвих завдань (Langton, 2016). Індивідуум витрачає час на не суттєві, але приємні для нього справи або задоволення. Виконувати ж малоцікаву для нього справу починає в останній можливий час перед її завершенням (Thomas, 2014). При цьому стратегія прокрастинації (відкладання) характеризується переживанням особистістю негативних емоцій через усвідомлення того, що необхідне завдання ймовірно буде вико-

нано неякісно (Дворник, 2018). У подальшому процесі виконання діяльності, що підлягає відкладанню, вона прагне до економії життєвих ресурсів такою мірою, щоб уникнути значних соціальних санкцій (Колтунович, Поліщук, 2017). Життєву ситуацію, в якій людина вдається до прокрастинації, вона найчастіше вважає проблемною для себе. Переживає почуття провини перед значущими іншими, втрачені можливості для саморозвитку, гальмування самореалізації (Лугова, 2018).

Прокрастинація відображає специфічне ставлення особистості до свого соціального оточення (Ferrari, 1992). Відкладанню найчастіше підлягають не всі справи, а переважно ті, в яких людина прогнозує власну невдачу та переживає страх публічного виявлення своєї некомпетентності. Прокрастинацію усвідомлено використовують і ті люди, які в умовах еустресу працюють більш творчо та продуктивно (Ferrari, Diaz-Morales, O'Callaghan, Diaz, Argumendo, 2007).

Стратегія прокрастинації властива і перфекціоністам. Н. Мілграм та Р. Тенне розглядали це психологічне утворення як результат впливу соціальних очікувань. На думку вчених, соціальні вимоги до сучасної особистості стрімко зростають. Вона ж своєю чергою вибирає пріоритетні для власної самореалізації напрями життєдіяльності. У інших використовує стратегію відкладання або часткового, неякісного виконання необхідної діяльності (Milgram, Tenne, 2000).

Виражена прокрастинація зумовлюється різними особливостями особистісного розвитку людини. У різних типів прокрастинаторів переважає зовнішній локус контролю. У прийнятті життєвих рішень вони покладаються на думку значущих інших, а власні досягнення й успіхи вважають результатом впливу своєї гарної вдачі (Sagone, Indiana, 2021). Вони не приймають на себе відповідальність за вибір прокрастинації як стратегії життєдіяльності

й ту ситуацію, в якій вони мають необхідність виконувати нецікаві й «непотрібні» для себе завдання. Тому прокрастинатори досить рідко прагнуть до подолання цього психологічного утворення. А це, своєю чергою, спричинює поширення прокрастинації з окремих справ на всі види життєдіяльності людини й гальмування її життєвої активності загалом.

2. Методи дослідження. У процесі дослідження було використано методи аналізу, синтезу, порівняння й узагальнення психологічної літератури в контексті феноменологічного та онтологічного підходів до вивчення прокрастинації особистості юнацького віку.

3. Результати та дискусії. Становлення прокрастинації як специфічної стратегії самоорганізації людиною своєї життєдіяльності в юності має свою специфіку. Юнацький вік є кризовим періодом щодо становлення прокрастинації як генералізованого способу виконання завдань у різних сферах її життєвого простору (Руднова, 2018). В юності прокрастинація виявляється вже не лише у відкладанні виконання конкретних завдань, але і у відтермінуванні прийняття життєво важливих рішень (Бабатіна, Світенко, 2019). У молодій людини можуть виникати обидві зазначені форми досліджуваного утворення. Так, помірні показники прокрастинації юнаків та юнок виявляються саме у суб'єктивній легкості сприйняття молодими людьми певних соціально детермінованих завдань та їх відкладання. Вже у процесі виконання таких завдань вони усвідомлюють, що запланували собі занадто мало часу для якісного виконання відповідних справ. Тому молоді люди здійснюють такі справи нашвидкуруч. Виражена прокрастинація у юнацькому віці характеризується тим, що особистість відкладає не лише реалізацію справ, а й прийняття рішень про здійснення певних справ або відмови від них (Дуб, 2020). Це своєю чергою призводить до значного зниження особистісної ефективності та задоволеності юнаків та юнок своїм життям.

Особистість юнацького віку лише набуває соціальної автономії від батьків. Тому прокрастинація як стратегія ігнорування необхідних справ і заміщення їх іншими, вкрай мало значущими, на думку Г. Рудь, являє собою негативну емоційну реакцію молоді переважно на неприємні справи, що нав'язані їм соціальним оточенням (Рудь, 2019). Юнаки усвідомлюють, що прокрастинація знижує якість і, як наслідок, соціальну оцінку виконуваних ними завдань. Прогнозування низької зовнішньої оцінки виконуваної діяльності вже в процесі використання стратегії прокрастинації ще більше знижує суб'єктивну значущість такої діяльності для молоді. Подальша екстраполяція прокрастинації на всі сфери життя

особистості спричинює зниження її життєвого темпу загалом через гальмування соціальної мотивації, ускладнює своєчасність виконання інших життєвих завдань та прийняття рішень (Малишев, 2019). Соціально-психологічними чинниками прокрастинації сучасних юнаків та юнок може виступати не лише соціальний тиск, але і навпаки, відсутність санкцій за невиконання навчально-професійних та інших завдань, невизначеність часу, за який необхідно виконати завдання, а також необхідність одночасно виконувати декілька завдань високої суб'єктивної складності (Beck, Koons, Milgrim, 2000; Schraw, 2005). Таким чином, в юності особистість лише виробляє метакогнітивні способи управління своєю життєдіяльністю. Тому її можливості з розпізнавання та нівелювання соціальних впливів, які спричинюють прокрастинацію, і своїх емоційних реакцій на них є не досить розвиненими.

Особливості виявлення прокрастинації в юнацькому віці стали предметом спеціальних досліджень сучасних учених (Єремицька, Андрєєва, 2019; Кисельова, 2015; Рожина, 2017; Воронова, Дубровіна, Чепурко, 2020). Як слушно зазначила М. Кисельова, найбільш поширеною інтенцією прокрастинації є «... фактор некритичної активності, яка своєю чергою створює низку труднощів соціально-психологічного характеру й формує ситуацію, яка не стимулює до реалізації ідей» (Кисельова, 2015: 37–38). На думку І. Єремицької та І. Андрєєвої, прокрастинація найбільше виявляється в не досить розвиненому вмінні особистості юнацького віку організувати свої справи та свій час. Такі молоді люди переживають значні труднощі в процесах цілеутворення, аналізу ситуації й, відповідно, правильному визначенні кількості часу, необхідного для виконання завдання, а також актуалізації вольових зусиль для його виконання (Єремицька, 2019). І. Рожина зазначила, що специфіка прокрастинації в юнацькому віці виявляється і в труднощах у співставленні власних життєвих мрій з наявними можливостями. Особливість конструює грандіозні життєві прагнення, для реалізації яких необхідні значні ресурси, зусилля й час. Молода людина усвідомлює вкрай низьку ймовірність здійснення своїх прагнень та переживає «неідеальність» результатів своєї діяльності ще на початку її здійснення (Рожина, 2017). При цьому більш реалістичного уточнення та позитивного переосмислення юнаками своїх життєвих планів не відбувається.

Прокрастинація в юнацькому віці являє собою залежну поведінку особистості. Надміру високі очікування особистості щодо значущих інших стосовно сприяння у вирішенні її проблем, перекладання відповідальності за організацію власної діяльності та її успішність



на інших – усе це і зумовлює вибір стратегії прокрастинації. «Ірраціональна затримка» діяльності прокрастинаторів, на думку вчених, пояснюється їх особистісною орієнтацією на «взаємодію» та очікування допомоги від інших людей. На відміну від них, юнаки та юнки з «діловою» спрямованістю особистості усвідомлюють обмеженість строків для виконання власних справ як проблему, виявляють інтерес до подолання труднощів у процесі своєї діяльності, приймають відповідальність за досягнення своїх життєвих цілей на себе (Воронова, Дубровіна, Чепурко, 2020).

У дослідженні О. Боуво розкрито психологічні особливості ставлення самих юнаків до власної прокрастинації. Найбільш поширеними причинами відкладання, на думку самих юнаків, є такі:

- нестача мотивації. Остання виявляється в тому, що зміст соціального завдання або значущі інші, які вимагають виконання цього завдання, не зацікавили молодих людей. Відповідні завдання для них є нецікавими або малокорисними для їхніх життєвих цілей і планів;

- малорозвинені вміння управління власним часом. Юнаки переживають труднощі у разі необхідності змінити звичне планування свого часу для того, щоб включити і вчасно виконати додаткову, особливо значну за обсягом справу;

- справа, що підлягає прокрастинації, є нецікавою юнакам, вони мають мало можливостей проявити у ній свої здібності. Або, навпаки, справа є занадто амбіційною. Молоді люди усвідомлюють необхідність витрат значної кількості особистісних ресурсів для здійснення такої справи, але не впевнені в тому, що її мета буде досягнута;

- не досить розвинута саморегуляція. Юнаки та юнки усвідомлюють, що їм складно зробити вибір між необхідними і цікавими справами, подолати вплив дистракторів (відволікань), а також власну імпульсивність та систематично виконувати одну і ту саму діяльність упродовж тривалого часу;

- значний соціальний тиск. Директивний вплив значущих інших викликає у молодих людей опір і прагнення не виконувати необхідну справу, навіть якщо це зашкодить їхньому благополуччю (Воївоуе, 2019).

Усвідомлення власної прокрастинації й гострі емоційні переживання юнаків через те, що необхідний час уже був втрачений на дріб'язковій справі, виявляються у формі особливої, «прокрастинаційної» тривоги. Остання відображає значний емоційний дискомфорт, пов'язаний не лише з власним фактом відкладання, а з подальшим виконанням своєї діяльності, хоча особистість не завжди чітко усвідомлює причини цієї тривоги. Під

час власне відкладання людина витрачає досить багато зусиль для подолання цього дискомфорту і має мало можливостей для відпочинку і відновлення внутрішніх ресурсів (Малишев, 2019). Тому навіть за наявності достатньої кількості часу виконання нею важливої діяльності не досягає високої якості та не є творчим. Прокрастинація відображає негативне емоційне ставлення молодих людей до окремих складних та неприємних для них завдань, яке згодом може поширюватися на всю виконувану ними діяльність, зокрема навчально-професійну, та призводити до дострокового завершення ними професійного навчання (Balkis, 2013).

Серед негативних емоцій, що переживають прокрастинатори юнацького віку, переважає тривожність. Вона конкретизується в прогнозуванні власної невдачі подальшої діяльності та страху цієї невдачі. Він відображає прогнозування молодими людьми високої вірогідності того, що результат запланованої діяльності не буде відповідати власним очікуванням або очікуванням значущих інших. Цей страх спричинює гострі переживання подальшого зниження самооцінки особистості у ситуації невдачі й прагнення не лише відкласти таку діяльність у часі, але й повністю відмовитись від неї (Zarrin, Gracia, Raihao, 2020).

Можливості юнаків та юнок управляти власними емоціями, що виникають у разі прокрастинації, є досить обмеженими. У них ще мало розвинена психологічна гнучкість. Становлення цього явища визначає стійкість людини до власних негативних емоцій та її спроможність виконувати навіть ту діяльність, яка супроводжується переживаннями тривожності, невизначеності, страху невдачі значної сили. Психологічна гнучкість визначає здатність юнаків та юнок відмовитись від втечі від власних негативних переживань та підміни необхідної соціально значущої діяльності різними видами соціальної активності, які супроводжуються негайним позитивним підкріпленням (розваги, спілкування). Саме прийняття тривожності, прокрастинаційної ургентності та ситуації невизначеності результату діяльності, що підлягає відкладанню, та її соціальної оцінки визначають можливості особистості з подолання прокрастинації. Однак упродовж юнацького віку досить мало прокрастинаторів розвивають психологічну гнучкість (Hailikari, Katajavuori, Asikainen, 2021).

Ставлення молодих людей до власної прокрастинації й прагнення змінити цю стратегію організації власної життєдіяльності стало предметом спеціальних досліджень М. Хен та М. Горошит. Вчені підкреслили, що юнаки та юнки переживають негативні емоції під час прокрастинації як у прийнятті життєвих рішень про здійснення значної за обсягом

та складної за змістом діяльності з досягнення ними своїх життєвих цілей, так і після прийняття рішень про виконання соціально детермінованої діяльності. Однак, аналізуючи ситуацію власної прокрастинації вже після завершення конкретної справи, вони прагнуть змінити власну стратегію відкладання лише в діяльності, зокрема навчально-професійній. Молоді люди мало усвідомлюють наявну прокрастинацію в прийнятті ними своїх життєвих рішень саме як проблему, оскільки вважають визначення терміну таких рішень у часі або, навпаки, їх зволікання власним вибором. Оскільки конкретні строки самовизначення молодої людини в професійному, сімейному та інших модусах життя не задані соціально, то юнаки та юнки вважають цю прокрастинацію такою, що мало підлягає самоконтролю (Hen, Goroshit, 2018).

Феномен прокрастинації спричинює не лише переживання молодими людьми специфічних негативних емоційних станів, але і впливає на специфіку їхньої міжособистісної взаємодії та самоствавлення (Carden, Bryant, Moss, 2004). За результатами досліджень О. Журавльової та О. Журавльова було виявлено, що помірна прокрастинація у сучасних юнаків та юнок може виявлятися у різних поведінкових патернах. Найбільш поширеним є ірраціонально-астенічний тип. Такі прокрастинатори виявляють ірраціональне, перебільшене прогнозування негативних наслідків власної неспішності у відповідній діяльності та переживають гострі негативні емоції. На відміну від них, юнаки демотивовано-ірраціонального типу мають досить життєвої енергії для здійснення ефективної самоорганізації, але внаслідок нестачі особистісно значущих мотивів діяльності також застосовують стратегію прокрастинації. Особистість дезадаптивно-агресивного типу вкрай мало замислюється над власною прокрастинацією як проблемою, оскільки вдається до тих справ, в яких переживає найбільше задоволення. Однак молоді люди виявляють ворожість до інших, якщо переживають соціальний тиск щодо необхідності виконання неприємного для них завдання. Прокрастинатори мотиваційно-астенічного типу вдаються до маніпулятивних дій з метою уникнення соціальних санкцій, що виникають внаслідок їх прокрастинації (Журавльова, Журавльов, 2020). У ставленні до себе юнаки-прокрастинатори виявляють виражений нейротизм (Steel, Klingsieck, 2016), гнів та страх подальших невдач (Closson, Boutilier, 2017).

В юнацькому віці прокрастинація особистості може бути як помірною, що поширюється на певне коло справ, так і вираженою, яка охоплює всі сфери життєдіяльності особистості. Юнаки та юнки з помірною

прокрастинацією інтерпретують цю стратегію як негативну. Вони можуть мобілізувати власні зусилля та подолати різні чинники, що ускладнюють виконання необхідної діяльності, засобами спеціально організованої цілеспрямованої поведінки. На відміну від них, молоді люди з вираженою прокрастинацією вважають такий спосіб організації життєдіяльності цілком прийнятним. Їхні прагнення щодо визначення пріоритетів своєї життєдіяльності та подальшої мобілізації зусиль з досягнення життєвих цілей є незначними (Скляр, Коломенська, Таран, Кузьміна, 2016).

Феномен прокрастинації в психологічній науці традиційно розглядається як негативне явище. Однак саме в юності індивідуум конструює метакогнітивні способи управління власною прокрастинацією (Руднова, 2019).

Згідно з результатами емпіричних досліджень Г. Рудь, стратегія прокрастинації є дуже поширеною серед сучасних юнаків та дівчат. Втім вона може виявлятися не лише у відволіканні на розваги, але і в необхідних для реалізації складного завдання діях з його ретельного планування, поділу на конкретніші кроки (Рудь, 2019). У дослідженнях О. Столярчук, О. Сергеєнкової та О. Коханової також було виявлено, що формами прокрастинації осіб віку пізньої юності можуть бути як справді несуттєві справи (перегляд художніх фільмів, спілкування в Інтернеті), так і самоосвіта, побутова праця, спорт (Столярчук, Сергеєнкова, Коханова, 2021).

Переживання людиною прокрастинації найчастіше супроводжується переживанням особистістю гострих негативних емоцій (тривожності, гніву, роздратування). Однак у роботах М. Дворник було виявлено, що відкладання сучасними юнаками на потім важливих справ не обов'язково спричинює переживання почуття провини. Осмислюючи власну стратегію прокрастинації, вони екстраполюють її на соціальний світ і вважають дуже поширеною, цілком «нормальною» для багатьох сучасних людей. При цьому «активні» прокрастинатори, які найчастіше встигають виконати необхідні справи вчасно, можуть позитивно переосмислювати власну стратегію прокрастинації. На їхню думку, виконати тривалі складні справи впродовж одного, останнього періоду часу більш раціонально, ніж завчасно виконувати їх за декілька разів. Такий підхід дає можливість не витратити власні зусилля декілька разів на самоорганізацію діяльності, перепланування свого графіка тощо (Дворник, 2018).

Дотичним до «активного» прокрастинатора є і тип «продуктивного» прокрастинатора, презентований у роботах М. Колесніченко та О. Паршакової. Такі молоді люди використовують стратегію відкладання справ високої суб'єктивної складності. Однак вони



точно розраховують час, необхідний на виконання цих справ, і не мають необхідності надто поспішати для їх виконання. При цьому вони відкладають певні справи не задля розваг, а за необхідності виконання інших справ високої суб'єктивної значущості, терміни виконання яких є більш короткими (Колесніченко, Паршакова, 2018).

Хоча помірна прокрастинація особистості юнацького віку в здійсненні окремих справ може сприяти підвищенню обміркованості їх планування та більш якісному виконанню, однак тривала генералізована прокрастинація негативно впливає на низку аспектів особистісного розвитку молодшої людини.

Так, на думку С. Бабатіної та С. Світенко, прокрастинація впливає і на осмислення особистістю результатів своєї діяльності вже після її завершення. Вчена зазначила, що юнаки-прокрастинатори можуть гостро емоційно переживати нереалізованість власного «Я», своїх життєвих цілей і планів, а також неуспішність у конкретній справі через її прокрастинацію (Бабатіна, Світенко, 2019).

За даними досліджень Н. Шустової, прокрастинація спричинює гальмування смисло-життєвих орієнтацій юнаків та юнок. Найбільш повільно відбувається становлення осмисленості майбутнього – конструювання автономних життєвих цілей і планів. Молоді люди також вважають своє теперішнє малоосмисленим, хоча у міжособистісних комунікаціях найчастіше не визнають це. Вони вважають непродуктивним власне минуле. На думку самих юнаків та юнок, ключові події їхнього минулого не мали сенсу як для них самих, так і для інших людей (Шустова, 2015).

В уявленнях про своє ймовірне майбутнє прокрастинатори не здійснюють аналіз ризиків і можливостей. Вони досить песимістично ставляться до власного минулого, гостро переживають втрачені у ньому можливості. Юнаки та юнки усвідомлюють, що бажане, ідеальне майбутнє є досить малореалістичним, а цілком досяжні життєві цілі для них є непривабливими. Тому такі молоді люди намагаються пережити якомога більше задоволень і позитивних емоцій у теперішньому й усвідомлено відмовляються від конструювання майбутнього та його подальшої реалізації (Веденєєва, Забеліна, Трушина, Честюніна, 2017).

За даними досліджень М. Кисельової, юнаки та юнки з вираженою прокрастинацією не здійснюють цілеспрямованого конструювання своїх життєвих цілей і планів. Їхні уявлення про власні життєві перспективи є вкрай нечіткими. Вони переживають значні суб'єктивні труднощі у ситуації будь-якого життєвого вибору (Кисельова, 2015), що в майбутньому підсилює інфантильність молодих людей та гальмує їхнє особистісне зростання.

Екстраполяція прокрастинації особистості юнацького віку з виконання окремих справ на всі види її життєдіяльності спричинює гальмування соціальних мотивів її життєдіяльності. Як зазначила О. Журавльова, у юнаків та юнок з вираженою прокрастинацією послаблюються мотиви як соціальної користі, так і матеріального забезпечення себе і своїх близьких (Журавльова, 2020).

О. Тузова підкреслила, що розгортання прокрастинації спричинює зниження здатності особистості юнацького віку до самоуправління власною життєдіяльністю. Зокрема, відбувається гальмування здатності орієнтуватись у ситуації загалом, об'єктивно оцінювати якість власної діяльності й аналізувати протиріччя власної діяльності, що ускладнюють її здійснення та визначають необхідність більших витрат часу (Тузова, 2021).

Прокрастинація спричинює звуження репертуару життєвих стратегій особистості. Особистість юнацького віку з вираженою стратегією прокрастинації надає перевагу малоефективним копінг-стратегіям «уникнення» й «обережних дій», які значно обмежують можливості їхньої життєтворчості (Симатова, 2019).

Таким чином, прокрастинація як узагальнена стратегія життєдіяльності особистості юнацького віку впливає на її особистісне зростання: гальмує становлення смисло-життєвих орієнтацій, спричинює досить розмиті й нереалістичні життєві цілі й плани, значною мірою обмежує розвиток мотивації та життєвої активності людини в теперішньому.

Висновки. Здійснений аналіз літературних джерел з проблеми прокрастинації дав можливість стверджувати, що стратегія прокрастинації набуває великого поширення в юнацькому віці. Було виявлено, що молоді люди можуть відкладати здійснення важливих справ, якщо необхідність виконання цих справ детермінована соціальним тиском, а також відкладати справи надзвичайно високої суб'єктивної складності. Натомість стратегія прокрастинації як відкладання власних життєвих рішень є менш властивою юнакам і юнкам.

Можемо констатувати, що прокрастинатори завжди переживають негативні емоції значної сили як у процесі діяльності, що підлягає відкладанню, так і після її завершення. Ці емоції (тривожність, прокрастинаційна ургентність, гнів, роздратування) спрямовані як на власне «Я», так і на соціальних замовників прокрастинованої діяльності.

Аналіз досліджень зарубіжних учених показав, що прокрастинатори юнацького віку лише частково приймають на себе відповідальність за власну прокрастинацію. Вони приписують стратегію відкладання переважно наявним негативним вольовим якостям (нерішучість, неорганізованість, нерозвинена стійкість до

дистракторів). Втім результати дослідження також дали змогу дійти висновків, що впродовж юнацького віку молоді люди застосовують прокрастинацію все більш вибірково. У разі прийняття рішення про вчасне виконання необхідних справ чи їх відкладання вони оцінюють особистісну значущість для себе запланованої діяльності та соціальні наслідки власної неуспішності в ній.

Однак вважаємо, що поширення прокрастинації з окремих життєвих ситуацій на діяльність молоді людини в багатьох сферах її соціальної взаємодії спричинює значний негативний вплив на її особистісне зростання. Такими негативними наслідками виступають гальмування смисложиттєвих орієнтацій, аморфність життєвих цілей і планів, зниження життєвої активності особистості загалом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бабатіна С. І., Світенко С. В. Вивчення особистісних чинників схильності до прокрастинації осіб юнацького віку. *Інсайт: психологічні виміри суспільства : науковий журнал*. 2019. Вип. 1. С. 7–14.
2. Веденева Е. В., Забелина Е. В., Трушина И. А., Честюнина Ю. В. Особенности психологического времени личности студентов, склонных к прокрастинации. *АНИ: педагогика и психология*. 2017. № 4(21). С. 289–292.
3. Воронова Т. А., Дубровина С. В., Чепурко Ю. В. Прокрастинация у студентов медицинского вуза с различной направленностью личности. *Образование и наука*. 2020. № 9. С. 86–103.
4. Дворник М. С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120 с.
5. Дуб В. Особливості прокрастинації студентів. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2020. № 47. С. 53–66.
6. Еремицкая И. А., Андреева И. В. Прокрастинация и самоорганизация у студентов вуза. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2019. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prokrastinatsiya-i-samoorganizatsiya-u-studentov-vuza>
7. Журавльова О., Журавльов О. Типологічні особливості прояву прокрастинації у студентів. *Психологічні перспективи*. 2020. Вип. 36. С. 86–99.
8. Киселева М. А. Взаимосвязь степени выраженности прокрастинации и самоопределения молодежи. *Научно-практический журнал «Гуманизация образования»*. 2015. № 5. С. 37–38.
9. Колесниченко М. Б., Паршакова О. Ю. Социологический подход к студенческой прокрастинации. *Вестник ПНИПУ. Социально-экономические науки*. 2018. № 2. С. 17–26.
10. Колтунович Т. А., Полішук О. М. Прокрастинація – конфлікт між «важливим» і «приємним». *Молодий вчений*. 2017. № 5(45). С. 211–218.
11. Лугова В. М. Прокрастинація: основні причини, наслідки та шляхи подолання. *Актуальные научные исследования в современном мире*. 2018. Вип. 4(36). Ч. 2. С. 59–65.
12. Малышев И. В. Проявление прокрастинации личности у учащихся старших классов. *Электронный научный журнал «Пензенский психологический вестник»*. 2019. № 1(12). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-prokrastinatsii-lichnosti-u-uchaschih-sya-starshih-klassov>
13. Рожина И. С. Прокрастинация в студенческой среде и методы её преодоления. *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии*. 2017. № 4–7(72). С. 23–28.
14. Руднова Н. А. Характеристики саморегуляции деятельности как факторы прокрастинации. *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*. 2018. № 4(36). С. 550–561.
15. Рудь Г. В. Дослідження феномену прокрастинації в юнацькому віці. *Психологія: реальність і перспективи*. 2019. № 12. С. 190–196.
16. Симатова О. Б. Стратегии и модели копинг-поведения у лиц юношеского возраста, склонных к прокрастинации. *Baikal Research Journal*, 2019. Т. 10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/strategii-i-modeli-koping-povedeniya-u-lits-yunosheskogo-vozrasta-sklonnyh-k-prokrastinatsii>
17. Скляр Н. А., Коломенская В. В., Таран И. И., Кузьмина Я. Л. Взаимосвязь прокрастинации и учебной мотивации в юношеском возрасте. *Научно-практический журнал «Гуманизация образования»*. 2016. № 4. С. 71–76.
18. Столярчук О. А., Сергеевкова О. П., Коханова О. П. Динаміка академічної прокрастинації студентів. *Психологія особистості*, 2021. Вип. 26. С. 127–132.
19. Тузова О. Н. Способность самоуправления у студентов с различной степенью выраженности прокрастинации. *Психология человека в образовании*. 2021. № 1. С. 71–79.
20. Шустова Н. Е. Смыслоразнозначные ориентации молодых людей с разной степенью выраженности прокрастинации. *Гуманизация образования*. 2015. № 6. С. 40–44.
21. Balkis M. Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational beliefs about studying. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*. 2013. No. 13. P. 57–74.
22. Beck B. L., Koons S. R., Milgrim D. L. Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem, and self-handicapping. *Journal of Social Behavior and Personality*. 2000. No. 15(3). P. 3–13.
23. Bojuwoye O. Causes of Academic Procrastination Among High School Pupils with Learning Disabilities in Ilorin, Kwara State, Nigeria. *International Journal of Technology and Inclusive Education*. 2019. Volume 8. Issue 1. P. 1404–1409.
24. Carden R., Bryant C., Moss R. Locus of control, test anxiety, academic procrastination, and achievement among college students. *Psychological Reports*. 2004. No. 95. P. 581–582.



25. Closson L. M., Boutilier R. R. Perfectionism, academic engagement, and procrastination among undergraduates: The moderating role of honors student status. *Learning and Individual Differences*. 2017. No. 57. P. 157–162.
26. Ferrari J. R. Procrastinators and perfect behavior: An exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self-handicapping components. *Journal of Research in Personality*. 1992. No. 26. P. 75–84.
27. Ferrari J. R., Díaz-Morales J. F., O'Callaghan J., Díaz K., Argumendo D. Frequent behavioral delay tendencies by adults. International Prevalence Rates of Chronic Procrastination. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2007. Vol. 38. P. 458–464.
28. Hailikari I. T., Katajavuori I. N., Asikainen H. Understanding procrastination: A case of a study skills course. *Social Psychology of Education*, 2021. No. 24. P. 589–606.
29. Hen M., Goroshit M. The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination. *Current Psychology*. 2020. Vol. 39(2). P. 116–124.
30. Janssen T., Carton J. The Effects of Locus of Control and Task Difficulty on Procrastination. *The Journal of Genetic Psychology*. 1999. Vol. 160. P. 436–442.
31. Langton B. Procrastinating. *Journal for the Theory of Social Behavior*. 2016. No. 11. P. 207–221.
32. Milgram N., Tenne R. Personality correlates of decisional task avoidant procrastination. *European Journal of Personality*. 2020. Vol. 14(2). P. 141–156.
33. Thomas Y. The nature of procrastination. A meta – analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. 2014. No. 133. P. 65–94.
34. Sagone E., Indiana M. Are Decision-Making Styles, Locus of Control, and Average Grades in Exams Correlated with Procrastination in University Students? *Education Sciences*. 2021. Vol. 11. DOI: 10.3390/educsci11060300
35. Schraw G. Doing the Things We Do: A Grounded Theory of Academic Procrastination. *Journal of Educational Psychology*. 2005. No. 99(1). P. 12–25.
36. Steel P., Klingsieck K. B. Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*. 2016. Vol. 51. P. 36–46.
37. Zarrin A., Gracia E., Paihao M. Prediction of Academic Procrastination by Fear of Failure and Self-Regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*. 2020. Vol. 20(3). P. 34–43.

REFERENCES:

1. Babatina, S. I., Svitenco S. V. (2019). Vychennia osobystisnykh chynnykiv skhlynosti do prokrastynatsii osib yunatskoho viku [Study of adolescents' personal factors of tendency for procrastination]. *Insait: psykholohichni vymiry suspilstva: nauk. zhurn. – Insight: the psychological dimensions of society: scientific journal*. 1. 7–14 [in Ukrainian].
2. Vedeneeva, E. V., Zabelina, E. V., Trushina, I. A., Chestyunina, Yu. V. (2017). Osobennosti psihologicheskogo vremeni lichnosti studentov, sklonnykh k prokrastinacii [Psychological time peculiarities of the student's personality with procrastination propensity]. *ANI: pedagogika i psihologiya – Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology*. 4(21). 289–292 [in Russian].
3. Voronova, T. A., Dubrovina, S. V., Chepurko, Yu. V. (2020). Prokrastinaciya u studentov medicinskogo vuza s razlichnoj napravlennoy'yu lichnosti [Procrastination in medical university student with different orientations]. *Obrazovanie i nauka – Education and science*. 9. 86–103 [in Russian].
4. Dvornyk, M. S. (2018). *Prokrastynatsiia v konstruiuvanni osobystisnoho maibutnoho: monohrafiia [Procrastination in personality's future design: monograph]*. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD [in Ukrainian].
5. Dub, V. (2020). Osoblyvosti prokrastynatsii studentiv [Special features of student's procrastination]. *Problemy humanitarnykh nauk. Psykholohiia – Problems of humanities: Psychology*. 47. 53–66 [in Ukrainian].
6. Eremickaya, I. A., Andreeva, I. V. (2019). Prokrastinaciya i samoorganizaciya u studentov vuza [Procrastination and self-organization among university students]. *Obshchestvo: sociologiya, psihologiya, pedagogika – Society: sociology, psychology, pedagogics*, 3, Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/prokrastinatsiya-i-samoorganizatsiya-u-studentov-vuza> [in Russian].
7. Zhuravlova, O., Zhuravlov, O. (2020). Typolohichni osoblyvosti proiavu prokrastynatsii v studentiv [Typological Features of Students' Procrastination]. *Psykhologichni perspektyvy – Psychological perspectives*. 36. 86–99 [in Ukrainian].
8. Kiseleva, M. A. (2015). Vzaimosvyaz' stepeni vyrazhennosti prokrastinacii i samoopredeleniya molodezhi [An interrelation of youngster's procrastination and self-determination degree turn]. *Nauchno-prakticheskij zhurnal "Gumanizaciya obrazovaniya" – The scientific and practical journal "Humanization of Education"*. 5. 37–38 [in Russian].
9. Kolesnichenko, M. B., Parshakova, O. Yu. (2018). Sociologicheskij podhod k studencheskoj prokrastinacii [Sociological approach in fields of student's procrastination]. *Vestnik PNIPU. Social'no-ekonomicheskie nauki – PNRPU Sociology and Economics Bulletin*. 2. 17–26 [in Russian].
10. Koltunovych, T. A., Polishchuk, O. M. (2017). Prokrastynatsiia – konflikt mizh "vazhlyvym" i "pryiemnym" [Procrastination: the conflict between "important" and "enjoyable"]. *Molodyi vchenyi – Young Scientist*. No. 5(45). 211–218 [in Ukrainian].
11. Luhova, V. M. (2017). Prokrastynatsiia: osnovni prychny, naslidky ta shliakhy podolannia [Procrastination in the student environment: main causes, consequences and overcoming]. *Aktualnie nauchnie yssledovanyia v sovremennom myre*. Vip. 4(36). Ch. 2. 59–65 [in Ukrainian].
12. Malyshev, I. V. (2019). Proyavlenie prokrastinacii lichnosti u uchashchihsya starshih klassov [Senior pupil's personality procrastination features]. *Elektronnyj nauchnyj zhurnal "Penzskij psihologicheskij vestnik" – The journal "Penza psychological newsletter"*. 1(12). Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-prokrastinatsii-lichnosti-u-uchashchihsya-starshih-klassov> [in Russian].

13. Rozhina, I. S. (2017). Prokrastinaciya v studencheskoj srede i metody eyo preodoleniya [Procrastination in student's society and ways of it's overcoming]. *Lichnost', sem'ya i obshchestvo: voprosy pedagogiki i psihologii – Personality, family and society: issues of pedagogics and psychology*. 4–7(72). 23–28 [in Russian].
14. Rudnova, N. A. (2018). Harakteristiki samoregulyacii deyatelnosti kak faktory prokrastinacii [Characteristics of activity self-regulation as procrastination's factors]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psihologiya. Sociologiya – Perm university herald. Series "Philosophy. Psychology. Sociology"*. 4(36). 550–561 [in Russian].
15. Rud, H. V. (2019). Doslidzhennia fenomenu prokrastynatsii v yunatskomu vitsi [Studying the phenomenon of procrastination in this attitude]. *Psykhoholiiia: realnist i perspektyvy – Psychology: reality and perspectives*. 12. 190–196 [in Ukrainian].
16. Simatova, O. B. (2019). Strategii i modeli koping-povedeniya u lic yunosheskogo vozrasta, sklonnyh k prokrastinacii [Strategies and models of coping behavior in juvenile persons inclined to procrastination]. *Baikal Research Journal*. 2019. Retrieved from: <https://cyberleninka.ru/article/n/strategii-i-modeli-koping-povedeniya-u-lits-yunosheskogo-vozrasta-sklonnyh-k-prokrastinatsii> [in Russian].
17. Sklyar, N. A., Kolomenskaya, V. V., Taran, I. I., Kuz'mina, Ya. L. (2016). Vzaimosvyaz' prokrastinacii i uchebnoj motivacii v yunosheskom vozraste [An interrelation of procrastination and educational motivation in students' age]. *Gumanizaciya obrazovaniya – Humanization of education*. 4. 71–76 [in Russian].
18. Stolyarchuk, O. A., Sergeenkova, O. P., Kohanova, O. P. (2021). Dinamika akademichnoyi prokrastinacii studentiv [Dynamics of student's academical procrastination]. *Psihologiya osobistosti – Psychology of Personality*. 26. 127–132 [in Ukrainian].
19. Tuzova, O. N. (2021). Sposobnost' samoupravleniya u studentov s razlichnoj stepen'yu vyrazhennosti prokrastinacii [Ability of self-management in students with varying degrees of procrastination]. *Psihologiya cheloveka v obrazovanii – Psychology in Education*. 1. 71–79 [in Russian].
20. Shustova, N. E. (2015). Smyslozhiznennyye orientacii molodyh lyudej s raznoj stepen'yu vyrazhennosti prokrastinacii [Life-purpose orientations of young people with a different level of the procrastination expressiveness]. *Gumanizaciya obrazovaniya – Humanization of education*. 6. 40–44 [in Russian].
21. Balkis, M. Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational beliefs about studying. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*. 2013. 13. P. 57–74.
22. Beck, B. L., Koons, S. R., Milgrim, D. L. Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem, and self-handicapping. *Journal of Social Behavior and Personality*. 2000. No. 15(3). P. 3–13.
23. Bojuwoye, O. Causes of Academic Procrastination Among High School Pupils with Learning Disabilities in Ilorin, Kwara State, Nigeria. *International Journal of Technology and Inclusive Education*, 2019. Volume 8. Issue 1. P. 1404–1409.
24. Carden, R., Bryant, C., Moss, R. Locus of control, test anxiety, academic procrastination, and achievement among college students. *Psychological Reports*. 2004. No. 95. P. 581–582.
25. Closson, L. M., Boutilier, R. R. Perfectionism, academic engagement, and procrastination among undergraduates: The moderating role of honors student status. *Learning and Individual Differences*. 2017. 57. P. 157–162.
26. Ferrari, J. R. Procrastinators and perfect behavior: An exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self-handicapping components. *Journal of Research in Personality*. 1992. No. 26. P. 75–84.
27. Ferrari, J. R., Diaz-Morales, J. F., O'Callaghan, J., Diaz, K., Argumendo, D. Frequent behavioral delay tendencies by adults. International Prevalence Rates of Chronic Procrastination. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2007. V. 38. P. 458–464.
28. Hailikari, T., Katajavuori, N., Asikainen, H. Understanding procrastination: A case of a study skills course. *Social Psychology of Education*. 2021. 24. P. 589–606.
29. Hen, M., Goroshit, M. The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination. *Current Psychology*. 2020. V. 39(2). P. 116–124.
30. Janssen, T., Carton, J. The Effects of Locus of Control and Task Difficulty on Procrastination. *The Journal of Genetic Psychology*. 1999. V. 160. P. 436–442.
31. Langton, B. Procrastinating. *Journal for the Theory of Social Behavior*. 2016. No. 11. P. 207–221.
32. Milgram, N., Tenne, R. Personality correlates of decisional task avoidant procrastination. *European Journal of Personality*. 2020. V. 14(2). P. 141–156.
33. Thomas Y. The nature of procrastination. A meta – analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. 2014. No. 133. P. 65–94.
34. Sagone, E., Indiana, M. Are Decision-Making Styles, Locus of Control, and Average Grades in Exams Correlated with Procrastination in University Students? *Education Sciences*. 2021. Vol. 11. DOI: 10.3390/educsci11060300.
35. Schraw, G. Doing the Things We Do: A Grounded Theory of Academic Procrastination. *Journal of Educational Psychology*. 2005. No. 99 (1). P. 12–25.
36. Steel, P., Klingsieck, K. B. Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*. 2016. Vol. 51. P. 36–46.
37. Zarrin, A., Gracia, E., Paihao, M. Prediction of Academic Procrastination by Fear of Failure and Self-Regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*. 2020. Vol. 20(3). P. 34–43.



УДК 159.913:364-47:378
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-6

ДОСВІД ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ В РАМКАХ ГРУПИ ПІДТРИМКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я, РЕАЛІЗОВАНОГО НА БАЗІ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Бергхауер-Олас Емьовке Ласлівна

доктор філософії (Ph.D) з галузі «Соціальні та поведінкові науки»,
доцент кафедри педагогіки та психології

Закарпатський угорський інститут імені Ференца Ракоці II

berghauer.olasz.emoke@kmf.org.ua
<https://orcid.org/0000-0002-1576-0286>

Мета – популяризація перспективи створення вищої інстанції з охорони психічного здоров'я. Результати SMART- та SWOT-аналізів демонструють можливості психологічних гуртків з урахуванням потреб вищого навчального закладу. У теоретичній частині даної статті розглядаються положення та теорії, які містяться у міжнародних виданнях, присвячених психічному здоров'ю підлітків та пов'язаних із головною темою дослідження.

Упродовж нашої діяльності виявили, що для студентів щоденний стрес є неминучим явищем. Є багато можливостей для організації різних програм превентивного характеру, завдяки яким ми надаємо можливість для засвоєння ефективних стратегій подолання проблем, і разом з цим уникаючи фіксації негативних проявів поведінки молоді. Дослідження насамперед звертає увагу саме на той компонент, який підкреслює силу спільноти у підтримці особистості. Будучи істотою соціальною, для людей, а особливо для підлітків громада являється базою безпеки. Виходячи із цього, ми маємо запропонувати для нашої молоді можливості знайти нові перспективи. Започаткування програми з ментальної гігієни під назвою «Ментальне гніздо» на базі Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II має інноваційний характер, оскільки з часу заснування закладу ініціювання групи ментального здоров'я такого масштабу являється безпрецедентним.

Методи. Під час проведення регулярних щотижневих зустрічей і групових занять використовували методи із застосуванням вправ на розвитку групової динаміки, на подолання комунікативних бар'єрів, управління стресом та конфліктами. Спираючись на оцінку потреб, використовувалися методи медіа-педагогіки при демонстрації фільмів із подальшим обговоренням побаченого у рамках групової форми роботи, а також застосувалися методи проектного аналізу малюнків, у якому використовуються можливості психологічної інтервенції. Оцінювання проекту з психічного здоров'я було проведено за допомогою оцінки психологічного впливу і SMART- та SWOT-аналізів.

Результати. Ми зосереджувалися на регулярних одноразових зустрічах упродовж восьми тижнів. Започаткування групи підтримки розглядалось нами як бажаний проект з ментальної гігієни. Оцінка результатів проводилася також відповідно до цілей проекту, відображених за допомогою SMART- та SWOT-аналізів. Відповідно до виявлених потреб розроблено подальший проект зі створення групи підтримки з ментального здоров'я. Нашою метою було створити на базі нашого закладу вищої освіти таку закриту групу, де у студентів-першокурсників стабілізується емоційний стан, їхня самооцінка стає більш позитивною, завдяки чому вони зможуть краще перерозподілити свою енергію для подолання стресу та конфліктів.

Висновки. Успіх проекту підтверджує той факт, що він може стати першим кроком на шляху до створення Інституту сприяння здоров'ю.

Ключові слова: *проект у сфері ментального здоров'я, група підтримки, управління стресом, спільнота, SMART- та SWOT-аналіз, заклад здорового способу життя.*

MENTAL HEALTH SUPPORT GROUP'S EXPERIENCES IN HIGHER EDUCATION

Bergkhauer-Olas Emovke Laslivna

Doctor of Philosophy, College Associate Professor,
College Associate Professor at the Department of Pedagogy and Psychology
Ferenc Rákóczi II Transcarpathian Hungarian College of Higher Education

berghauer.olasz.emoke@kmf.org.ua
<https://orcid.org/0000-0002-1576-0286>

Purpose. The aim of the publication is to promote the perspective of creating a health-conscious higher education. The results of the SMART goal-setting and SWOT analysis shows the mental health support group's possibilities in higher education. The theoretical part of this article deals with those points of view

and theories, which can be found in the international special literature about the mental health of the teenagers and in accordance with the central theme of the study.

In the course of our practice we find out that the stress in the daily life of students is inevitable. There are many opportunities to organize various preventive programs, the creation of which offers the possibility for acquisition of effective coping strategies and prevents from the recording of harmful behaviour traits. The study emphasizes on the supporting power of the community. Since the human is a social being and the community is a secure-base for the teens, we should offer for our youth opportunities in which they find out a new perspective. The start of a mental health program called Mental Nest, organized on the base of the Ferenc Rákóczi II Transcarpathian Hungarian College of Higher Education, was an innovational initiation, since there was no precedent for starting such a mental health group from the existence of the college.

Methods. On most of the support group sessions we followed the aspects of the training method, we worked with group-dynamics techniques, stress and conflict management exercises as well as effective communication activities and games.

Based on the needs assessment, the media method was used during the movie watching. For the purpose of intervention we used art therapy exercises and projective drawing techniques. The evaluation of the mental health project was performed by impact assessment, SMART goal-setting and SWOT analysis.

Results. We concentrated on a regular weekly meetings running for 8 weeks. The initiation of the support group was considered as a desired mental health project. In the article the evaluation was carried out also in this regard with the help of SMART goal-setting and SWOT analysis.

According to the revealed needs we developed a further project to establish a mental health support group. The aim was to create a closed group on the base of our higher educational establishment, where the first-year students become emotionally strong, their self-esteem becomes more positive, thus enabling them to redistribute their energy effectively for coping with stress and conflicts.

Conclusions. The success of the project is confirmed by the fact that it can be the first step of supports the concept of health-conscious higher education.

Key words: *mental health project, support group, stress management, community, SMART goal-setting and SWOT analysis, health-conscious higher educational establishment.*

Вступ. Окрім труднощів інтеграції, перед студентами закладів вищої освіти стоїть величезне завдання – навчитися адаптуватися до системи вищої освіти та відповідати усім академічним вимогам, що, як показує досвід, часто призводить до раннього відсіву. Студентам важко впоратися зі стресом, що виникає в процесі навчання (Essel – Owusu, 2017), під час та перед написанням контрольних, модульних робіт, у зв'язку з перевтомою на заняттях, студенти не можуть зосередитися на парах і мають проблеми з концентрацією уваги. Крім стресів та напруги, пов'язаних з екзаменаційним періодом, їм також доводиться справлятися з сімейними обставинами, підґрунтям виникнення яких у більшості випадків є волевиявлення почуттів приналежності до суспільства. Результати дослідження потреб студентів, що проводилися раніше (Berghauer-Olasz, 2017) вказують на те, що у студентів ще залишився інтерес до навчання, але в ході роботи з ними необхідно застосовувати інші педагогічні методи.

Запуск програми з охорони психічного здоров'я «Ментальне гніздо» на базі Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II став новаторською ініціативою, оскільки з моменту заснування ЗВО до цього часу ще не мав досвіду в реалізації такого масштабного проекту. Згідно із задумом заняття проводилися один раз на тиждень протягом восьми тижнів. Запуск програми по суті і є тим проектом з охорони психічного

здоров'я, що чекав своєї реалізації протягом довгих років. У цій статті представлений аналіз роботи групи підтримки, який базується на досвіді, отриманому під час роботи зі студентами закладу вищої освіти. Перш ніж приступити до реалізації проекту з охорони психічного здоров'я, доцільно провести оцінку потреб учасників освітнього процесу.

Теоретичне обґрунтування проблеми. Основною цільовою аудиторією проекту, що реалізується на базі закладів вищої освіти, мають стати, перш за все, студенти, які навчаються на першому та другому курсах, саме для них має організуватися група з підтримки психічного здоров'я. Мета проекту з охорони психічного здоров'я – надати студентам можливості для емоційного розрідження та поповнення організму новими силами, що дозволить їм розібратися у своїх відносинах. Особливо важливо відзначити, що група підтримки, яка працює на постійній та регулярній основі, може стати першим кроком на шляху до створення Інституту сприяння здоров'я, діяльність якої підтримує описану вище концепцію. Метою публікації є популяризація перспективи створення вищої інстанції з охорони психічного здоров'я. Результати SMART-аналізу демонструють можливості психологічних груп з урахуванням потреб закладу вищої освіти.

Крім переживання кризи ідентичності, молодь в період вступу до коледжу та університету стикаються з труднощами, що виникають у зв'язку з тим, що абітурієнтам складно



вийти із зони комфорту і розлучитися зі своїми домочадцями. У психологічній літературі існують думки, що від'їзд з дому може викликати в людини симптоми, що нагадують реакцію горя (Horvát, 2012).

Результати дослідження, проведені в галузі енвайронментальної психології, вказують на емоційну прив'язаність людей до свого безпосереднього оточення, до свого будинку, а також на те, що у випадках, коли індивід покидає цей простір, він виходить з арени, де він відчуває себе у безпеці та впевненим у собі (Wang – Davis et al., 2017). Л. Чавла (1992) простежив закономірності прив'язаності людини до конкретного місця, починаючи з дитинства і закінчуючи підлітковим віком. В ході дослідження вдалося з'ясувати, що дитина щаслива тоді, коли знаходиться в місці, де вона почувається як в себе удома, і в той же час, коли вона залишає це місце, у неї проявляються симптоми дистресу. Місце – це, по суті, особистий простір, який сформувався внаслідок інтеграції з навколишнім середовищем на основі пережитих соціальних відносин (Tillmann – Tobin et al., 2018). У формуванні духовної приналежності до певного місця велику роль відіграють пережиті події, що відбулися в оточенні людини, колективний досвід, пов'язаний з життєдайною силою цього місця, та сформовані думки в ході спільного обговорення тієї чи іншої ситуації (Dúll, 2009). У своєму дослідженні М. Горват докладно аналізує доведену тезу про те, що покидання як первинної, так і вторинної території, її фактичну чи психологічну руйнацію провокує горе, яке має схожість із горем, спричиненим втратою близьких людей. Після переривання тісного міжособистісного контакту з однолітками та зміни звичної обстановки, які відігравали ключову роль у житті студентів, у досліджуваної групи осіб відмічалися значні індивідуальні відмінності у подоланні горя, його тяжкості та наявності стадій переживання втрати (Horvát, 2012).

З подібними почуттями переступають поріг нашого інституту студенти, більшість із яких після заселення до гуртожитків мають можливість їздити додому лише раз на тиждень. Важливо, що нові простори можуть набути такого ж значення, як місце, згадані у наведеному вище контексті. Сформоване сприйняття про якість нового середовища, простору та пристосованість до його умов, змінюється в залежності від ступеня впливу нового середовища на досягнення поставлених цілей та формування подальших дій (Dúll, 2009).

Дослідники розробили низку психологічних моделей для вивчення та уточнення поняття «копінг». У працях З. Фрейда зустрічаються відомості про те, що завданням его є сприймати загрози із зовнішнього світу і, у разі нездатності впоратися з ними, запускати

захисні механізми. Активізація захисних механізмів насправді є наслідком неспроможності справлятися зі стресом чи ситуацією (Carver – Scheier, 2006). Згідно з цією моделлю, спосіб подолання труднощів, копінг, можна сприймати як стійку рису особистості. Протягом життя у людини формуються захисні маневри та стратегії подолання стресу, які застосовуються на практиці у разі виникнення непередбачуваної ситуації (Daga – Kempis, 2021). П'ять основних психологічних моделей особистості (екстраверсія, дружелюбність, нейротизм, сумлінність, відкритість) визначають сприйняття ступеня серйозності небезпеки, що виникає внаслідок стресу (Oláh, 2004).

Крім підвищеного стресового навантаження, у підлітковому віці змінюється та розвивається індивідуальний адаптаційний потенціал, який визначає поведінкові моделі у дорослому житті та, у свою чергу, впливає на формування фізичного та психічного здоров'я людини (Breik – Zaza, 2019).

Високий рівень стресу особливо небезпечний у підлітковому віці, зокрема тоді, коли використовуються арсенал дезадаптивних стратегій подолання стресу, що підвищує ймовірність виникнення проблем з адаптацією. У той же час дезадаптивні копінг-стратегії можуть мати безпосередній зв'язок із появою таких пагубних звичок, як пристрасть до куріння та вживання алкоголю. К. МакКанн та інші (2012) у своєму дослідженні дійшли висновку, що підвищений рівень стресу знижує рівень задоволеності студентів не лише власним життям, а й освітнім процесом, інші автори також відзначають, що стрес негативно впливає на результати навчання (Iqbal – Akram et al, 2021). Існування очевидного зв'язку між підтримкою однолітків та копінг-стратегіями підтверджується фактом звернення за допомогою або відмови від неї. Своєчасне звернення за допомогою зміцнює процеси пристосування до тієї чи іншої ситуації, у той час як абстинентна поведінка, як правило, ускладнює процес адаптації (Pikó – Hamvai, 2012).

Колективне перебування в суспільстві, присутність та підтримка однолітків, а також прив'язаність до родинного гнізда та сім'ї є ключовими аспектами у підлітковому віці. Наведені вище дослідження також підтверджують той факт, що раніше пережитий досвід та перебування у відносинах визначають ступінь задоволеності молодих людей власним життям. Насправді ці соціальні ресурси допомагають їм адаптуватися до нових ситуацій (Самага – Vasigalupe, 2017) і справлятися зі стресом (Berghauer-Olasz, 2016); суспільство – це своєрідний безпечний притулок для підлітка (Frenkl – Rajnik, 2011).

Людина проживає своє життя у суспільстві і водночас є учасником соціальної формації,

де зустрічаються непередбачувані форми взаємовідносин (Mérei, 1988).

Свою увагу фокусуємо на малих групах і фасилітаційних процесах та можливостях, які забезпечуються у цій сфері. Ми погоджуємося з думкою Бели Буди, яку він висловив у своєму заключному слові до одного зі своїх досліджень: «Головним інструментом зцілення все ж таки є група...» (Buda, 1994: 182).

Усвідомленість цінностей групи та її ролі у розвитку особистості прийшло з початку минулого століття. У США Дж. Пратт застосував шкільний метод лікування своїх пацієнтів з туберкульозом. На його сеансах зазвичай було від 10 до 20 пацієнтів, і динаміка психологічного стану відіграла вирішальну роль у їхньому одужанні (Szilágyi, 2004). У Відні Я. Морено створив драматичні групи для дітей, у Росії А. Макаренко провів реорганізацію педагогічної практики, а в Англії – О. Ніл. Групова психотерапія почала укорінюватися в Європі та Північній Америці у 1930-х роках, що призвело до розвитку системи психодрами Я. Морено (Riva – Grassi et al., 2020). Саме в роки після Другої світової війни було створено групи самосвідомості у сучасному розумінні цього терміна. Спочатку в США, зі зростанням напруженості серед представників різних національностей, виникла потреба у створенні програми, яка б допомогла лідерам впоратися з цією проблемою. Таким чином, К. Льюїс розробив власну програму, яка згодом стала фундаментом функціонування Т-груп, що були створені з метою розвитку міжособистісних (Bryan, 2021) та лідерських навичок.

У 1960-х роках, з заснуванням Інституту Еселена в Каліфорнії, а потім Західного інституту поведінкових наук, методи надання допомоги були розширені і до них увійшли невербальні техніки, техніки фантазування та терапія зустрічей. Завдяки роботам А. Маслоу, К. Роджерса, Ф. Перлза, В.Шутца і Дж. Баха було започатковано групу зустрічей. К. Роджерс відмовився від назви Т-група і натомість просував свою групу самосвідомості під назвою «основна зустріч» (Rudas, 2001). На сьогоднішній день існує чимало фасилітаційних жанрів та груп, які покликані допомогти у розвитку учасників згаданої групи.

Щоденний стрес, з яким стикаються студенти, практично неминучий, однак, розробляючи профілактичні програми та надаючи можливості навчитися виробити ефективні стратегії подолання стресу, молоді люди все ж таки можуть уникнути укорінення девіантних форм поведінки. Враховуючи цю особливість, нашим завданням є запропонувати молодим людям перспективні можливості саморозвитку.

Програми підтримки частково схожі на проекти «Спільноти самопомоги», що виконують важливі експресивні функції, та створю-

ють площадку, де групове середовище надає можливості особистісного розвитку та позитивної переоцінки ідентичності. Вони також надають можливість практикувати навички, необхідні для участі у житті соціуму, спілкуватися чесно та відкрито, навчитися виявляти емпатію та толерантність, а також отримувати психологічне задоволення від почуття професійної придатності (Csepeli, 2005).

На чолі групи з психічної підтримки, які зазвичай функціонують на базі певної організації, стоїть лідером. Найчастіше це професіонал, який має досвід роботи у сфері надавання психологічної допомоги. Групи підтримки психічного здоров'я мають різноманітні цілі, характерні для інших подібних формувань, однак у випадку першого все ж таки переважає психологічна підтримка. Основна мета такої підтримки – надати підтримку під час подолання психологічних проблем з боку людей зі схожими проблемами або які знаходяться в аналогічних ситуаціях. І. Ялом серед членів групи підтримки провів опитування, в ході якого намагався дізнатися: який вплив, на думку респондентів, має групове середовище на їх життя. В ході опрацювання анкет стало зрозуміло, що найбільшу значущість мають реляційні взаємодії, у рамках яких учасники групи відчували важливість вислухати проблеми інших, отримати допомогу від інших, не почуватися самотніми та відчувати любов і турботу серед своїх одногрупників (Varcu, 2012).

Громада, безсумнівно, впливає на формування психічного здоров'я у сучасному суспільстві, а його розвиток – інтерес всіх учасників соціуму (Buda, 1994). На базі вищого навчального закладу можна ввести в дію низку спеціальних програм підтримки розвитку спільноти, метою яких повинна стати розробка програм, що відповідають концепції вищої інстанції з охорони здоров'я. Також важливо шляхом проведення опитування створити базу даних. Основними аспектами такого опитування можуть стати: зарахування до ВНЗ, інтеграція, управління стресом, екзаменаційні періоди, сплеск «екзаменаційних неврозів» на різних курсах, проблеми з наркозалежністю, джерела засобів для існування, СЕС, а також профориєнтація та кар'єрна соціалізація.

Методологія та методи. На кожному курсі у студентів виникають нові потреби. Після їхньої оцінки можна розробити концепцію усвідомленості про здоровий спосіб життя та відповідним чином спланувати процеси інтервенції. Особливо важливим завданням є організація програми охорони психічного здоров'я.

Під час проведення регулярних щотижневих зустрічей і групових занять використовували методи із застосуванням вправ на розвиток групової динаміки, на подолання комунікативних бар'єрів, управління стресом та конфліктами.



Спираючись на оцінку потреб, використовувалися методи медіапедагогіки при демонстрації фільмів із подальшим обговоренням побаченого у рамках групової форми роботи, а також застосувалися методи проектного аналізу малюнків, у якому використовуються можливості психологічної інтервенції. Оцінювання проекту з психічного здоров'я була проведена за допомогою оцінки психологічного впливу і SMART- та SWOT-аналізів.

Запуск програми з охорони психічного здоров'я «Ментальне гніздо» на базі Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II став новаторською ініціативою, оскільки з моменту заснування ЗВО до цього часу ще не мав досвіду в реалізації такого масштабного проекту. Згідно із задумом заняття проводилися один раз на тиждень протягом восьми тижнів. Запуск програми по суті і є тим проектом з охорони психічного здоров'я, що чекав своєї реалізації протягом довгих років. У цій статті представлений аналіз роботи групи підтримки, який базується на досвіді, отриманому під час роботи з студентами вищого навчального закладу. Перш ніж приступити до реалізації проекту з охорони психічного здоров'я, доцільно провести оцінку потреб учасників освітнього процесу.

Згідно з результатами досліджень студентам не вистачає спільного «гніздечка», де вони могли б збиратися щотижня для обговорення тем, які актуальні для їхнього віку і які не мали можливості обговорити вдома (управління стресом, людські відносини, сімейні обставини, взаємини, соціальна поведінка). Респонденти виявили бажання подивитися фільм на цю тему з подальшим обговоренням побаченого, а також взяти участь в іграх та у виконанні вправ, які могли б допомогти у подоланні повсякденних труднощів.

На основі названих в ході анкетування потреб ми розробили план реалізації групи підтримки психічного здоров'я, за мету якого поставлено створити закриту групу підтримки на базі Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II, де студенти першого курсу могли б отримати емоційну підтримку, що, у свою чергу, посприяло б підвищенню рівня їхньої самооцінки, здобуттю навиків управління своїми емоціями, а також успішному перенаправленню енергії на подолання стресу та вирішення конфліктних ситуацій.

Проект «Ментальне гніздо», реалізований на базі ЗВО, покликаний надати комплексну допомогу у вирішенні згадуваних вище проблем. Завдяки заняттям студенти мали можливість виробити емоційну стійкість, зарядитись енергією та мобілізувати стратегії подолання труднощів. Проведена після фільму дискусія про сімейні цінності, соціальні відносини та шляхи подолання труд-

нощів посприяли не лише підвищенню рівня обізнаності студентів, а й зміцнили відчуття емоційної лабільності. «Ментальне гніздо» став безпечною відправною точкою у житті студентів, де вони шляхом вираження своїх почуттів, можуть знайти потужну та надійну підтримку завдяки тому, що в цьому середовищі вони можуть знайти спосіб сприймати себе, порозумітися один з одним, правильно реагувати на сигнали однолітків, трактувати імпульси навколишнього середовища.

Ресурсами для реалізації програми з охорони психічного здоров'я завжди стають, перш за все, учасники команди, які виконують роль інтелектуальних ресурсів. Членами команди, що брала участь у проекті, були викладачі та психологи кафедри, чиї професійні знання, досвід та творчий підхід мали велике значення. «Привнесені цінності» студентів-учасників відіграли вирішальну роль у формуванні спільноти та навчили нас, крім іншого, завзятості та терпіння. Для реалізації проекту з охорони психічного здоров'я ми використали методи, які через призму потреб набувають значення. Метою проведення регулярних щотижневих зустрічей та занять групи підтримки стали: виконання вправ на розвиток групової динаміки, дотримуючись педагогічно-дидактичних засад процесу навчання; демонстрація фільмів із подальшим обговоренням побаченого у рамках групової форми роботи; виконання вправ на подолання комунікативних бар'єрів, управління стресом та конфліктами; застосування методу проектного аналізу малюнків, у якому використовуються можливості психологічної інтервенції.

Події, які трапилися під час проведення занять тривалістю у вісім тижнів, документувалися в спеціальному щоденнику з указанням точної дати та часу події. На заняттях, окрім іншого, особлива увага приділялася саморефлексії, аналізу та пропозиціям, які з'являлися під впливом якоїсь події. Досвід, отриманий на груповому занятті, може стати фундаментальною основою для організації наступної групи підтримки. Основою для остаточних висновків послугував досвід, отриманий на останньому груповому занятті, та результати аналізу ефективності проекту.

Результати та дискусії. Під час оцінки впливу ми спочатку проаналізували анонімні відповіді керівників груп на питання, які стосувалися того, наскільки вони задоволені своєю роботою та в який спосіб можна було би зробити роботу майбутніх «Ментальних гнізд» більш ефективною та корисною. Далі ми попросили респондентів охарактеризувати свою роль на заняттях з надання психологічної підтримки. Найперше запитання анкети звучало так: «Звідки? В якому напрямку вони рухаються?» Нам було цікаво дізнатися, які

відповіді ми отримуємо на запитання щодо сутності потрапляння в нове середовище та вихід з нього. Виходячи з цього, спочатку поставили учасникам питання «Як я потрапив у нове середовище?». Після того, як респонденти висловили своє бачення, анкети з відповідями координатори помістили у конверт. Наступне запитання: «Як мені покинути це середовище?». Результати аналізу отриманих відповідей дозволили нам адаптувати наступні заняття, а також програму занять наступних груп, до потреб учасників. Отриманий під час занять досвід фіксувався письмово з метою відстеження змін. Завданням команди було відстежити індивідуальний прогрес і, за необхідності, проводити додаткові зустрічі.

Досвід вказує на те, що перед початком запуску нового проєкту в галузі психічного здоров'я рекомендується провести попередній *SMART-аналіз* (Asztalos – Járay, 2017), що також виявився надзвичайно корисним для формулювання висновків (Iraola – Sánchez, 2021). З погляду досвіду, отриманого під час групових занять, доцільність проведення SMART-аналізу (*specific, measurable, achievable, relevant and timelimited*) і справді підтвердилася. У подальшій частині охарактеризовано роботу проєкту з охорони психічного здоров'я у контексті аналізу через призму законів саморефлексії.

Специфіка. Поставлена на початку реалізації проєкту ціль була досягнута, учасники отримували емоційний заряд від заняття, студенти змогли розпізнати та охарактеризувати свої емоції. Учасники занять, які після першого заняття покидали аудиторію окремо, за 3–4 тижнів почали скупчуватися у невеличкі групи, а після обговорення складних тем почали проявляти підтримку один до одного.

Одним із ключових факторів успіху проєкту стало те, що «Ментальне гніздо» має майбутнє в стінах нашого ЗВО. Не лише студенти інших курсів, але й викладачі та співро-

бітники навчального відділу інституту виявили бажання взяти участь у роботі наступної подібної групи підтримки. Той факт, що лише кілька тижнів знадобилося для того, щоб проєкт укorenився у суспільній свідомості, а його функціонування є відмінною підтримкою концепції інституту, де піклуються про психічне здоров'я всіх учасників освітнього процесу, теж можна вважати успіхом реалізованої програми.

Вимірюваність. На початку та в кінці кожного групового заняття ми проводили опитування щодо задоволеності/загального самопочуття учасників групи підтримки. На відміну від перших зустрічей учасники на третьому занятті вже сміливіше виражали свої емоції, перестали соромитися висловлювати свої думки, почуття один перед одним, а їх індивідуальний розвиток чітко простежувався в ході проведення різних методів оцінки стану учасників. Інструментами роботи на заняттях стали обрані самими ж учасниками картки з зображенням емоцій, картин та ведмедів. Питання про те, з якими відчуттями, емоціями асоціюється той чи інший колір, викликав неабияке хвилювання серед учасників заняття.

Про ефективність проєкту з охорони психічного здоров'я свідчить той факт, що студенти регулярно відвідували заняття, брали активну участь у виконанні групових завдань і проявляли великий ентузіазм.

Визнаність. Проєкт чудово вписується у річний навчальний план інституту. За першочерговим задумом групові заняття «Ментальне гніздо» мали б розпочатися через півгодини після закінчення навчального дня, однак досвід вказує на доцільність проведення занять у раніший час. Першочергово план заняття був розрахований на 90 хвилин, однак студенти із задоволенням залишалися довше та просили продовжити групові завдання. Таким чином, найтриваліше групове заняття (перегляд та обговорення

Таблиця 1

SWOT-аналіз роботи проєкту

	Сильні сторони	Слабкі сторони
Внутрішні	<ul style="list-style-type: none"> – Підтримка з боку керівництва інституту – Підтримка з боку членів родини – Унікальне та новаторське починання у житті інституту – Приклад для наслідування для інших закладів – Опитування учасників заходу – «Привнесені цінності» студентів-учасників проєкту – багате духовне багатство – Приналежність учасників до суспільства 	<ul style="list-style-type: none"> – Обмеженість фінансових ресурсів (закупка необхідного приладдя, транспортні витрати) – Початок занять у пізній післяобідній час (заняття завершується у темряві)
	Можливості	Ризики
Зовнішні	<ul style="list-style-type: none"> – Регулярність – Організація одразу двох закритих груп підтримки за потреби 	<ul style="list-style-type: none"> – Перевантаження членів команди – Не можливість проведення заняття через державні свята, інші заходи – Після закінчення заняття учасники повинні повертатися додому у сутінках



фільму) тривало три з половиною години, протягом якого використовувався проєктивний метод аналізу малюнка.

Реальність. Реалізація проєкту відбулася з дотриманням попередньо спланованих заздалегідь кроків, а також завдяки ретельній організації та розподілу часу. Доля роботи проєкту обнадійлива.

Періодичність. Групові заняття проводилися щотижня, як і планувалося раніше. Траплялися випадки, коли через святковий день заняття доводилося переносити на наступний тиждень. Завдяки отриманому досвіду вдалося зрозуміти, що проведення групових занять варто розпочинати відразу ж після зимової екзаменаційної сесії, щоб уникнути потрапляння занять на весняні святкові дні.

З метою надання узагальненої картини про ефективність проєкту ми використали методи SWOT-аналізу. У табл. 1 представлені сильні та слабкі сторони, можливості та загрози проєкту.

Згуртованість членів команди відіграла надзвичайно важливу роль у реалізації проєкту. Варто відзначити, що процес планування занять, розробка «стратегії», яку застосовуватимемо під час того чи іншого заняття, приніс неабияке задоволення.

Висновки. Існує безліч можливостей для організації різноманітних профілактичних програм, які дають шанс навчитися виробити ефективні стратегії подолання труднощів і цим уникнути укорінення шкідливих форм поведінки серед молоді.

Здійснення запуску програми з охорони психічного здоров'я «Ментальне гніздо» на базі Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II став новаторською ініціативою, оскільки з моменту заснування ВНЗ до цього часу ще не мав досвіду в ре-

лізації такого масштабного проєкту. Згідно із задумом заняття проводилися один раз на тиждень протягом восьми тижнів. Причиною впровадження регулярних щотижневих зустрічей і групових занять послуговували такі потреби та методи: виконання вправ на розвиток групової динаміки, дотримуючись педагогічно-дидактичних засад процесу навчання; демонстрація фільмів із подальшим обговоренням побаченого у рамках групової форми роботи; виконання вправ на подолання комунікативних бар'єрів, управління стресом та конфліктами; методи проєктного аналізу малюнків, у якому використовуються можливості психологічної інтервенції.

На основі названих в ході анкетування потреб був розроблений план реалізації групи підтримки психічного здоров'я, за мету якого поставили створити закриту групу на базі студентів Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II.

Перед початком проєкту провели оцінку потреб, SMART-аналіз (до і після) та SWOT-аналіз. Розроблені спеціальні заходи для підтримки групи на основі аналізу саморефлексії. «Метальне гніздо» став важливою опорою у житті студентів, де вони знайшли потужну та надійну підтримку, навчилися сприймати себе та трактувати імпульси навколишнього середовища. Про ефективність проєкту з охорони психічного здоров'я свідчить той факт, що студенти регулярно відвідували заняття, брали активну участь у виконанні групових завдань.

Описані в статті підтверджують, що впровадження групи підтримки на базі закладу вищої освіти, – перш за все, місце, орієнтоване на надання взаємодопомоги та підтримки з боку людей зі схожими проблемами або з боку тих, які знаходяться в аналогічних ситуаціях під час подолання психологічних труднощів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Asztalos, B. -Járay, M. – Szentjóni, O. (2017): Álom, terv, tett. Gyakorlati útmutató és példatár mentálhigiénés projektekhez. Antropos Mentálhigiénés Egyesület, Budapest. 302. o.
2. Barcy, M. (2012): Segítő módszerek, fejlesztő-támogató eljárások. Budapest. 206. o.
3. Berghauer-Olasz, E. (2016): Berghauer-Olasz, E. (2016): A kinetikus iskolarajz mint közösségek rejtett kapcsolatainak feltáró módszere. Doktori (PhD) értekezés. PTE BTK Pszichológia Doktori Iskola, Pécs. 237.o.
4. Berghauer-Olasz, E. (2017). A közösség szerepe a lelki egészség megőrzésében. A Mentál Fészek főiskolai mentálhigiénés támogató csoport. Szakdolgozat. Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Mentálhigiénés Segítő Szakirányú Továbbképzési Szak. Budapest. 71. o.
5. Breik, D. W. – Zaza, I.H. (2019): Coping strategies adopted by adolescents: A comparative study in relation to gifted status, gender, and family size. *Gifted Education International*. Vol. 35(1). Pp. 3–19.
6. Bryan, L. K. (Ed. 2021): Historical perspectives in industrial and organizational history. New York. Routledge. 307 p.
7. Buda Béla (1994): Mentálhigiéné. Animula Kiadó, Budapest. 312. o.
8. Camara, M. – Bacigalupe, G. –Padilla, P. (2017): The role of social support in adolescents: are you helping me or stressing me out? *International Journal of Adolescence and Youth*. Vol. 22. No. 2. Pp.123–136.
9. Carver, C., S. – Scheier, M. F. (2006): Személyiségpszichológia. Osiris Kiadó. Budapest. 590. o.
10. Csepeli, Gy. (2005): Szociálpszichológia. Osiris Kiadó, Budapest. 571. oldal.
11. Daga, C. C. N. – Kempis, G. M. (2021): Coping Mechanism of Teenagers of Stress and Anxiety: A Case Study. *International Journal of Research Publications*. Vol. 69(1), 1. Pp. 529–534.
12. Düll, A. (2009). A környezetpszichológia alapkérdései. Helyek, tárgyak, viselkedés. L'Harmattan, Budapest. 372. o.

13. Essel, G., – Owusu, P. (2017): Causes of Students' stress; It's effects on their Academic Success and Stress Management of Students. *International Business Journal*. Pp. 21–29.
14. Frenkl, S. – Rajnik M. (2011): Életesemények a fejlődéslélektan tükrében. Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, Budapest. 160. o.
15. Horvát, M. T. (2012): Költözés és honvágy diákkorban. In: Körössy, J. – Kőváry, Z. (szerk.): *Fiatalok biztonságkeresési stratégiái az információs társadalomban*. Primaware Kiadó, Szeged. Pp. 62–78. 208. o.
16. Iqbal, S. – Akram, M. – Mushtaq, I. (2021): Relationship between Stress and Educational Performance of University Students: A Correlational Research Study. *Review of Education, Administration & LAW*. 4(4). Pp. 805–811.
17. Iraola A. B. – Sánchez R. Á. (2021): User Centered Virtual Coaching for Older Adults at Home Using SMART Goal Plans and I-Change Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 18(13). 6868.
18. Mérei, F. (1988): Közösségek rejtett hálózata. Tömegkommunikációs Kutatóközpont, Budapest. 328. o.
19. Oláh, A. (2004): Megküzdés és pszichológiai immunitás. (Pléh Csaba – Boross Otilia (szerk.): *Bevezetés a pszichológiába*. Osiris Kiadó, Budapest. Pp. 632–663. 920. o.
20. Pikó, B. – Hamvai, Cs. (2012): Stressz, coping és reziliencia korai serdülőkorban. *Iskolakultúra*. 9. sz. Pp. 24–33. 108. o.
21. Riva, M. A – Grassi, L. – Belingheri, M. (2020): Jacob L. Moreno and psychodrama – psychiatry in history. *The British Journal of Psychiatry*. Volume 217(1). 369 p.
22. Rudas, J. (szerk.): 2001): Önismereti csoportok. Animula Kiadó. Budapest. 192. o.
23. Szilágyi, I. (2004): Önismeret és személyiségfejlesztés. Skandi-Wald Kiadó, Budapest. 72. o.
24. Tillmann, S. – Tobin, D. – Avison, W. – Gilliland, J. (2018): Mental health benefits of interactions with nature in children and teenagers: a systematic review. *Epidemiol Community Health*. 72. Pp. 958–966.
25. Wang, R. A. H. – Davis, O. S. P. – Wootton, R. E. et al. (2017): Social support and mental health in late adolescence are correlated for genetic, as well as environmental, reasons. *Scientific Report*. 7. 13088.

REFERENCES:

1. Astalosh V., Jaroj V., Sentiovbi O. (2017). *Mriia, plan, diia. Posybnik ta zbirnyk prykladiv dlia praktichnikh proektiv z psykhichnoho zdorovia [Dream, plan, action. A study guide and a praxis for practical projects in mental hygiene]*. Budapest: Orhanizaciai psykhichnoho zdorovia Antropos [The Antropos Mental Hygiene Association]. [in Hungarian].
2. Bartsi M. (2012). *Metody dopomohy, protsesy rozvytku ta pidtrymky [Assistive methods, developing and supportive procedures]*. Budapest. [in Hungarian].
3. Bergkhauer-Olas E. (2016). *Kinetychnyi maliumok skoly iak mozhlyvyi metod analyze sotsialnykh zviazkiv. Doktorska (PhD) dysertatsiia. Universytet Pech (Uhorschyna), Instytut Psycholohii, Doktorska Skola Psycholohii. Pech. Doctoral (PhD) dissertation. University of Pécs, Institute of Psychology, Doctoral School is Psychology]*. [in Hungarian].
4. Bergkhauer-Olas E. (2017). *Rol spilnoty u pidtrymty psykhichnoho zdorovia. Hrupa pidtrymky psykhichnoii hihieny instytutu "Mentál Fészek". [Kinetic school drawing as a method of revealing hidden social relationships]*. Diploma Thesis. Budapest: Károli Gáspár University of the Reformed Church in Hungary. [in Hungarian].
5. Breik, D. W. – Zaza, I.H. (2019). *Coping strategies adopted by adolescents: A comparative study in relation to gifted status, gender, and family size. Gifted Education International*. Vol. 35(1). Pp. 3–19. [in English].
6. Bryan, L. K. (Ed. 2021). *Historical perspectives in industrial and organizational history*. New York. Routledge. 307 p. [in English].
7. Buda B. (1994). *Psykhichne zdorovia [Mental Hygiene]*. Budapest : Animula. [in Hungarian].
8. Camara, M. – Bacigalupe, G. – Padilla, P. (2017). The role of social support in adolescents: are you helping me or stressing me out? *International Journal of Adolescence and Youth*. Vol. 22. No. 2. Pp. 123–136. [in English].
9. Carver, C., Scheier, M. (2006). *Psykholohiia osobystosti [Personality psychology]*. Budapest : Osiris. [in Hungarian].
10. Csepeli D. (2005). *Sotsialna psykholohiia [Social psychology]*. Budapest : Osiris. [in Hungarian].
11. Daga, C. C. N. – Kempis, G. M. (2021). Coping Mechanism of Teenagers of Stress and Anxiety: A Case Study. *International Journal of Research Publications*. Vol.69(1). 1. Pp. 529–534. [in English].
12. Dull A. (2009). *Osnovni pytannia ekolohichnoi psykholohii. Mistsa, predmety, povedinka [Basic issues of environmental psychology. Places, objects, behavior]*. Budapest : L'Harmattan. [in Hungarian].
13. Essel, G., – Owusu, P. (2017). Causes of Students' stress; It's effects on their Academic Success and Stress Management of Students. *International Business Journal*. Pp. 21–29. [in English].
14. Frenkl, S., Rajnik M. (2011). *Zhyttevi podii na tli psykholohii rozvytku [Life events in the light of environmental psychology]*. Budapest : Foundation Dialogue [in Hungarian].
15. Horvat M. (2012). *Pereizd ta tuha za domom v studentskomu vici. Dzherelo: Kereshi J., Kevari Z. Stratehii poshuku bezpeky molodiuv v informatsiinomy seredovyschi. [Moving away and homesickness of students. Körössy, J. – Kőváry, Z. (edit.) Safe searching strategies of the youth in the informational environment]*. Szeged : Primaware [in Hungarian].
16. Iqbal, S. – Akram, M. – Mushtaq, I. (2021). Relationship between Stress and Educational Performance of University Students: A Correlational Research Study. *Review of Education, Administration & LAW*. 4(4). Pp. 805–811. [in English].
17. Iraola A. B. – Sánchez R. Á. (2021): User Centered Virtual Coaching for Older Adults at Home Using SMART Goal Plans and I-Change Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 18(13). 6868. [in English].
18. Mérei, F. (1988). *Prykhovana merezha spilnot. [The hidden network of communities]*. Budapest : Mass Communication Research Centre. [in Hungarian].
19. Oláh A. (2004). *Borotba ta psykholohichnii imunitet. [Coping and psychological immunity]*. In: Pléh Cs., Boross O. (edit.) *Vstup u psikholohiu [Introduction to psychology]*. Budapest : Osiris. [in Hungarian].



20. Pikó, B., Hamvai, Cs. (2012). *Stres, borotba na psykholohichna rezylentnist u rannomu pidlitkovomu vici*. Dzherelo : Shkilna kultura. [Stress, coping and resilience in the early adolescence. In : Iskolakultúra. [School culture]. Nr. 9. Pp. 24–33. 108. p. [in Hungarian].
21. Riva, M. A – Grassi, L. – Belingheri, M. (2020). Jacob L. Moreno and psychodrama – psychiatry in history. *The British Journal of Psychiatry*. Volume 217(1). 369 p. [in English].
22. Rudas, J. (Ed.) (2001). *Hrupy samopoznanna*. [Self-awareness groups]. Budapest : Animula. [in Hungarian].
23. Szilágyi, I. (2004). *Samopoznanna ta rozvytok osobystosti* [Self-awareness and personality development]. Budapest : Skandi-Wald. [in Hungarian].
24. Tillmann, S. –Tobin, D. –Avison, W. – Gilliland, J. (2018): Mental health benefits of interactions with nature in children and teenagers: a systematic review. *Epidemiol Community Health*. 72. Pp. 958–966. [in English].
25. Wang, R. A. H. –Davis, O. S. P. –Wootton, R. E. et al. (2017). *Social support and mental health in late adolescence are correlated for genetic, as well as environmental, reasons*. Scientific Report. 7. 13088. [in English].

*Стаття надійшла до редакції 21.01.2022.
The article was received 21 January 2022.*

УДК 159.922-053.67:504
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-7

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ПІДЛІТКІВ ТА СТАРШОКЛАСНИКІВ

Томчук Михайло Іванович,

доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

tomchuk.m@academia.vn.ua

<https://orcid.org/0000-0002-4508-1495>

Томчук Сергій Михайлович

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психолого-педагогічної освіти та соціальних наук

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

tomchuksm@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-6411-2640>

Метою теоретико-експериментального дослідження став теоретичний аналіз та експериментальне вивчення психологічних особливостей розвитку екологічної свідомості особистості у підлітковому та юнацькому віці. На основі опрацювання наукової літератури виокремлено структуру екологічної свідомості особистості, яку представлено як єдність та взаємозв'язок когнітивного, емотивного, потребово-мотиваційного, ціннісно-смислового та конативного компонентів.

Методи. У дослідженні використано комплекс психологічних методів та методик на виявлення особливостей розвитку окремих складових екологічної свідомості учнів: методи спостереження, опитування (бесіди, анкетування), тестування, аналіз їх ставлення до природи та поведінки, інші. В якості тестових методик використано: «Методику діагностики міри задоволеності основних потреб» в адаптації Л.П. Журавльової та М.К. Романової, «Ціннісні орієнтації» А.І. Моткова та Т.О. Огневої та ін.

Результати дослідження планується покласти в основу розробки програми психологічного сприяння розвитку екологічної свідомості учнів, з врахуванням збалансованості та взаємозалежності компонентів їх екологічної свідомості у системі ставлень до соціального, природного, особистісного світу. Виявлено, що значно вищий рівень екологічної свідомості сформований у старшокласників, які мають природничу професійну спрямованість особистості, в порівнянні з тими, які планують після отримання середньої профільної освіти вступати до закладів вищої освіти економічного, технічного профілів.

Висновки. За результатами теоретико-експериментального дослідження виявлено, що рівні розвитку та зміст компонентів екологічної свідомості учнів детермінуються їх віковими, статевими відмінностями та особливостями професійної спрямованості особистості.

Ключові слова: *особистість, психологічний розвиток, ставлення до природи, учні базової середньої освіти, юнаки та юнки.*

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ECOLOGICAL CONSCIOUSNESS OF ADOLESCENTS AND HIGH SCHOOL STUDENTS

Tomchuk Mykhailo Ivanovych

Doctor of Psychology, Professor,

Professor of the Department of Psychology

Vinnitsia Academy of Continuing Education

tomchuk.m@academia.vn.ua

<https://orcid.org/0000-0002-4508-1495>

Tomchuk Serhiy Mykhailovych

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,

Associate Professor at the Department of Psychological

and Pedagogical Education and Social Sciences

Vinnitsia Academy of Continuing Education

tomchuksm@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-6411-2640>



The aim of the theoretical and experimental study was the theoretical analysis and experimental study of psychological features of the development of ecological consciousness of the individual in adolescence. Based on the study of scientific literature, the structure of ecological consciousness of the individual is distinguished, which is presented as the unity and relationship of cognitive, emotional, need-motivational, value-semantic and connotative components.

Research methods. The study used a set of psychological methods and techniques to identify features of the development of certain components of environmental consciousness of students: methods of observation, surveys (interviews, questionnaires), testing, analysis of their attitudes to nature and behavior, and others. Methods of diagnosing the degree of satisfaction of basic needs in the adaptation of L.P. Zhuravlyova and M.K. Romanova, Value orientations by A.I. Motkov and T.O. Ogneva and others were used as the methods.

The results of the study are planned to be the basis for the development of a program of psychological assistance to the development of environmental consciousness of students, taking into account the balance and interdependence of components of their environmental consciousness in the system of attitudes to social, natural, personal world. It was found that a much higher level of environmental awareness is formed in high school students who have a natural professional orientation of the individual, compared with those who plan to enter secondary higher education institutions of economic and technical profiles.

Conclusions. According to the results of theoretical and experimental research, it is found that the levels of development and content of the components of environmental consciousness of students are determined by their age, gender differences and characteristics of professional orientation of the individual.

Key words: *personality, psychological development, attitude to nature, students of basic secondary education, young men and women.*

Вступ. Суспільство стривожене погіршенням екологічної ситуації на планеті, зростанням кількості природних катаклізмів, що безперечно є наслідком низького рівня розвитку екологічної свідомості людей, зокрема учнівської молоді. Сьогодні в світі й в Україні, поряд з іншими, домінує екологічна криза, яку можна визначити як, в певній мірі, і кризу духовності суспільства, що породжена недостатнім рівнем сформованості свідомості людей і найперше їх екологічної свідомості.

Вихід з такої ситуації, розв'язання назрілих екологічних проблем можливі шляхом вивчення чинників та особливостей деформації екологічної свідомості особистості і, перш за все, молодого покоління, пошуку технологій її гармонізації з природним та соціальним середовищем, перебудови способу життя та поведінки, екологізації та формування її високого рівня в закладах освіти.

Саме тому однією з актуальних науково-практичних проблем психології на сьогодні є вивчення психологічних особливостей розвитку екологічної свідомості в учнів підліткового та юнацького віку у залежності від їх статі, професійної спрямованості та розробка програми формування у них адекватного ставлення до природного, соціального середовища і власного духовного світу.

На сьогодні вивченню екологічної свідомості учнів психологами присвячено недостатньо уваги. Деяко більше досліджень із зазначеної проблеми проведено з учнями підліткового віку (Можаровська, 2019; Вернік, 2004 та ін.) і майже відсутні наукові праці, що присвячені періоду юності. А саме у зазначені періоди онтогенезу відбуваються суттєві зміни в свідомості особистості. Дослідження проблеми екологічної свідомості учнів, на нашу думку, має відбуватись з врахуванням

їх вікових особливостей, соціальної ситуації розвитку, провідної діяльності та психічних новоутворень віку (Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, Д.І. Фельдштейн та ін.).

Теоретичне обґрунтування проблеми. Метою дослідження стало теоретико-експериментальне з'ясування психологічних особливостей сформованості екологічної свідомості у підлітків та старшокласників у залежності від їх статі, професійного вибору і розробка у подальшому програми її корекції. Завданням дослідження було також проведення порівняльного аналізу психологічних особливостей розвитку екологічної свідомості учнів у підлітковому – ранньому юнацькому віці.

Основоположником екологічного підходу в психології особистості є Дж. Гібсон, який наполягав на вивченні психічних процесів людини у природних умовах. Загалом, на нашу думку, поняття екологічної свідомості складне і багатогранне. Воно охоплює осмислення і оцінку людиною своїх можливостей у задоволенні потреб при взаємодії із зовнішнім світом, найперше природним оточуючим середовищем, врахування наслідків її втручання у глобальні процеси, пізнання себе як елемента екологічної системи. Екологічна свідомість – це рівень психічного відображення людиною свого екологічного буття: це її почуття, мотиви, інтереси, вчинки, дії, цінності та діяльність. Ми погоджуємось з думкою науковців про те, що найвищим продуктом, показником екологічної свідомості виступають цінності, смисли, які відображають людину у протиставленні себе оточуючому світу (Гагарин, 2001: 76–94). Саме на вивчення таких аспектів екологічної свідомості учнів і було спрямовано наше дослідження.

Методологія та методи. Одним з методологічних принципів нашого дослідження було

дотримання підходу, що вивчати екологічну свідомість учнів необхідно як сталий особистісний конструкт, наділений відповідними особистісними смислами, ціннісними орієнтаціями, емоційними станами та мотиваційною спрямованістю, що проявляються у відповідній поведінці. А тому, в центрі уваги залишається не навколишнє середовище, а саме свідомість особистості, те, що змушує її мислити, відчувати, переживати стосовно екологічності дійсності, а також сама людина у своєму життєвому середовищі. На це вказують й інші дослідники, зокрема (Шмалей, 1999). Надалі проблеми взаємодії, взаємовпливу та взаємозалежності особистості та середовища, ми будемо розглядати з позиції розвитку її екологічної свідомості, адже умовою такого розвитку є активне залучення людини у світ природи.

У експериментальному дослідженні нами використано систему психологічних методів та методик щодо виявлення особливостей сформованості складових екологічної свідомості учнів: методи спостереження, усного, письмового опитування, тестування, аналіз ставлення учнів до природи, довкілля, їх екологічної поведінки та інші. В комплексі тестових методик нами використано: «Методику діагностики міри задоволеності основних потреб» в адаптації Л.П. Журавльової та М.К. Романової (Журавльова, 2011), «Ціннісні орієнтації», А.І. Моткова та Т.О. Огневої (цит. за Мохаровська, 2019: 76) та ін.

Результати та дискусії. Завданням дослідження було проведення теоретико-експериментального аналізу особливостей сформованості екологічної свідомості в учнів закладів базової та профільної середньої освіти. Базою дослідження слугували заклади загальної середньої освіти м. Вінниці (ЗЗСО № 2, № 30). Загальна вибірка підлітків (учні 7–9-х класів) складала 203 особи, старшокласників – 201 особа.

Оскільки важливим чинником формування свідомості особистості є розвиток її мотиваційної сфери, основу якої складає система потреб, для визначення рівня вираженості потребово-мотиваційного її компоненту (екологічні потреби як власна мотивація; потреба у взаємодії з природою) нами використано «Методика діагностики міри задоволеності основних потреб» в адаптації Л.П. Журавльової та М.К. Романової. Вона давала можливість нам виявляти матеріальні потреби, потреби в безпеці, соціальні потреби, потреби у визнанні та потреби у самовираженні. Зміст методики був доповнений блоком потреб екологічного спрямування: «відчувати і розуміти навколишній Світ», «піклуватися про рослини і тварин», «досягти гармонії зі Світом» та ін.

Ще одним важливим структурним компонентом екологічної свідомості є ціннісно-смысловий компонент (екологічні цінності як частина смислової сфери особистості; ступінь інтеріоризації суспільних екологічних цінностей; екоцентрична спрямованість на світ природи). Вивчення даного компоненту у структурі екологічної свідомості особистості підліткового та юнацького віку ми здійснювали шляхом використання методики «Ціннісні орієнтації» А.І. Моткова та Т.О. Огневої. До значущих компонентів екологічної свідомості особистості ми відносимо й когнітивний компонент (особливості сприймання світу, осмислення екологічних категорій, понять, процесів і явищ, які відбуваються в ньому, екологічних пам'яті, уваги); емотивний (екологічність емоцій та аутоемпатія на рівні особистісного світу; емпатійне ставлення до соціуму; суб'єктне емоційне включення в процес взаємодії зі світом природи); конативний (екоцентрична поведінка особистості).

Основний акцент у своєму дослідженні ми робили на вивчення переважно ціннісно-смысловий сфери підлітків та старшокласників та їх екологічної спрямованості. Подібна спрямованість являє собою комплекс стійких мотивів, що зумовлені потребами і, які лежать в основі орієнтації особистості в навколишньому середовищі.

Загалом розвиток особистості підліткового та юнацького віку можна охарактеризувати через виділення основних та базових умов: психофізіологічний розвиток (психосексуальний розвиток та анатомо-фізіологічна перебудова організму), соціальна ситуація розвитку (система відносин у якій перебуває та розвивається особистість), провідна діяльність (орієнтована на міжособистісне «доросле» спілкування у підлітка та на навчально-професійну спрямованість спілкування у періоді юності), психологічні новоутворення віку (розвиток почуття дорослості, рефлексії у підлітка та формування світогляду, професійних інтересів, самосвідомості у юнаків та юнок).

При переході від підліткового до періоду юності відбуваються суттєві зміни в свідомості особистості, все більше переважає домінування суб'єктного сприйняття навколишньої дійсності. На основі цього зростає значення вчинкового та практичного компонентів взаємодії особистості з навколишнім Світом.

Підлітковий вік визначається перехідним від етапу суб'єктності до етапу об'єктності взаємодії з навколишнім середовищем і характеризується своєю непрагматичністю у ставленні до об'єктів навколишньої дійсності. Домінуючим на цьому етапі стає перцептивно-афективний компонент взаємодії з навколишнім світом, який у юнацькому віці остаточно закріплюється як основний



та базовий компонент взаємодії (Deriabo, 2003). Розвиток екологічної свідомості в учнів закладів базової та профільної середньої освіти можна охарактеризувати через їх ставлення до світу природи.

В учнів 7–9-х класів, як встановлено нами, найбільш психологічно складно формувати екологічну свідомість. У цьому віці переважає домінування об'єктивного уявлення про світ природи та максимальний прояв прагматизму по відношенню до неї. Чітко виокремлюються групи учнів, які характеризуються високо інтенсивним ставленням до світу природи і які відрізняються від більшості однолітків за характеристиками екологічної свідомості. У цей період видозмінюється суб'єктне сприйняття об'єктів зовнішнього середовища: суб'єктно спрямована діяльність змінюється на об'єктну установку по відношенню до оточуючого середовища.

При збереженні елементів суб'єктифікації на цьому етапі, вона вже не є визначальним фактором у ставленні до зовнішніх об'єктів, а інтенсивність цього ставлення є найнижчою серед всіх періодів онтогенезу. Також змінюється й сфера прояву ставлення до навколишнього середовища, а саме притаманний підлітку прагматизм реалізується в конкретних, а іноді неадекватних по відношенню до природи, вчинках.

Старші підлітки не задумуються у більшості випадків над своєю поведінкою, вчинками, не хвилюються про те, чи не зашкодять вони природі, оточуючому середовищу, іншим людям, довкіллю. Для них значущими є поведінка, вчинки, які роблять їх в очах, особливо своїх ровесників, дорослими. Адже почуття дорослості є центральним психологічним новоутворенням підліткового віку. Дорослість у підлітка асоціюється найперше з показниками, досягненнями у вольовому та фізичному розвитку. Моральний зміст поведінки в ставленні до природи, інших людей для них не є таким важливим. Таким чином, аналіз розвитку екологічної свідомості дозволяє констатувати зміну протікання включеності особистості підліткового віку у Світ природи та соціального оточення від інтенсивно непрагматичної суб'єктної взаємодії у молодшому підлітковому до більш прагматичної об'єктної, «дорослої» діяльності у старшому підлітковому віці.

Розвиток екологічної свідомості в підлітковому віці здійснюється по когнітивному та конативному каналам екологічної свідомості, реалізацію останнього, в свою чергу, можна коригувати шляхом включення потребно-мотиваційної та ціннісно-сислової сфери у процеси екологічної діяльності особистості. Натомість, невираженим у цьому віці залишається емотивний компонент екологічної свідомості.

Для старшокласників центральним в особистісному саморозвитку стає погляд у майбутнє, вибір життєвого шляху, професійне, особистісне самовизначення. В контексті цього і формується їх ставлення до природи, навколишньої дійсності, інших людей і до самих себе. У тих юнаків та юнок, у яких смислом, цінністю у їх життєдіяльності є природа, довкілля, значно ефективніше формується й їх екологічна свідомість, і найперше, потребно-мотиваційний, ціннісно-сисловий її компоненти. Зазначене припущення підтверджено результатами нашого письмового опитування та тестування.

В результаті застосування опитувальника, що був розроблений нами на першому етапі дослідження, було зібрано і оброблено значний масив інформації. Отримані дані дозволили виділити групи досліджуваних у залежності від віку, статі, професійної спрямованості учнів. Так, результати опитування підлітків та старшокласників наведені нами в табл. 1.

Аналіз відповідей виявив, що позитивно ставляться до природи 68% підлітків та 72% старшокласників. Проте виявлено, що дещо вищий показник позитивного ставлення до природи у дівчаток та юнок, у порівнянні з хлопцями та юнаками.

Мають домашніх тварин і піклуються про них 66% учнів середніх класів та 76% старшокласників, проте дівчатка та юнки проявляють більшу любов та піклування про домашніх тварин, ніж юнаки та хлопці. Охоче перебувають на природі та милуються нею 78% учнів 7–9-х класів та 81% старшокласників.

Як видно з табл. 1, більше задоволення від спілкування з природою мають старшокласники, ніж підлітки, та особи жіночої статі, у порівнянні з чоловічою. Кожен третій старшокласник, та кожен четвертий підліток надають перевагу проведенню часу у розважальних закладах.

Виявлено достатньо високу соціальну активність підлітків та старшокласників (в середньому близько 80%) Дещо вища така активність у старшокласників, ніж у підлітків та у дівчат і юнок, у порівнянні з юнаками та хлопцями, що зумовлено особливостями їх психофізіологічного розвитку та відмінностями у все зростаючій суспільній активності.

При визначенні категорії «природа» та «ідеальна природа» учні описали їх як: 1) рослини та тварини, 2) те, що оточує та 3) те, що потребує піклування. Відсоткові значення суб'єктивних ознак даних категорій суттєво відрізняються в обох вікових групах. На питання блоку «Що для Вас є природа?» респонденти виділили: рослини, тварини (46% – підлітки, 52% – старшокласники); те, що їх оточує (38% – учнів 7–9-х класів, 42% – юнаки та юнки); те, про що необхідно піклуватися (9% – підлітки та 16% – старшокласники).

Таблиця 1

Ставлення підлітків і старшокласників до природи, оточуючого середовища (у %)

Особливості ставлень учнів	Підлітки		Старшокласники	
	дівчата	хлопці	юнки	юнаки
Прагнення до змін	79	73	82	79
Перевага спілкування з друзями	84	78	83	80
Ставлення до природи:				
Позитивне	70	67	82	76
Наявність домашніх улюбленців	68	64	80	73
Подобається перебувати на природі	83	74	84	78
Природа – це:				
Рослини, тварини	48	43	55	50
Те, що оточує	40	35	43	41
Те, що потребує піклування	14	6	19	13
Ідеальна природа:				
Чиста, гарна	47	48	56	49
Чого не торкалася людина	64	58	69	61
Визначення оточуючого середовища				
Це те, що нас оточує	54	48	70	63
Люди, тварини, рослини	53	52	64	66

За результатами дослідження встановлено, що досить низький рівень усвідомлення як у підлітків, так і старшокласників, важливості піклування, бережливого ставлення до природи. Зазначені результати свідчать про недостатній рівень сформованості в учнів уявлень про довкілля, природне та соціальне середовище і їх інтегрований вплив на здоров'я людини.

Ідеальну природу респонденти описали як чисту та гарну (48% – учні 7–9-х класів та 54% – учні 10–11-х класів); як таку, чого не торкалася людина (60% підлітків та 66% – старшокласники).

Певні відмінності виявлені нами при оцінці учнями показників, які характеризують, описують оточуюче середовище. Так, природу, оточуюче середовище учні описали через категорії «люди, рослини, тварини» та «те, що оточує». Відмінність складають, як відсоткові значення в групах досліджуваних, так і у зіставленні їх зі значеннями виявленими при описі природи. Оточуюче середовище описали, що це люди, тварини, рослини 52,5% підлітків і 65% старшокласників; як те, що їх оточує 50% підлітків та 66% старшокласників відповідно.

Загалом, у підлітків спостерігається рівномірність розвитку інтегральної емпатії впродовж усього вікового періоду. Натомість, у старшокласників простежується незначне збільшення рівня емпатійності. Суттєвих відмінностей у статевій диференціації розвитку інтегральної емпатії не прослідковується. Проте дещо вищу емпатійність схильні проявляти дівчата та юнки.

Отже, встановлено певну тенденцію у ставленнях підлітків та старшокласників до Світу, природи та Інших людей. Так, найбільш значимим для досліджуваних є Світ Інших людей. Стосунки з Іншими підлітки та старшокласники будують через власні конативні канали практичної взаємодії.

Компонентом екологічної свідомості, який ми вивчали був і ціннісно-смысловий. Дослідження ціннісної сфери особистості потребує конкретизації основних моментів проведеного дослідження. Вивчення ціннісних орієнтацій підлітків та старшокласників здійснювалося з використанням методики «Ціннісні орієнтації» та за технологією, представленою в роботі (Можаровська, 2019). Експеримент здійснювався нами за наступними етапами:

1. Визначення головних показників ціннісних орієнтацій (встановлення значимості зовнішніх (СрА) та внутрішніх (СрБ) цінностей, реалізація зовнішніх (СрВ) та внутрішніх (СрГ) цінностей).

2. Обрахунок показників конфліктності реалізації цінностей (визначення показників конфліктності реалізації зовнішніх (Кзовн = СрА – СрВ), внутрішніх (Квнут = СрБ – СрГ) та всіх цінностей (Кзовн + Квнут)).

3. Вивчення атрибуції причин реалізації цінностей (визначено домінуючі причини: зовнішні обставини (ВО), природні дані (МПД), власні зусилля (СУ); визначено показники впливу зовнішніх обставин на реалізацію зовнішніх та внутрішніх цінностей; внутрішніх причин (природні дані та власні зусилля) на реалізацію внутрішніх та зовнішніх цінностей;



окремо визначено показники впливу зовнішніх та внутрішніх причин на реалізацію всіх цінностей).

4. Додатково обраховано сумарний показник впливу внутрішніх причин на реалізацію цінностей; порівняно даний показник з показником впливу зовнішніх обставин на реалізацію цінностей (див. табл. 2).

В результаті аналізу показників міри значущості екологічних цінностей виявлено, що для старшокласників ці цінності є дещо вагомішими ($X_{\text{знач.}} = 4,56$), порівняно з підлітками ($X_{\text{знач.}} = 4,27$). Аналогічна тенденція простежується, як для юнаків, так і юнок, у порівнянні хлопцями та дівчатами (відповідно $X_{\text{знач.}} = 4,46$, $X_{\text{знач.}} = 4,68$).

В дослідженні, на основі тестування, бесід встановлено, що міра значущості екологічних цінностей для учнів з віком дещо зростає. Це є свідченням позитивного розвитку з переходом від підліткового до юнацького віку потребова-мотиваційного та ціннісно-смыслового компонентів екологічної свідомості особистості.

Показники міри реалізації екологічних цінностей, в порівнянні з показниками їх значущості, в учнів є дещо нижчими і становлять у підлітків $X_{\text{реаліз.}} = 3,28$, у старшокласників – $X_{\text{реаліз.}} = 4,30$. У юнацькому віці показники реалізації екологічних цінностей вищі ніж у підлітків майже на 30%. Це свідчить про

суттєве зростання при переході від підліткового до юнацького віку мотиваційної та вольової складової екологічної свідомості. Виявлені також і статеві відмінності у показниках реалізації екологічних цінностей учнів. Так, у дівчат і юнок, у порівнянні з хлопцями та юнаками, значно вищі значення цих показників. Це є свідченням більш високого темпу як їх психофізіологічного розвитку, так і соціального розвитку, більш активної участі учениць, у порівнянні з хлопцями та юнаками, у процесах соціалізації та екологізації.

Цікавим у науковому плані було вивчення показників конфліктності реалізованості екологічних цінностей у досліджуваних групах. Нами встановлено, що у підлітків цей показник вищий ($X_{\text{конфл.}} = 0,31$), у порівнянні з старшокласниками ($X_{\text{конфл.}} = 0,19$). Аналіз конфліктності цінностей в учениць 7–11-х класів, з віком поступово зменшується від $X_{\text{конфл.}} = 0$, у підлітковому віці до $X_{\text{конфл.}} = 0,19$ – в старшому шкільному віці. Пік конфліктності цінностей у хлопців-підлітків припадає на кризу 13 років і суттєво знижується в старшому шкільному віці. Це зумовлено, насамперед, особливостями психофізіологічного, вікового розвитку особистості в цьому періоді.

Аналізуючи результати дослідження загальної вибірки учнів, ми дійшли висновку про достатньо високі показники міри значущості

Таблиця 2

Міри значущості, реалізації та конфліктності здійснення екологічних цінностей у підлітковому та юнацькому віці (у балах)

Категорія учнів		Показники екологічних цінностей	Значення показників екологічних цінностей
Підлітки	Хлопці	$X_{\text{знач.}}$	4,25
		$X_{\text{реаліз.}}$	3,26
		$X_{\text{конфл.}}$	0,31
	Дівчата	$X_{\text{знач.}}$	4,29
		$X_{\text{реаліз.}}$	3,29
		$X_{\text{конфл.}}$	0,32
	Увесь загал	$X_{\text{знач.}}$	4,27
		$X_{\text{реаліз.}}$	3,28
		$X_{\text{конфл.}}$	0,31
Старшокласники	Юнаки	$X_{\text{знач.}}$	4,46
		$X_{\text{реаліз.}}$	4,20
		$X_{\text{конфл.}}$	0,19
	Юнки	$X_{\text{знач.}}$	4,68
		$X_{\text{реаліз.}}$	4,40
		$X_{\text{конфл.}}$	0,17
	Увесь загал	$X_{\text{знач.}}$	4,56
		$X_{\text{реаліз.}}$	4,30
		$X_{\text{конфл.}}$	0,19

Примітка: $X_{\text{знач.}}$ – міра значущості цінностей; $X_{\text{реаліз.}}$ – міра їх реалізації; $X_{\text{конфл.}}$ – конфліктність реалізованості цінностей.

Таблиця 3

Особливості атрибуції причин реалізації екологічних цінностей у підлітків та старшокласників (у балах)

Категорія учнів	Причини реалізації екологічних цінностей	Показники атрибуції причин реалізації:
Хлопці	ЗО	4,5
	ВПД	4,8
	ВЗ	4,0
Дівчата	ЗО	4,8
	ВПД	4,5
	ВЗ	4,1
Загалом	ЗО	4,65
	ВПД	4,65
	ВЗ	4,05
Юнаки	ЗО	4,4
	ВПД	4,3
	ВЗ	4,5
Юнки	ЗО	4,6
	ВПД	4,25
	ВЗ	4,4
Загалом	ЗО	4,5
	ВПД	4,3
	ВЗ	4,4

Примітка: ЗО – зовнішні обставини; ВПД – власні природні дані; ВЗ – власні зусилля.

та реалізації екологічних цінностей і порівняно високу конфліктність їх реалізованості в підлітковому віці. Спостерігається тенденція до зниження конфліктності реалізованості та збільшення вірогідності реалізації екологічних цінностей в онтогенезі при переході від підліткового до юнацького віку.

Вивчаючи атрибуцію чинників реалізації екологічних цінностей в учнів, встановлено, що найбільше посилення на здійснення екологічно значущої діяльності підлітки та старшокласники роблять на зовнішні обставини та власні природні сили (див. табл. 3).

Причому, у дівчат та юнок показник покладання на зовнішні обставини значно вищий (відповідно ЗО = 4,8 балів та ЗО = 4,6 балів), у порівнянні з хлопцями та юнаками (відповідно ЗО = 4,5 бали, ЗО = 4,4 бали). Найвищого значення надають зовнішнім обставинам у реалізації екологічних цінностей учні підліткового віку.

Атрибуція власних природних даних представлена найвищими показниками впродовж підліткового віку. З дорослішанням учні все більше усвідомлюють роль особистісного фактору у реалізації екологічних цінностей особистості. Так у старшокласників, у юнаків та юнок, зазначені показники досягають рівнів відповідно ВПД = 4,3; ВПДв = 4,25. При цьому суттєво зростають з віком показники атрибуції власних зусиль учнів у досягненні екологічних цінностей (ВЗпідл. = 4,05; ВЗстаршокл. = 4,4).

Загалом по мірі включення підлітків у екологічно суспільно-значущу діяльність у підлітків закладаються основи розуміння світу, ролі природного чинника у створенні умов для повноцінного розвитку особистості та індивідуальних ресурсів людини щодо позитивного впливу на довкілля, природне середовище, зміну власного світу.

За результатами дослідження виявлено суттєві відмінності в рівнях екологічної свідомості у старшокласників з різною професійною спрямованістю. Так, в учнів, які мають спрямованість особистості на природу і які планують у майбутньому навчатись у закладах вищої освіти (ЗВО) природничого напрямку (аграрні, лісничі, екологічні тощо), позитивна спрямованість на природу виявлена у 98% опитаних, показник міри значущості екологічних цінностей Хзнач. становив 4,92. Значно нижчі такі показники у старшокласників, які планують вступати відповідно в технічні (64%, Хзнач. = 4,42), економічні (62%, Хзнач. = 4,44) ЗВО. За результатами бесід, інтерв'ю із старшокласниками встановлено, що для юнаків та юнок, які планують працювати у майбутньому фахівцями економічного, інженерного напрямку значущість спілкування з природою, довкіллям не є актуальною особистісною потребою, їх у більшій мірі захоплює спілкування в системі «людина – знакова система» та «людина – техніка». Достовірність відмінностей



у показниках розвитку екологічної свідомості різних категорій учнів перевірялась нами шляхом використання t-критерію Стьюдента і знаходилась в межах $0,01 \leq p \leq 0,05$.

Висновки. За результатами теоретико-експериментального дослідження встановлено, що екологічна свідомість особистості є складним її психологічним новоутворенням і представляє єдність та взаємозв'язок таких її компонентів як когнітивного, потребово-мотиваційного, ціннісно-смыслового, емотивного та конативного.

Експериментально виявлено, що рівні розвитку та зміст компонентів екологічної свідомості учнів детермінуються їх віковими, статевими

відмінностями та особливостями професійної спрямованості особистості. Найбільші проблеми з розвитком екологічної свідомості учнів в освітньому процесі виявлені з формуванням їх ціннісно-смыслового та потребово-мотиваційного компонентів. Особливої уваги науковців та практиків потребує процес формування екологічної свідомості особистості у підлітковому віці.

Предметом подальших наукових пошуків може стати дослідження рівня сформованості екологічної свідомості у студентів ЗВО та розробка і експериментальна апробація програми корекції екологічної свідомості учнів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Журавльова Л. П. Діагностика емпатії особистості зрілого віку. Психологічні перспективи. *Спеціальний випуск. Психологічні виміри українського соціокультурного простору*. Київ, 2011. С. 12–19.
2. Вернік О. Л. Психологічні особливості образу довкілля в свідомості підлітків : дис. канд. психол. наук : 19.00.07 ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2004. 196 с.
3. Гагарин А. В. Воспитание природой. Москва : МГППИ, 2001. 201 с.
4. Можаровська Т. В. Психологічні особливості розвитку екологічної свідомості підлітків з деструктивних сімей : дис. канд. психол. наук : 19.00.07 ; ПНПУ. Одеса, 2019. 216 с.
5. Шмалей С. В. Екологічна особистість. Київ : Бібліотека офіційних документів, 2005. С. 203–204.
6. Deriabo S. Culture. Ecologie. Pedagogical Process. Daugavpils : Saule, 2003. С. 18–19.

REFERENCES:

1. Zhuravlova, L. P. (2011). Diagnostyka empatii osobystosti zriloho viku [Diagnosis of mature personality empathy]. *Psykhologichni perspektyvy. Spetsialnyi vypusk. Psykhologichni vymiry ukrainskoho sotsiokulturnoho prostoru*. Kyiv, 12–19 [in Ukrainian].
2. Vernik O. L. (2004) *Psykhologichni osoblyvosti obrazu dovkillia v svidomosti pidlitkiv* [Psychological features of the image of the environment in the minds of adolescents]. *Dysertatsiya kandydata psykhologichnykh nauk: 19.00.07. In-t psykhologii im. H. S. Kostiuca APN Ukrainy.* – Kyiv. [in Ukrainian].
3. Naharyn A. V. (2001) *Vospytanye pryrodoy* [Education by nature]. Moskva : Moskovskiy gorodskoy psikhologo-pedagogicheskiiy institut [in Russian].
4. Mozharovska T. V. (2019). *Psykhologichni osoblyvosti rozvytku ekolohichnoi svidomosti pidlitkiv z destruktivnykh simei* [Psychological features of the development of ecological consciousness of adolescents from destructive families]: *Dysertatsiya kandydata psykhologichnykh nauk: 19.00.07. PNP. Odessa* [in Ukrainian].
5. Shmalei S. V. (2005) *Ekolohichna osobystist* [Ecological personality]. Kyiv : Biblioteka ofitsiinykh dokumentiv [in Ukrainian].
6. Deriabo S. (2013) *Culture. Ecologie. Pedagogical Process. Daugavpils : Saule, S. 18–19.*

*Стаття надійшла до редакції 21.01.2022.
The article was received 21 January 2022.*

СЕКЦІЯ 3. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ;
ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИУДК 316.643.2
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-8**ДВІ ХВИЛІ ПАНДЕМІЇ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ
СОЦІАЛЬНИХ ТА ПОЛІТИЧНИХ ОЧІКУВАНЬ УКРАЇНЦІВ****Кочубейник Ольга Миколаївна,**
провідний науковий співробітник*Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України*kochubeynyk@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-6460-8494>**Яровий Дмитро Олександрович,**
викладач кафедри публічного врядування
*Університет «Київська школа економіки»*dmytro.iarovyi@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5848-7785>

Мета. Статтю присвячено вивченню відмінностей соціальних та політичних очікувань, що сформувалися в українців в умовах режимно-обмежувальних заходів та пов'язаних зі зміною особистісних оцінювань ризиків, загроз та переживань, спричинених надзвичайною ситуацією.

Методи. Дослідження, організоване як квазіексперимент із незв'язаними вибірками, проводилося у два етапи (березень 2020 р. та вересень 2020 р.). Вимірювання змінних (оцінювання ризиків, загроз, переживань, соціальних та політичних очікувань) здійснювалося за допомогою розширеної шкали Лайкерта. Вибіркові сукупності формувалися за допомогою онлайн-опитування (а саме «вибірки, керованої респондентом») із дотриманням процедур забезпечення репрезентативності. Фокус уваги в інтерпретації отриманих результатів було поставлено на тому, якими можуть бути наслідки цих відмінностей у разі прогнозування соціальної та політичної поведінки громадян.

Результати. Встановлено, що актуалізація негативних соціальних та політичних очікувань у суспільстві відбулася на тлі нечіткості кроків з протидії пандемії, непередбачуваності та відсутності пояснень у змінах режиму функціонування економіки тощо, а тому песимізм чи оптимізм оцінювань пов'язаний не з особистісними настановленнями, а реальним віддзеркаленням подій. Стверджується, що посилення негативних алоцентричних переживань на тлі високого оцінювання соціальних, політичних й особистісних загроз та ризиків може провокувати загострення соціального протистояння, зростання напруженості та конфлікти, а також перешкоджати встановленню суспільної злагоди та соціальної солідарності.

Висновки. Соціальні очікування є компонентом системи регуляції соціальної поведінки особистості (взаємодії в групі, суспільстві), що діють як узгоджена система вимог щодо норм, позицій, соціальних ролей. Варіативність реакцій на конкретний перебіг подій, яка є властивістю диференційованого суспільства, сприяє утворенню і розвитку складної розгалуженої системи соціальних очікувань у суспільстві, виявляючись чинником динамічних процесів у ньому. Суспільство потребує впровадження цілеспрямованої програми психологічної протидії та профілактики явищ, що можуть виявитися провокаторами соціальних деструкцій.

Ключові слова: трансформація повсякденності, соціальна солідарність, егоцентричні та алоцентричні переживання, пандемія, режимно-обмежувальні заходи.



TWO WAVES OF THE PANDEMIC: A COMPARATIVE ANALYSIS OF THE SOCIAL AND POLITICAL EXPECTATIONS OF UKRAINIANS

Kochubeynyk Olga Mykolaivna,

Leading Researcher

*Institute for Social and Political Psychology,
National Academy of Educational Sciences of Ukraine*

kochubeynyk@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6460-8494>

Iaroyvi Dmytro Oleksandrovych,

Lecturer at the Chair of Public Governance

University "Kyiv School of Economics"

dmytro.iaroyvi@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-5848-7785>

Purpose. The article covers the analysis of differences in social and political expectations of Ukrainians, which have evolved under the restrictive measures and have been related to the change of risks, threats and experiences personal assessments in the emergency situation.

Methods. The study, organized as a quasi-experiment with unrelated samples, was undertaken in two steps, the first of which was in March 2020, and the second – in September 2020. Variables were measured by using an extended Likert scale to assess risks, threats, experiences, social and political expectations. Sample populations were formed by using an online survey (namely, “respondent-driven sampling”) in compliance with the procedures ensuring representativeness. The focus of the results interpretation was on the consequences which might occur for predicting of the citizens’ social and political behavior.

Results. It was determined that the actualization of negative social and political expectations in society had taken place due to the background of unclear pandemic control actions, unpredictability, and lack of interpretation for changes in the economic regime, etc. Therefore, the pessimism or optimism of the assessments is related not to personal attitudes, but to a real reflection of events. It was argued that the intensification of negative allocentric experiences against the background of high assessments of social, political and personal threats and risks could provoke exacerbation of social confrontation, increase tensions and conflicts, as well as hinder the establishment of social consensus and social solidarity.

Conclusions. Social expectations are interpreted as the individual’s components of the system of social behavior regulation (of the interaction in group or society), acting as a coherent system of requirements for norms, positions, social roles. It is shown that, as an attribute of a differentiated society, the variability in reactions to a specific course of events contributes to the formation and development of a complex ramified system of social expectations, being a factor of dynamic processes in the society itself. It was considered that society needed the implementation of a targeted program for psychological counteraction and prevention of phenomena that might provoke social destruction.

Key words: *transformation of everyday life, social solidarity, egocentric and allocentric experiences, pandemic, quarantine restrictions.*

Постановка проблеми. Соціальні зміни, що викликані пандемією COVID-19, становлять значний інтерес для соціальної та політичної психології, оскільки фактично є ситуацією для вивчення ресурсів колективної дії/співпраці у всесвітньому масштабі. До цього часу різні техногенні катастрофи (Чорнобильська АЕС, Фукусіма) та природні лиха (тайфуни, цунамі, виверження вулкана, землетруси) були локальними, решта світу залишалася неураженою, стабільною, могла надавати допомогу постраждалим регіонам. Після 30 січня 2020 року, коли Всесвітня організація охорони здоров’я (ВООЗ) оголосила спалах COVID-19 глобальною надзвичайною ситуацією, всі країни світу водночас виявилися зонами ураження, і уряди більшості країн ввели примусові захисні заходи: закриття кордонів, обмеження на рух транспорту (в окре-

мих випадках навіть комунального), заборона на зібрання, різні форми карантину чи самоізоляції. Такі зміни вплинули на свідомість великих груп та окремих осіб, викликавши появу образу глобальної катастрофи.

В українських соціально-політичних реаліях, які нині характеризуються військовим протистоянням на Сході України, високим ступенем ентропії у державному управлінні та негативним балансом довіри до всіх популярних політиків, державного апарату та найвищих державних органів, сприйняття громадянами таких соціальних змін може мати певні специфічні риси. Зокрема, для дослідження цікаво розглянути сприйняття респондентами потенційних викликів (посилення авторитарних тенденцій, зростання протестного потенціалу, ухвалення непопулярних нормативних актів тощо) та можливостей (покращення

онлайн-освіти, модернізація медичної системи, спрощення електронного документообігу тощо). Це дозволить зрозуміти, наскільки песимістичною чи оптимістичною є позиція громадян за окремими напрямками соціальних очікувань та на цій підставі вносити корективи у порядок денний різних соціальних та політичних інституцій.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми.

Внаслідок введення різних режимно-обмежувальних заходів людям довелося спішно засвоювати нові норми співжиття, адаптуватися до нової реальності, *фактично формуючи нову буденність*. Відповідно, істотним чином це позначилося на соціальних очікуваннях, оскільки останні є обов'язковим та невід'ємним компонентом повсякденності.

Соціальні очікування як поняття здебільшого маркує суб'єктивні орієнтації у вигляді сукупності соціальних настановлень, стереотипів поведінки, оцінок, що поділяються членами спільноти або суспільства загалом з приводу значущих подій, забезпечуючи когнітивну, емоційну і поведінкову готовність індивідів до цих подій. Вони можуть бути представлені і як елемент громадської думки, що має специфічні властивості: відображаючи суспільну ситуацію, ґрунтуючись на наявних соціальних, політичних, економічних і духовних умовах, соціальні очікування водночас прогнозують напрями соціальних змін. Загалом соціальні очікування виступають як компоненти системи регуляції соціальної поведінки, взаємодії в групах, суспільстві. Зазвичай вони є неформалізованими, але діють як узгоджена система вимог щодо норм виконання індивідом соціальних ролей. Так, І.С. Попович подає багатовимірність системи соціальних очікувань через їхню інтерпретацію як базового психологічного механізму саморегуляції поведінки особистості, як складника ціннісно-сміслової сфери та як складника комунікативно-рольової взаємодії особистості (Попович, 2017). (Верифікацію цієї теоретичної побудови представлено у таких працях: Роровуш, Влупова, 2019; Роровуш, 2019). З іншого боку, варіативність реакцій на конкретний перебіг подій, яка є властивістю диференційованого суспільства, сприяє утворенню і розвитку складної розгалуженої системи соціальних очікувань у суспільстві, яка постає чинником динамічних процесів у ньому. Зрозуміло, що, порушивши структуру повсякденності, пандемія порушила і систему соціальних очікувань і щодо норм регуляції повсякденної взаємодії між особами, і щодо більш емних інтеракцій (держава, влада, політика, економіка тощо). Але очевидність згаданих порушень не знімає питання про їхні змістові особливості, оскільки наявність такої інформації дозволить розробити більш

ефективну програму психологічної допомоги особам, для яких зміни подолали поріг адаптивних спроможностей. На вирішення цієї проблеми і спрямоване це дослідження.

Зміни соціальної нормативності як регулятора повсякденності, а також різнорівневі чинники конструювання «пандемійного» порядку соціальності привертають увагу фактично у всіх сферах наукового знання. Так, предметом спеціальної уваги виявилася роль соціальних норм у процесі неоднорідності поширення інфекції (зокрема, ранньої динаміки передачі COVID-19), де аналізувалися і глобальні соціальні дані (культурні цінності, показники благополуччя та ефективність дій уряду) і такі змінні, як кліматична зона, економічні показники або доступність та якість медичної допомоги та якість (Kapitány-Fövényi et al., 2020). Взаємозв'язок між змінами в діяльності та мобільності, що відбуваються у відповідь на COVID-19, дали можливість вивчити вплив різних форм мобільності на захворюваність (Sulyok et al., 2020). Особливості змісту та структури практик повсякденності бідних верств населення, зв'язок цих практик із негативними соціальними наслідками від пандемії, а також стратегії подолання останніх висвітлено на прикладі сільських мігрантів Китаю (Tang et al., 2020). Ефективність дотримання заходів соціального дистанціювання, особливо їхня залежність від навичок самоконтролю та опанування особистістю станів нудьги (реструктуризації способів виконання професійних функцій та наявності розвинених дозвіллевих практик), вивчалася залежно від тривалості та жорсткості карантинних обмежень (Martarelli et al., 2020). Однак якщо більшість згаданих досліджень концентрувалися на тих чи тих регулятивних аспектах соціальних норм та очікувань, то **метою пропонованого дослідження** є вивчення змін, що відбулися у соціальних настроях та очікуваннях населення України протягом першої та другої пандемійних хвиль.

Пошук відповіді на питання: що змінилося у соціальних очікуваннях українців за шість місяців життя в умовах карантинних обмежень різного ступеня жорсткості, передбачав виконання таких **завдань** дослідження, які стосувалися оцінювання того: 1) які саме загрози та ризики сприймаються населенням найбільш напружено; 2) у яких сегментах соціальної реальності відмінності у очікуваннях змінилися найбільш виразно. Фокус уваги в інтерпретації отриманих результатів було поставлено на тому, які це може мати наслідки для прогнозування соціальної та політичної поведінки громадян. Дослідження проводилося у дві хвилі, перша з котрих – березень 2020 р., друга – вересень 2020 р., та організоване як квазіексперимент із незв'язаними вибірками.



2. Методологія та методи. Значною проблемою в організації дослідження було формування вибірових сукупностей, оскільки карантинні обмеження обох періодів унеможливили використання традиційних технологій такого формування, які забезпечують репрезентативність вибірки (із подальшою можливістю екстраполяції отриманих результатів на генеральну сукупність).

Отримання емпіричних показників проводилося за допомогою онлайн-опитування, ґрунтованого на процедурах вибірок, керованих респондентом (*respondent-driven sampling*). І оскільки такий спосіб формування вибірки є доволі дискусійним, особливо у соціальній психології, зазначимо, що у методичному сенсі ми поділяємо точку зору тих дослідників, які вважають, що наймовірніші онлайн-опитування не замінюють досліджень, де застосовується проста випадкова вибірка, але доповнюють інструментарій дослідника новими практиками (такими як вивчення нечисленних, нових, прихованих або недоступних субпопуляцій, робота з якими неможлива за допомогою традиційних процедур) (Lehdonvirta et al., 2020).

Крім того, у працях, що рефлексують досвід організації таких досліджень, зазначається, що важливим шляхом забезпечення їхньої якості є застосування до популяцій, межі яких можуть бути задані невеликою кількістю ознак і для яких характерна висока щільність внутрішньогрупових зв'язків (студенти університету, професійні групи тощо). Другою умовою забезпечення якості є кількість циклів рекрутування респондентами один одного, внаслідок щільності міжособових контактів склад фінальної вибірки у разі досягнення рівноваги стає незалежним від того, яким був набір первинних респондентів (*seeds*). Третьою умовою є дотримання методичних правил, пов'язаних з вибором первинних респондентів, а саме вибір соціально активних членів групи для «входження» у групу, врахування територіального розміщення (різні групи, що мають становити цільову генеральну сукупність; вибір первинних респондентів, максимально гетерогенних за соціально-демографічними ознаками, що забезпечує урізноманітнення соціальних зв'язків) (Heckatorn 1997; Salganik et al., 2004; Weinert et al., 2008). Дотримання згаданих умов дозволяє забезпечити адекватний перехід від вибірки-«посіву» до ймовірнісної вибірки, що дозволяє екстраполювати отримані висновки на інші сукупності та генеральну вибірку загалом. Наведені аргументи, на наш погляд, виправдовують використання вибірки, керованої респондентом, у презентованому дослідженні з огляду на режимно-обмежувальні заходи у країні.

Для отримання необхідних вимірювань було розроблено інструмент, що містив блоки

питань, спрямовані на: 1) ідентифікацію певних демографічних, соціальних та поведінкових особливостей опитуваних; 2) оцінювання інтенсивності загроз, ризиків та переживань, спричинених пандемією; 3) діагностику соціальних очікувань та прогнозування майбутніх змін. Зокрема, для вимірювання інтенсивності загроз, ризиків та переживань, спричинених пандемією, досліджуваних просили відповісти, якою мірою ситуація епідемічної небезпеки постає особисто для них як загроза, ризик або якою мірою ситуація епідемічної небезпеки для них супроводжується певним переживанням. Респондентів просили здійснити оцінювання за допомогою рангової семибальної шкали, де «1» – мінімальний, а «7» – максимальний прояв оцінюваного прояву. Зокрема, оцінювання загроз та ризиків здійснювалося для таких проявів, як загроза життю, загроза почуттю власної гідності, загроза фінансовому благополуччю, загроза особистому майбутньому, загроза здоров'ю близьких, загроза політичній стабільності в країні, загроза економічній стабільності в країні, загроза стабільності у світі загалом, ризик втрати близьких, ризик втрати душевної рівноваги, ризик втрати почуття безпеки, ризик втрати працездатності, ризик втрати довіри до оточення, ризик втрати почуття захищеності, ризик втрати потреби у спілкуванні, ризик втрати робочого місця. Оцінювання емоційних станів передбачало шкалування таких проявів, як переживання тривоги, переживання почуття безсилля, переживання невпевненості в майбутньому, висока дратівливість, відчуття ворожості з боку оточення, нерозуміння іншими, розчарування в людях, розчарування в діях уряду, погіршення власного здоров'я.

Наступний крок дослідження – оцінювання суспільних очікувань, що стосувалися різних соціальних чи політичних реалій. Для вимірювання також використовувалася порядкова шкала, досліджувані отримали інструкцію: «Оцініть, наскільки ймовірним є настання різних подій у країні після епідемії (де «1» – відсутність ймовірності, «7» – гарантоване настання події)». Зокрема, пропонувалося оцінити можливість настання 20 подій: 1) вдосконалення системи охорони здоров'я; 2) ухвалення законопроектів і державних програм, що сприятимуть розвитку ділової активності; 3) ухвалення «непопулярних» законів; 4) збільшення інформаційної відкритості й прозорості у суспільстві; 5) зміцнення державної влади; 6) збільшення соціальної напруженості всередині країни; 7) збільшення зовнішньополітичної напруженості, конфлікти з іншими країнами; 8) зростання цін та інфляція; 9) зниження життєвого рівня; 10) порушення балансу в природі й поява нових смертоносних захворювань;

11) масштабні економічні збитки; 12) ескалація військових дій; 13) завдання моральної шкоди населенню невинними «карантинними» діями; 14) зростання недовіри до влади; 15) посилення авторитарних тенденцій серед управлінських еліт; 16) посилення протестних настроїв; 17) самоорганізація громадянського суспільства; 18) масовий перехід на електронний документообіг; 19) розвиток онлайн-освіти; 20) зміна міграційних правил.

Зважаючи на отримані дані, можемо стверджувати, що на початку «першої хвилі» модальною характеристикою для десяти індикаторів суспільного настрою виявилось максимальне оцінювання загроз чи ризиків. Фактично початок березня – це панічні настрої. Якщо говорити про причини, то насамперед слід говорити про спалах інфодемії та брак достовірної інформації, яка стосувалася походження вірусу та засобів лікування, а також перенасиченість інформаційного простору доволі панічними повідомленнями про важкість хвороби та пов'язаний із цим рівень смертності. Крім того, локдаун у максимальному ступені унеможлилював функціонування практик повсякденності, що поєднувалося зі складнощами адаптування до таких різких змін. Сумарно все, що відбувалося, дезактивувало наявний досвід як окремої особи, так і спільноти (суспільства загалом). Перша хвиля пандемії – це соціальна реальність, що змінилася загрозливо, неприємно, масштабно, повсюдно, наскрізно, різко, непередбачувано.

3. Результати та дискусії. «Друга хвиля» пандемії, хоча й виявилася дещо м'якшою за своїм рівнем оцінювання загроз та ризиків, адже лише шість параметрів із шістнадцяти мають максимально можливий показник, проте це не позначилося на значущості оцінок ризиків та загроз. Лише для трьох параметрів виявлено значущі відмінності у характері розподілення ознаки, а саме: «загроза фінансовому благополуччю» ($U_{\text{емп}} = 89656,5$, $p < 0,05$), «загроза політичній стабільності в країні» ($U_{\text{емп}} = 72173,5$, $p < 0,000$), «загроза економічній стабільності в країні» ($U_{\text{емп}} = 83102,5$, $p < 0,000$). Отже, загальний фон оцінювання загроз та ризиків у суспільстві не змінився, залишається високим, що означає наростання психічних станів, пов'язаних із виснаженням та психосоматизацією (ПТСР, депресія, апатія, розпач тощо).

Крім того, нами було проаналізовано зміни, що відбулися в оцінюванні емоційних станів (зокрема, переживань), серед яких: «переживання тривоги», «переживання почуття безсилля», «переживання невпевненості в майбутньому», «висока дратівливість», «відчуття ворожості з боку оточення», «нерозуміння іншими», «розчарування в людях», «розчару-

вання в діях уряду», «переживання з приводу можливості погіршення власного здоров'я». Тут важливо акцентувати увагу на тому, що у показниках параметрів, які ідентифікують егоцентровані переживання, попри зміни модальних характеристик, не відбулося значущих змін у характері розподілення ознаки ($p > (0,236-0,093)$). Однак для вимірів, які дають можливість ідентифікувати інтенсивність алоцентричних переживань, відбулися статистично значущі зміни у характері розподілення ознаки, до того ж у напрямі збільшення сум рангів у показниках «другої хвилі» ($p < (0,033-0,001)$).

Нині підкреслимо, що алоцентричні переживання (переживання, пов'язані із присутністю іншого – реального або символічного) забезпечують міцність і характер соціальних контактів, що результує в остаточному підсумку у особливості взаємодії різних соціальних інституцій. На основі аналізу отриманих показників слід зробити висновок, що «друга хвиля» є хвилею наростання негативних емоцій щодо іншого. І це, на наш погляд, є доволі небезпечним для країни, де недавня соціальна історія характеризується неодноразовою поляризацією суспільства з приводу визначальних подій (ставлення до Революції Гідності, анексії Криму, воєнного конфлікту на Сході країни тощо).

Тепер висвітлимо відмінності у соціальних та політичних очікуваннях українців, що оформилися протягом півріччя під дією режимно-обмежувальних заходів. На основі порівняльного аналізу, здійсненого за допомогою критерію U-Манна – Вітні, можемо виокремити кілька параметрів, де відбулися зміни (як зростання напруження, так і його послаблення).

Інтенсивність очікування «ухвалення *«непопулярних» законів»* виявилася вищою під час першої хвилі ($U_{\text{емп}} = 81442,0$; $p < 0,000$), що цікаво, зміни відбулися за рахунок зміщення модальної характеристики. Якщо навесні 24% опитаних оцінювали можливість такої дії як гарантоване настання події, то восени більша частка опитуваних (18%) таку дію оцінювала як менш можливу. Це може бути пов'язане з тим, що такі нормативні акти не були прийняті, і умови адаптивного карантину, які спочатку були справді жорсткими, згодом пом'якшувалися або ставали гнучкими.

Очікування *«збільшення соціальної напруженості всередині країни»* також стало меншим ($U_{\text{емп}} = 186898,0$; $p < 0,035$), про що свідчать зміни медіанних та модальних показників розподілень.

Пом'якшився негативізм стосовно очікувань *«зростання цін та інфляція»* ($U_{\text{емп}} = 182260,5$; $p < 0,000$), *«зниження життєвого рівня»* ($U_{\text{емп}} = 186744,0$; $p < 0,026$) та *«масштабні*



економічні збитки» (Uemp = 183650,0; $p < 0,002$). Оскільки модальні показники для всіх вимірів не змінилися і є максимально високими, хоча їхня відсоткова динаміка є низхідною (у першому випадку частка модального показника змінилася з 53,7% до 40,1%, у другому – з 50,3% до 40,6%, у третьому – з 52% до 39,7%), проте медіанні показники дають підстави стверджувати, що загалом спільнота перебуває у стані тривожних очікувань стосовно свого фінансового благополуччя. Такі очікування можуть бути наслідком непередбаченості політики держави в економічних питаннях: зокрема, запровадженні карантинних обмежень для бізнесу в надкороткі терміни без можливості підготуватися до них з точки зору процесів, і, відповідно, потенційне зростання цін для населення через ускладнення процесів та потребу покрити збитки.

Пом'якшилася напруга щодо *«ескалації військових дій»* (Uemp = 185428,5; $p < 0,013$), до того ж і за модальним, і за медіанним показниками, що можна розцінювати як послаблення дії провокаторів панічних настроїв, а отже, зменшення нераціональних, диктованих страхом, дій у спільності. Такої ескалації, справді, не відбулося на масовому рівні, тому зниження очікувань має раціональний характер, обґрунтований практикою.

Досить алармістський характер, на наш погляд, мають зміни, що відбулися стосовно *«завдання моральної шкоди населенню невинуватими «карантинними» діями»* (Uemp = 181275,0; $p < 0,000$). Якщо весняна мода (20%) засвідчувала, що більша частка вибірки вважає карантинні дії нешкідливими, то восени ситуація змінилася на діаметрально протилежну: 21,8% досліджуваних зазначили, що очікують моральної шкоди від карантинних заходів. (Що узгоджується зі зростанням різного роду незадоволень щодо тих чи тих обмежень, і не лише в Україні). Тривалість обмежень виявляється занадто втомливою. Не в останню чергу ця втома позначилася, на наш погляд, і на тому, що зросли негативні очікування у вимірі, який стосується *«зростання недовіри до влади»* (Uemp = 184913,0; $p < 0,008$), яка неспроможна швидко та ефективно повернути країну до звичного укладу життя. (Зрозуміло, інша частка таких настроїв спричинена і власне політичними діями влади, яка з різних причин і на різних рівнях потрапляє під дискредитацію). Якщо говорити про дискредитацію, то прикладами цього можуть бути визнання головного санітарного лікаря В. Ляшка, що деякі заходи (такі як закриття парків для прогулянок) мали більше психологічний ефект, аніж санітарний (РБК-Україна, 10 травня 2020), чи гучні скандали про особливі правила роботи для окремих представників бізнесу («Ya do Koli», 24 April 2020). Таке

визнання і поширення інформації про нього в ЗМІ також могло змінити ставлення до «жорсткості» заходів та «обов'язковості» їх дотримання.

Формально зменшилося очікування *«посилення протестних настроїв»* (Uemp = 187196,0; $p < 0,044$), проте медіанні й модальні характеристики залишаються високими, отже, не слід очікувати стабілізації цієї тенденції. Соціально-політичні протести в Україні протягом зазначеного періоду справді мали місце, але не виходили на високий рівень і швидко «сходилили».

Як більш вірогідні, порівняно із весною, на початку «другої хвилі» сприймаються такі зміни, як *«масовий перехід на електронний документообіг»* (Uemp = 182321,0; $p < 0,001$), *«розвиток онлайн-освіти»* (Uemp = 183916; $p < 0,009$) та *«зміна міграційних правил»* (Uemp = 186555,0; $p < 0,029$). Реальні тенденції до реалізації цих очікувань позначилися і на їх сприйнятті.

Проте доволі небезпечною, на наш погляд, є відсутність змін за параметром *«вдосконалення системи охорони здоров'я»* (Uemp = 193988,500; $p > 0,847$) із досить низькими модальними та медіанними характеристиками. Кумулятивні показники перших трьох оцінок за шкалою в обох випадках – 65,8%, а останньої – 3,9% та 2,9%. Іншими словами, значна частина вибірки переконана у тому, що катастрофізація у системі доступності охорони здоров'я не припиниться. На тлі того, що в Україні досі не розпочата масова вакцинація, ця відсутність змін теж видається обґрунтованою.

Не відбулося змін за параметрами *«ухвалення законопроектів і державних програм, що сприятимуть розвитку ділової активності»* (Uemp = 193404,0; $p > 0,726$), *«збільшення інформаційної відкритості й прозорості у суспільстві»* (Uemp = 194102,0; $p > 0,871$); *«зміцнення державної влади»* (Uemp = 191977; $p > 0,463$), *«збільшення зовнішньополітичної напруженості, конфлікти з іншими країнами»* (Uemp = 193282,0; $p > 0,704$); *«посилення авторитарних тенденцій серед управлінських еліт»* (Uemp = 194348,0; $p > 0,925$); *«самоорганізація громадянського суспільства»* (Uemp = 190625,0; $p > 0,276$).

Висновки. Пандемія COVID-19 виявилася новою складною соціокультурною ситуацією, в котрій домінують стратегії соціальної поведінки виявилися неефективними, гальмівними, шкідливими, що провокуватиме не лише актуалізацію особистісної чи соціальної динаміки, зорієнтованої на пошук реальних ресурсів адаптації, але й несе небезпеки, пов'язані із порушенням соціальної взаємодії.

Відзначимо дві особливості, зафіксовані у дослідженні. По-перше, актуалізація негативних соціальних та політичних очікувань

у суспільстві стосувалася поганого стану системи охорони здоров'я та падіння довіри до влади на тлі чинників, які сприяли таким очікуванням: нечіткість кроків з протидії пандемії, непередбачуваність та відсутність пояснення до змін режиму функціонування економіки тощо. При цьому позитивні тенденції також увиразнилися, зокрема, у сфері розвитку онлайн-освіти та цифровізації, що може бути свідченням того, що песимізм чи оптимізм соціальних очікувань є обґрунтованим і пов'язаний не з песимістичними чи оптимістичними особистісними настановленнями, а з реальними спостереженнями за ходом подій. По-друге, посилення негативних алоцентричних переживань («відчуття ворожості з боку оточення», «нерозуміння іншими», «розчарування в людях», «розчарування в діях уряду») на тлі високого оцінювання соціальних, політичних та особистісних загроз і ризиків може провокувати загострення соціального протистояння, що в остаточному підсумку оприявниться зростанням напруження та конфліктами. Мало того, істотною небезпекою з боку

наростання негативних алоцентричних переживань є те, що вони, будучи основою агресії, ворожнечі, недовіри, можуть перешкоджати встановленню злагоди у суспільстві та соціальної солідарності. Останнє означає, що суспільство потребує (із тим, щоб мінімізувати згадані ризики) цілеспрямованої програми психологічної протидії та профілактики явищ, що можуть виявитися провокаторами соціальних деструкцій.

Крім того, перспективним постає дослідження взаємозв'язку особистісних і соціальних феноменів у нових соціальних контекстах, соціокультурних механізмів і соціальних технологіях впливу на очікування особистості, а також на такі виміри життя, як свобода, автономія, людська гідність. При цьому може йтися і про взаємодію соціальної групи (або окремої особистості) з владою та державою, що відображено у формі системи вимог до держави як базового інституту, що забезпечує реалізацію прав і свобод громадян, і про регуляцію такої взаємодії, зумовленої виконанням певних соціальних ролей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. «Я до Коли»: ресторан нардепа Тищенко приймає VIP-гостей, попри карантин. *Наші Гроші*. № 319 від 27.04.20. URL: https://www.youtube.com/watch?v=OoxON6rcD_k&ab_channel=ВНУSinfo (дата звернення: 12.12.2020).
2. Heckatorm D. Respondent-Driven Sampling: A New Approach to the Study of Hidden Populations. *Social Problems*. 1997. Vol. 44. P. 174–199.
3. Kapitány-Fövényi M., Sulyok M. Social markers of a pandemic: modeling the association between cultural norms and COVID-19 spread data. *Humanities and Social Sciences Communications*. 2020. Vol. 7(97). URL: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-00590-z> (дата звернення: 12.12.2020).
4. Popovych I. S. The research of the parameters, properties and types of social expectations of student youth. Modern research of the representatives of psychological sciences : collective monograph / O. Ye. Blynova, Yu. O. Bystrova, I. M. Halian, O. M. Kikinezhdi, etc. Lviv–Toruń : Liha-Pres, 2019. P. 163–181. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-118-6/163-181> (дата звернення: 12.12.2020).
5. Popovych, I. S., & Blynova, O. Ye. The Structure, Variables and Interdependence of the Factors of Mental States of Expectations in Students' Academic and Professional Activities. *The New Educational Review*. 2019. 55(1). 293–306. DOI: 10.15804/ner.2019.55.1.24 (дата звернення: 12.12.2020).
6. Martarelli C. S., Wolff W. Too bored to bother? Boredom as a potential threat to the efficacy of pandemic containment measures. *Humanities and Social Sciences Communications*. 2020. Vol. 7(28). URL: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-0512-6> (дата звернення: 25.12.2020).
7. Salganik M., Heckatorm D. D. Sampling and Estimation in Hidden Populations Using Respondent-Driven Sampling. *Sociological Methodology*. 2004. Vol. 1. P. 193–239.
8. Sulyok M., & Walker M. Community movement and COVID-19: A global study using Google's Community Mobility Reports. *Epidemiology and Infection*. 2020. Vol. 148. URL: <https://www.cambridge.org/core/journals/epidemiology-and-infection/article/community-movement-and-covid19-a-global-study-using-googles-community-mobility-reports/C1EF917377F6013D5E1ECC44E03A3E6E> (дата звернення: 10.12.2020).
9. Tang S., Li X. Responding to the pandemic as a family unit: social impacts of COVID-19 on rural migrants in China and their coping strategies. *Humanities and Social Sciences Communications*. 2020. Vol. 8(8). URL: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-00686-6> (дата звернення: 10.12.2020).
10. Vili Lehdonvirta, Atte Oksanen, Pekka Räsänen, Grant Blank. Social Media, Web, and Panel Surveys: Using Non-Probability Samples. *Social and Policy Research Policy & Internet*. 2020. Vol. 13. P. 134–155. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/pori.238> (дата звернення: 25.12.2020).
11. Попович І. С. Психологічні виміри соціальних очікувань особистості. Херсон : ПАГ «ХМД», 2017. 504 с.
12. Хотели напугать: в МОЗ сделали неожиданное заявление о карантине. *РБК_Украина*, 2020. 10 мая. URL: <https://www.rbc.ua/rus/stylers/sovsem-covid-19-lyashko-rasskazal-zachem-1589111524.html> (дата звернення: 12.12.2020).

REFERENCES:

1. 'Ya do Koli': restoran nardepa Tishhenka prijmaye VIP-gostej popri karantin ['I'm to Kola': Deputy Tishchenko's restaurant accepts VIP guests despite quarantine]. *Nashi' Groshi' [Our Money]* No. 319. 27.04.20. Retrieved from:



- https://www.youtube.com/watch?v=OoxON6rcD_k&ab_channel=BIHUSinfo (accessed 12 December 2020) [in Ukrainian].
2. Heckatorm, D. (1997). Respondent-Driven Sampling: A New Approach to the Study of Hidden Populations. *Social Problems*. Vol. 44. Pp. 174–199 [in English].
 3. Kapitány-Fövényi, M., Sulyok, M. (2020). Social markers of a pandemic: modeling the association between cultural norms and COVID-19 spread data. *Humanities and Social Sciences Communications*. Vol. 7(97). Retrieved from: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-00590-z> (accessed 12 December 2020) [in English].
 4. Martarelli, C. S., Wolff, W. (2020). Too bored to bother? Boredom as a potential threat to the efficacy of pandemic containment measures. *Humanities and Social Sciences Communications*. Vol. 7(28). Retrieved from: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-0512-6> (accessed 25 December 2020) [in English].
 5. Popovych, I. S. (2017). Psychological dimensions of social expectations of personality. Kherson : PJSCo “КТРП”. 504 p. [in Ukrainian].
 6. Popovych, I. S. (2019). The research of the parameters, properties and types of social expectations of student youth. *Modern research of the representatives of psychological sciences: collective monograph* / O. Ye. Blynova, Yu. O. Bystrova, I. M. Halian, O. M. Kikinezhdi, etc. Lviv–Toruń : Liha-Pres. 163–181. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-118-6/163-181> [in English].
 7. Popovych, I. S., & Blynova, O.Ye. (2019). The Structure, Variables and Interdependence of the Factors of Mental States of Expectations in Students’ Academic and Professional Activities. *The New Educational Review*. 55(1). 293–306. DOI: 10.15804/tner.2019.55.1.24 [in English].
 8. Salganik, M., Heckatorm, D.D. (2004). Sampling and Estimation in Hidden Populations Using Respondent-Driven Sampling. *Sociological Methodology*. Vol. 1. Pp. 193–239 [in English].
 9. Sulyok, M., & Walker, M. (2020). Community movement and COVID-19: A global study using Google’s Community Mobility Reports. *Epidemiology and Infection*. Vol. 148. Retrieved from: <https://www.cambridge.org/core/journals/epidemiology-and-infection/article/community-movement-and-covid19-a-global-study-using-googles-community-mobility-reports/C1EF917377F6013D5E1ECC44E03A3E6E> (accessed 10 December 2020) [in English].
 10. Tang, S., Li, X. (2020). Responding to the pandemic as a family unit: social impacts of COVID-19 on rural migrants in China and their coping strategies. *Humanities and Social Sciences Communications*. Vol. 8(8). Retrieved from: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-00686-6> (accessed 10 December 2020) [in English].
 11. Vili Lehdonvirta, Atte Oksanen, Pekka Räsänen, Grant Blank (2020). Social Media, Web, and Panel Surveys: Using Non-Probability Samples. *Social and Policy Research Policy & Internet*. Vol. 13. P. 134–155. Retrieved from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/poi3.238> (accessed 25 December 2020) [in English].
 12. Khoteli napugat’: v MOZ sdelali neozhidannoe zayavlenie o karantine [They wanted to scare: the Ministry of Health made an unexpected statement about quarantine]. (2020) RBK_Ukrayina, [RBK_Ukraine] 10 May. Retrieved from: <https://www.rbc.ua/rus/styler/sovsem-covid-19-lyashko-rasskazal-zachem-1589111524.html> [in Russian].

Стаття надійшла до редакції 19.01.2022.
The article was received 19 January 2022.

УДК 159.9.07:316.6

DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-9

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ СОЛІДАРНОСТІ В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ: СПРОБА КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЇ

Палагнюк Ольга Василівна,

кандидат психологічних наук, докторант

*Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України*

асистент кафедри педагогіки та психології дошкільної освіти

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

o.palahnyuk@chnu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-1152-2133>

У статті представлено результати теоретико-методологічного дослідження психології соціальної солідарності, виокремлення соціально-психологічних аспектів солідарності з міждисциплінарного контексту у зв'язку з їх актуалізацією в умовах суспільних трансформацій та пошуку шляхів досягнення суспільної консолідації. **Метою** дослідження виступає виокремлення основних соціально-психологічних аспектів солідарності в умовах суспільних трансформацій. У роботі застосовано загальнонаукові та спеціально-наукові **методи** дослідження з метою розкриття базових змістових характеристик солідарності, її теоретико-методологічної бази та актуальних напрямів дослідження.

Результати. У статті розглядаються наукові дослідження та уявлення щодо змістових та процесуальних характеристик соціальної солідарності. На основі дослідження зазначеного феномену у класичних і сучасних зарубіжних та українських концепціях у межах різних наукових дискурсів і у психології здійснено міждисциплінарний аналіз та виокремлення соціально-психологічних аспектів солідарності та перспективи подальших досліджень.

Представлено психологію великих соціальних груп як теоретико-методологічну базу дослідження психології соціальної солідарності, сформульовано її визначення, сутнісні характеристики, описано види, процеси, чинники, соціально-психологічні особливості здійснення, механізми досягнення і підтримання, запропоновано й теоретично обґрунтовано трактування солідарності як згуртованості великих груп, а також поняття «особистісний потенціал солідарності» як систему індивідуальних відмінностей, пов'язану з інтенціями на згуртованість навколо певних смислів, цілей та цінностей.

Висновки. Психологія соціальної солідарності актуалізується в умовах пошуку шляхів інтеграції трансформаційного суспільства та вивчення особливостей нової соціальної реальності. У межах нашого дослідження солідарність розглядається як специфічна властивість суспільства, що виникає стихійно або керовано на основі інтеграції особистісних потенціалів солідарності більшості його членів, завдяки чому відбувається конвергенція суспільних процесів на спільній меті та формується згуртованість на рівні великих груп. А особистісний потенціал солідарності – це показник особистісної спроможності діяти вільно, активно та усвідомлено у напрямі суб'єктно сформованої ціннісно-ідеологічної смислової системи та позначає мобілізаційні можливості тих чи інших соціальних спільностей. Перспективами подальших досліджень виступає концептуалізація особистісного потенціалу солідарності та емпіричне вивчення його інтегративних можливостей як основи конвергенції соціальних процесів, що може вказувати на різні сценарії солідаризації.

Ключові слова: соціальна солідарність, суспільні трансформації, психологія великих соціальних груп, соціальна згуртованість, особистісний потенціал солідарності.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SOCIAL SOLIDARITY IN THE CONDITIONS OF SOCIAL TRANSFORMATIONS: AN ATTEMPT TO CONCEPTUALIZE

Palahnyuk Olha Vasylivna,

Candidate of Psychological Sciences, PhD Student,

*Institute of Social and Political Psychology
of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine,*

Assistant at the Department of Pedagogy and Psychology of Preschool Education,

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

o.palahnyuk@chnu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-1152-2133>



The article presents the results of theoretical and methodological research of the psychology of social solidarity, isolation of socio-psychological aspects of solidarity from the interdisciplinary context in connection with their actualization in the context of social transformations and finding ways to achieve social consolidation. The **purpose** of the study is to identify the main socio-psychological aspects of solidarity in terms of social transformation. The paper uses general scientific and special scientific research **methods** using the disclosure of basic content characteristics of solidarity, its theoretical and methodological basis and current research areas.

Results. The article considers scientific research and ideas on the substantive and procedural characteristics of social solidarity. Based on the study of this phenomenon in classical and modern foreign and Ukrainian concepts within different scientific discourses and in psychology, an interdisciplinary analysis and identification of socio-psychological aspects of solidarity and prospects for further research.

The psychology of large social groups as a theoretical and methodological basis for the study of psychology of social solidarity is presented, its definitions, essential characteristics, types, processes, factors, socio-psychological features of implementation, mechanisms of achievement and maintenance are described, the interpretation of solidarity as cohesion of large groups, as well as the concept of “personal potential of solidarity” as a system of individual differences associated with the intention of cohesion around certain meanings, goals and values.

Conclusions. The psychology of social solidarity is relevant in the search for ways to integrate a transformational society and study the features of the new social reality. In our study, solidarity is seen as a specific feature of society that arises spontaneously or managed through the integration of personal potentials of solidarity of most of its members, resulting in convergence of social processes on a common goal and cohesion at large groups. And the personal potential of solidarity is an indicator of personal ability to act freely, actively and consciously in the direction of the subjectively formed value-ideological semantic system and indicates the mobilization capabilities of certain social communities. Prospects for further research are the conceptualization of the personal potential of solidarity and the empirical study of its integrative capabilities as a basis for the convergence of social processes, which may indicate different scenarios of solidarity.

Key words: *social solidarity, social transformations, psychology of large social groups, social cohesion, personal potential of solidarity.*

Вступ. Трансформаційне українське суспільство характеризується суттєвою реорганізацією всіх сфер життя, що супроводжується взаємовпливом цивілізаційних, геополітичних, інституційних змін і внутрішньоособистісних трансформацій. Спільною характеристикою за цих умов є одночасне існування як повсюдної диференціації та індивідуалізації, так і активної солідаризації, об'єднання задля спільних цілей різного походження. Тому найвираженішими стають тенденції зростання соціальної напруженості, яка набуває глобального масштабу. А пошук різного роду причин і прогнозування наслідків таких трансформацій веде до відповідного їх трактування в розрізі наукових дискурсів або на міждисциплінарному рівні.

Актуалізується і потреба дослідження зазначених явищ у межах психологічної науки, особливо, зважаючи на тривалі зусилля націєтворення, ускладнені війною на Сході України, окупацією Криму, та її реальністю на інформаційному, соціокультурному, економічному, а отже, і на соціально-психологічному рівнях загалом. Свої здебільшого негативні корективи внесла і світова пандемія COVID-19 та масова міграція українців за кордон. Тому найсуттєвішими завданнями нині визначаються пошук шляхів досягнення суспільної єдності як одного з основних механізмів відновлення і підтримання власної автентичності, суб'єктності, протидії внутрішнім та зовнішнім загрозам, а також гармонійного розвитку суспільства в умовах глобалізаційних змін у світі.

Тому кристалізується і потреба пошуку шляхів досягнення та підтримання соціальної солідарності, яка б сприяла цілісності соціуму та здатності ефективно протистояти тенденціям аномії, атомізації, диференціації, розшарування, дезінтеграції, поляризації суспільства, що модернізується.

З огляду на зазначене **метою дослідження** виступає виокремлення основних соціально-психологічних аспектів солідарності в умовах суспільних трансформацій.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми. Психологічний підтекст суспільних перетворень за останні десятиріччя все більше спонукає зануритись до пошуку відповідних змістово-процесуальних характеристик солідарності, її чинників, механізмів, моделей здійснення, що досі не було досліджено на належному рівні в межах соціальної психології. Притому міра соціальної солідарності у суспільстві визначає ступінь гармонійності його функціонування і загалом життєві шанси та перспективи. А відсутність солідарності несе у собі загрозу соціальної дезінтеграції. Отже, актуалізується потреба з'ясувати, чим насправді є соціальна солідарність, за рахунок чого досягається цілісність та єдність соціуму. Іншим питанням може бути, чи можливо штучно «організувати» таку спільність, готовність відстоювати спільне благо, підтримувати, проявляти співпричетність, виходячи із зовні заданих «програм дій».

Як виявилось, вивчення соціальної солідарності досі зосереджувалося на інституційних, політико-правових, суспільно-історичних

та соціокультурних аспектах її функціонування, де утверджувався її статус як феномену більшою мірою соцієтального рівня. А співіснування та змішування різних інтерпретацій і визначень солідарності спричинило неоднозначність і виражену строкатість її соціальних репрезентацій та наукових дефініцій у межах різних наукових напрямів (Гофман, 2013). У психології переважають дослідження більшою мірою релевантні або дотичні стосовно соціальної солідарності, а відповідна цілісна наукова соціально-психологічна теорія досі відсутня. Аналіз наявних наукових розвідок у зазначеному напрямі доводить, що в контексті спроби ґрунтовного дослідження соціальної солідарності різні автори виокремлюють її показники, зв'язок з іншими суміжними феноменами, шляхи і можливості досягнення. Однак прослідковується «змішування» психологічних аспектів солідарності з явищами та характеристиками іншого штибу. Хоча для психологічного дефініювання солідарності все-таки доцільно звернутись до міждисциплінарного підходу.

Соціальна солідарність у класичних і сучасних концепціях часто розуміється як цілісність і єдність внаслідок спільних ідей, почуттів, культурних цінностей, моральних норм, які передбачають допомогу, підтримку і співпрацю, закріплені у свідомості особистості. Найближче до такого розуміння є концепція діалогічної форми солідарності Ю. Габермаса, в якій соціальна солідарність розглядається як підсумок консенсусу між громадянами, що досягається за допомогою соціального діалогу. Автор (Габермас, 2008) розуміє солідарність як основу дії, орієнтованої на взаєморозуміння. Отже, солідарність символічно структурує життєвий світ, який породжується інтерсуб'єктивними відносинами і соціальними процесами, спрямованими на згоду і діалог.

Разом з тим сучасні глобалізаційні, модернізаційні зміни демонструють втрату важливості територіальних, класових детермінант у разі формування та реалізації соціальних процесів у сучасному світі. Відбувається тотальна індивідуалізація життя, становлення рефлексуючого суб'єкта (Бек, 2000). Сучасна людина отримує можливість вибирати напрям свого життєздійснення із широкого спектра можливостей, вибирати соціальну групу, субкультуру, з якою вона себе ідентифікує. Підсумок – затвердження клаптикової ідентичності та сполучення непок'єднаних елементів (Урри, 2012).

В історії існує також чимало прикладів солідарності, яка досягалась і забезпечувалась здебільшого двома способами: штучним (авторитарним) або природним (відносно демократичним). Проте починаючи з XIX століття і дотепер у сучасному глобалізованому світі суттєвим аргументом і детермінантою солідаризаційних процесів виступає їхня зумовленість насамперед економічною доцільністю. Натомість у пострадянському просторі про солідаризацію йдеться в контексті пошуку шляхів і способів політичного та соціокультурного «звільнення», що супроводжується балансуванням процесів, здебільшого деструктивного полілогу між владою і громадянським суспільством. Причому немає чіткої відповіді, де в цьому дискурсивному полі має місце політична технологія, а де природний процес. Впевнено можна лише вести мову про зумовленість солідарності тісним взаємозв'язком між соціально-психологічною та політичною сферами життєдіяльності соціуму. Безсумнівно, що, попри неможливість досягнення і закріплення солідарності в її «доконаному стані», вона виступає процесом постійного досягнення і підтримання у природному вияві, що потребує спільних зусиль влади і громадянського суспільства або ж соціальними (колективними) суб'єктами інших вимірів.

Сучасні зарубіжні та українські дослідники проблеми соціальної солідарності зосереджені на різних аспектах і різних вимірах існування цього явища, від солідарності малих груп і до солідарності суспільства та людства загалом, де зазначений феномен розглядається як одна з передумов стабільності та соціального порядку. Психологи цікавляться цим явищем у полісемії його проявів не тільки в теоретичному ракурсі, а й задля застосування концепту солідарності в емпіричних дослідженнях з метою пояснення людської поведінки. Основою дослідження солідарності визнається соціальна ідентичність та міжгрупові стосунки. А поруч з відчуттям приналежності сутнісними вважають соціальну взаємодію, довіру та готовність до участі й допомоги (Чан, 2006). Солідарність вважають усвідомленням спільної мети і спільної відповідальності (Злобіна, Шульга, Бевзенко, 2016: 252). Тому солідарність є вищим рівнем організації спільноти, яка, окрім функціонально узгоджених дій, передбачає спільне ставлення до цінностей, вираження емоцій і відчуття взаємної приналежності до одного колективу, спільноти (Bude, 2019: 101; Урсуленко, 2009: 147). Наголошено, що йдеться про велику соціальну групу, яка перебуває на рівні усвідомленої солідарності (спільнота, а не маса, натовп). При цьому частина дослідників робить акцент на таких ознаках, як кооперація, згуртованість, єдність (Лапан, Кудринська, 2021: 150). Солідарність – це також встановлення як замовчуваного, так і проголошеного консенсусу між людьми, групами та спільнотами щодо того чи іншого факту, дії, процесу; це низка співпадінь, навіть узгоджень, людських думок,



волевиявленнь, бажань, цінностей, стереотипів поведінки, в яких вгадується (чи відкрито присутня) єдність (Каменська, 2020: 18). Інші як основні ознаки виокремлюють довіру, наявність загальних ідей, поглядів, цілей (Осіпова, 1999); треті – приналежність до певного цілого та відповідну самоідентифікацію (Bude, 2019). Низка авторів у межах різних дискурсів пропонують інші варіанти конструктів соціальної солідарності, поєднуючи ці характеристики в різні комбінації або додаючи свої.

Узагальнюючи підходи до трактування сутнісних характеристик солідарності, варто наголосити, що у суспільній свідомості вона має морально позитивну конотацію як ознаку взаєморозуміння членів суспільства, як фактор забезпечення безконфліктного співіснування, як показник наявності спільної потреби людей жити разом. Вона передбачає соціальну єдність, згуртованість, а її суттєвою рисою є те, що солідарність існує на рівнях: довкола, для та відповідно до чогось. Адже згуртованість зі всіма у соціальному просторі неможлива, оскільки постійно виникають питання мотивації та інтенцій солідаризації (чому, як, де, коли). Отже, можна припустити зовнішньо-внутрішню зумовленість, просторову необмеженість/обмеженість, безперечну імперативну кон'юнктивність, відносну доконаність/постійну процесуальність солідарності в умовах сучасної соціальної дійсності. Детермінантами солідаризації виступає весь простір суспільних явищ в усіх сферах життєдіяльності; наявність і тривалість взаємодії часто зумовлена низкою чинників та, зрештою, визначається мірою заангажованості інтересів суб'єктів солідаризації (Злобіна, 2016; Bude, 2019).

Як доводить ретроспективний психологічний аналіз, солідаризаційні процеси особливо активізуються в часи суспільних потрясінь, конфліктів, революцій, трансформацій. Тому війна, хоч і виступає найвищим проявом конфліктної ситуації зі значними руйнівними наслідками, проте і сприяє солідаризації, згуртуванню через прояви взаємодопомоги та кооперації суспільства (Каменська, Кудринська, Лапан, 2020). Це свого роду «стрес», загроза існуванню, завдяки чому спрацьовує як мінімум колективний «інстинкт самозбереження», а як максимум прояв колективної суб'єктності. Так, конфлікт, ворожість, на думку Г. Зіммеля, уособлюють солідарність та її основне джерело (Зіммель, 2006). Пояснення зазначеному явищу можна знайти у чутливості солідарності до загроз, спричинених формуванням ціннісних, соціальних або владних асиметрій. Тому і активуються відповідні стихійні самоорганізаційні механізми, що приводять у дію навіть латентні, потенційні прояви солідаризації на основі конвергенції суспільних проце-

сів (авт.). Як зауважував Е. Дюркгейм, значущі події в житті суспільства, що завдають страждань і залишають глибокі сліди в індивідуальній і колективній пам'яті, генерують зазвичай щільно згуртовану солідарність. У цьому контексті доцільно виокремити громадянську солідарність (Дюркгейм, 1991).

Важливо наголосити, що солідарність виступає феноменом, який забезпечує внутрішню єдність та самоорганізованість соціуму, що проявляється у його здатності до соціальної саморегуляції, самозбереження і саморозвитку та дозволяє максимально використовувати можливості всіх членів суспільства для індивідуального і всезагального блага. Тому під солідарністю в автентичному її розумінні варто розуміти саме самоорганізаційний рівень її розгляду, що походить із внутрішньої мотивації, інтегрованості норм і практик. Попри те, згідно з теоретичними уявленнями, всі самоорганізаційні порядки (соціальні структури) завжди процесуальні. Тобто соціальну солідарність варто трактувати не як статичний, dokonаний факт, а тільки як постійно динамічний процес, що існує тільки на рівні повсякденних взаємодій, які безперервно відтворюються. А останнім часом ці взаємодії й процеси стали дуже стрімкими і суттєвими, що трактується, за Бауманом, як «плинна сучасність» (Бауман, 2002). Тому солідарність – це процес, динамічний стан і одночасно властивість суспільства.

Міра соціальної солідарності може виступати однією з основних характеристик суспільства, що дозволяє вибудовувати прогнози щодо можливої траєкторії його подальшого розвитку. При цьому в зону високого рівня кризового ризику попадають як сильно, так і слабо інтегровані суспільства. По суті йдеться про закриті існування у стабільних зовнішніх умовах. У цьому контексті варто згадати аргументацію Ларсена про глобалізований мультикультуралізм і про те, як він може суперечити ідеї подібності розуму та спільних цінностей, необхідних для встановлення довіри (і солідарності більшою мірою) (Larsen, 2013). Автор стверджує, що гетерогенність суспільства та вся його різноманітність суперечить соціальній солідарності, оскільки солідарне суспільство має моральний компас (заснований на довірі). Це означає, що не може бути загальної довіри між різними групами людей з різними культурами та цінностями. Нездатність досягти визнання всіх форм людського роду та їх різноманітних проявів веде з часом до фрагментарної та негативної солідарності (Cheong et al., 2007). Притому ми погоджуємось з позицією, за якою змішані територіальні громади, суспільства кращі, ніж відокремлені кластери високозгуртованих спільнот

(негативна солідарність), оскільки вони пропонують більш відкриту взаємодію, яскраву опозицію та досягають балансу між культурною автономією та соціальною солідарністю (Amin, 2002; Cheong et al., 2007). Таке розуміння солідарності враховує мультикультурний компонент та необхідність постійної ідентифікації (Sellberg, Wilkinson, and Peterson, 2015) не лише в межах окремої групи чи суспільства, але й на цивілізаційному вимірі. Така інтерпретація відповідає запитам нової реальності на «нову солідарність», рухливу, мобільну і притому децентровану, цементуючу, яка базується на зв'язках і разом з тим на суб'єктній ролі всіх її «учасників».

2. Методологія та методи. Нами застосовані загальнонаукові та спеціально-наукові методи дослідження, серед яких – метод аналізу наукових джерел та базових понять із представленої проблематики, що дає змогу розкрити її змістову характеристику. Так, теоретико-методологічні пошуки спрямовують наше дослідження в напрямі теоретичних підходів, де ми знаходимо засадничі положення розуміння сутності соціальної солідарності: традиція вивчення суспільства, що пропонує враховувати суб'єктивні аспекти соціальних феноменів і процесів в історичному контексті (М. Вебер); дослідження великих соціальних груп як колективних суб'єктів з позицій суб'єктно-вчинкового підходу (С.Л. Рубінштейн, А.В. Брушлинський, В.А. Роменець, В.О. Татенко та ін.), осмислення масових явищ психіки, зумовлених приналежністю індивіда до великої соціальної групи (Т. Адорно, Е. Фромм, К. Левін, Г. Теджфел, С. Московічі); психологічні теорії групової згуртованості (П.П. Горностай, А.В. Петровський, Л. Фестінгер, Л.Е. Орбан-Лембрик); положення теорії соціального порівняння, за яким утворення великих соціальних груп є основою ідентифікації як оцінювання їхніми членами точності своїх особистих переконань і поглядів (Л. Фестінгер, С. Шахтер).

Теоретичним підґрунтям дослідження соціальної солідарності постають також класичні та сучасні концепції соціальної солідарності в межах різних наукових галузей. Найближчою до такого розуміння є, зокрема, мета-теоретична концепція діалогічної форми солідарності Ю. Габермаса (2000), який розглядає соціальну солідарність як підсумок консенсусу між громадянами, що досягається за допомогою соціального діалогу. Засадничим також постає положення про соціальні трансформації, які виступають «наскрізною рамкою аналізу» (Богомолова, 2002); положення про сучасні глобалізаційні, модернізаційні процеси, що спричинили втрату важливості територіальних, класових детермінант у разі формування та реалізації соціальних

процесів у сучасному світі, а також тотальну індивідуалізацію життя, становлення рефлексуючого суб'єкта (Бек, 2000); положення про затвердження «клаптикової ідентичності» і тому сполучення непоєднуваних елементів як основи мобільної (рухливої) сучасної солідаризації (Филиппов, 2008; Урри, 2012).

3. Результати та дискусії. Аналіз останніх публікацій свідчить, що у психології солідарність – одне із широковживаних і разом з тим не досліджених достатньою мірою поняття, що сполучає численні наукові інтерпретації з його буденним трактуванням. Дослідження соціальної солідарності в межах соціальної психології – це дослідження в контексті психології великих соціальних груп. Адже досліджуваний феномен дефінітивно охоплює процеси, явища, структурні характеристики, іманентні різним вимірам життя соціуму. Цей факт ускладнює реалізацію дослідницьких завдань з огляду на те, що під поняття «велика соціальна група» потрапляють явища абсолютно різного порядку, дослідження яких важко поєднати якимись загальними методологічними принципами. Активізація дослідницьких питань щодо великих груп, які становлять значущу частину предметної галузі соціальної психології, відбулась в епоху модерну. У зарубіжній та українській науці підходи й акценти у цій сфері різняться. Соціально-психологічні дослідження нового покоління особливо підкреслюють актуальний контекст – соціальні трансформації, які виступають «всюдищуною рамкою аналізу» (Богомолова, 2002; Окорокова, 2019).

В умовах суспільних трансформацій в українській соціальній психології за останні десятиріччя поступово розроблялись питання психології великих груп, що пов'язані з майновою диференціацією (Васютинський, Коробка, Мясенко, Гусев, Губеладзе, Вінков та ін., 2016); інтеракційною психологією влади (Васютинський, 2010), психологією громадянського суспільства (Рибалка, 2017), проблемами внутрішньо переміщених осіб та осіб, що постраждали від військового конфлікту на Півдні і Сході України (Мельник, Волинець, 2015; Гридковець, 2018; Лазаренко, 2018; Васютинський, 2017; Блинова, 2017; Горностай, 2012; Каменська, Курчевський, Ожеховський, 2020; Титаренко, 2017; 2019; Дворник, Климчук, 2019; Коробка, 2018). Натомість західноєвропейська та американська соціальна психологія більшою мірою зосереджені на інших, хоча і частково суміжних наукових проблемах психології великих груп. У межах нашого дослідження деякі зазначені теорії та положення стали частиною теоретико-методологічної бази дослідження.

Здійснюючи науковий пошук, доцільно звернути увагу на часті співставлення суміжних до



солідарності понять у різних наукових дискурсах та в межах психології. Зокрема, близькими до солідарності є погодження, зв'язок, інтеграція, асоціація, союз, співдружність, спільність, кооперація, об'єднання, взаємодопомога, обмін, милосердя, благодійність. Однак теоретичний аналіз у межах міждисциплінарного підходу найбільше вказує на актуальність змістового співставлення понять «соціальна солідарність» та «соціальна згуртованість». У різних авторів вони трактуються по-різному: і як тотожні, і як поєднані, проте не тотожні (Кравченко, 2019). Виходячи із соціально-психологічного підходу до співставлення зазначених понять, видається можливим вести мову про ототожнення солідарності і згуртованості на рівні великих соціальних груп. Адже вони є характеристиками «первинно колективними» як властивостями групового суб'єкта (соціальної спільноти, великої групи, суспільства). Хоча соціальна згуртованість вживається і щодо малої соціальної групи в дещо іншому значенні. Обидва поняття виступають інтегруючими характеристиками соціального цілого, поєднуючим типом соціальних зв'язків.

Згуртованість – це здатність суспільства чи спільноти до спільної дії в умовах нагальної потреби. Тут задіяні всі класичні фактори згуртованості – від довіри та єдності цінностей до потужності й розгалуженості мереж. Згуртованість відрізняється саме цією здатністю до спільної дії, а не просто відчуттям, як інші вищезазначені поняття. Згуртованість – це поєднання кількох складників, таких як: ідентичність, довіра, доступність, взаємодія, які одночасно виступають і характеристиками солідарності. Отже, солідарність у нашому трактуванні – це згуртованість суспільства або його окремих спільнот, що виступає інтегруючою властивістю та відповідає за спільне вирішення певного кола суспільних проблем і проявляється як узагальнення окремих складників (рівня підтримки і взаємодопомоги; рівня довіри; спільності цінностей; міри ідентифікації). Ми виокремлюємо два рівні згуртованості: згуртованість суспільства загалом чи великих груп – соціальна солідарність та згуртованість малих груп (в уже представленому в науковому дискурсі трактуванні).

Отже, можна говорити про актуалізацію згуртованості/солідарності за певних обставин, а також про її латентність за відсутності дійсних або уявних спільних проблем. З огляду на це актуальним, з наукової точки зору, є поняття «потенціал згуртованості», а тому і «потенціал солідарності», що позначає мобілізаційні можливості тих чи інших соціальних спільнот. Порівняно з єдністю згуртованість та солідарність передбачають значно сильніший поведінковий та комунікативно-інтеракційний компоненти.

Узагальнивши міждисциплінарні та психологічні підходи до трактування соціальної солідарності, її змістово-сутнісних та процесуальних характеристик, представимо авторське розуміння цього феномену. Так, соціальну солідарність ми тлумачимо як специфічну властивість суспільства, що виникає стихійно або керовано на основі інтеграції особистісних потенціалів солідарності більшості його членів, завдяки чому відбувається конвергенція суспільних процесів (соціальних, політичних, психологічних, освітніх, інформаційних тощо) на спільній меті («під владою певного дискурсу») та формується згуртованість на рівні великих груп. Отже, можна говорити про актуалізацію згуртованості/солідарності за певних обставин або про її латентність за відсутності дійсних або уявних спільних проблем. Крім того, виходячи з методологічної рамки солідарності, варто припустити, що стереотипи, громадська думка, соціальні уявлення, історична (колективна) пам'ять, традиції та звичаї, колективні почуття, настрої забезпечують протооснову об'єднувачих тенденцій у суспільстві. Ці протооснови, функціонуючи в умовах конкретної соціально-історичної ситуації, лягають в основу особливих способів інтерпретації реальності – дискурсів як впорядкованих сукупностей знань про дійсність, що сформувалися в колективній, а також індивідуальній свідомості. Солідарність як згуртованість великих груп уможливорює ефективне вирішення проблем та досягнення цілей сталого розвитку. Проте нині неможливо говорити про існування універсального феномену солідарності у сучасному житті. Для сучасного процесу характерне співіснування традиційних та поява новітніх сучасних форм, пов'язаних з кардинальною зміною соціального середовища у сучасному світі.

Особистість як член певної сукупності великих груп одночасно перебуває у смисловому полі декількох дискурсів, внаслідок чого формує своє усвідомлене ставлення до тих чи інших перспектив суспільного життя. Психологічним осередком такого ставлення можна вважати «особистісний потенціал солідарності» (ідентичність, систему цінностей, мотивацію солідарної поведінки, довіру як психологічний базис соціальної солідарності, комунікативність як забезпечення системи соціальних контактів та соціальну взаємодію як психотехнічну умову соціальної солідарності) як систему індивідуальних відмінностей, пов'язану з інтенціями на згуртованість навколо певних смислів, цілей та цінностей.

Висновки. Здійснений теоретико-методологічний аналіз доводить відсутність цілісної наукової психологічної теорії соціальної солідарності. Хоча цим поняттям нині все частіше оперують, вивчаючи шляхи інтегра-

ції трансформаційного суспільства та особливості «нової солідарності» в умовах світової глобалізації. Соціальна солідарність набуває актуальності не тільки як цементуюча властивість соціуму, але і як процесуальна характеристика, що не має доконаного стану і постійно перебуває в балансуванні, потребує компромісів і значних самоорганізаційних зусиль громадянського суспільства. Теоретико-методологічною базою психології соціальної солідарності виступає психологія великих соціальних груп, оскільки солідарність як феномен дефінітивно охоплює процеси, явища, структурні характеристики, іманентні різним вимірам життя соціуму. За умов стрімких трансформаційних процесів на різних вимірах соціуму та гострої потреби досягнення єдності на всіх соціальних вимірах задля збереження безпеки, порядку, задля життя для українців солідаризація – це першорядне завдання, і воно стосується найперше психологічного часопростору.

У межах нашого дослідження солідарність розглядається як специфічна властивість суспільства, що виникає стихійно або керовано на основі інтеграції особистісних потенціалів солідарності більшості його членів, завдяки чому відбувається конвергенція суспільних процесів на спільній меті та формується згуртованість на рівні великих груп. Особистісний потенціал солідарності – це показник особистісної спроможності діяти вільно, активно та усвідомлено у напрямі суб'єктно сформованої ціннісно-ідеологічної смислової системи та позначає мобілізаційні можливості тих чи інших соціальних спільностей. Перспективами подальших досліджень виступає концептуалізація особистісного потенціалу солідарності та емпіричне вивчення його інтегративних можливостей як основи конвергенції соціальних процесів стосовно тих чи інших явищ, цілей чи геополітичних векторів суспільного розвитку, що може вказувати на різні сценарії солідаризації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бауман З. Индивидуализированное общество / пер. с англ.; под ред. В. Л. Иноземцева. Москва : Логос, 2005. 390 с. URL: https://socioline.ru/files/5/39/bauman_zigmunt_-_individualizirovannoe_obshchestvo-2005.pdf
2. Бек У. Общество риска. На пути к другому модерну / пер. с нем. В. Седелника и Н. Федоровой; послесл. А. Филиппова. Москва : Прогресс-Традиция, 2000. 383 с. URL: <http://socio.karazin.ua/resources/60be71e2e8e5ef7171ef10f4f60ca8a4.pdf>
3. Блинова О. Е. Соціально-психологічні чинники подолання кризи ідентичності вимушених мігрантів / С. Д. Максименко, С. Б. Кузікова, В. Л. Злижкова (ред.). *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологія, теорія і практика*. Кн. 2. Київ – Суми, 2017. С. 162–180.
4. Богомолова Н. Н. Психология больших социальных групп: новые судьбы, новые подходы / Н. Н. Богомолова, А. И. Донцов, Т. В. Фоломеева. *Социальная психология в современном мире*. Москва : Аспект Пресс, 2002. С. 132–147.
5. Васютинський В. Психологічні виміри спільноти. Київ : Золоті ворота, 2010. 120 с. URL: http://www.ispp.org.ua/backup_ispp/1426077022.pdf
6. Васютинський В. О. Індивідуальні і колективні стратегії адаптації мешканців міських громад до життя в період воєнного конфлікту. *Проблеми політичної психології*. 2017. № 5(19). С. 43–53.
7. Габермас Ю. Структурні перетворення у сфері відкритості: дослідження категорії «громадянське суспільство». Львів : Літопис, 2000. 319 с.
8. Горностай П. П. Колективна травма і групова ідентичність. *Психологічні перспективи*. Спеціальний випуск: *Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп*. 2012. № 2. С. 89–95.
9. Дюркгейм Є. О разделении общественного труда. Москва : Наука, 1991. 575 с.
10. Зиммель Георг. Избранные работы. Киев : Ника-Центр, 2006. 440 с. URL: https://socioline.ru/files/5/80/zimmel_izbrannye_raboty.pdf
11. Ідентичність та соціальна солідарність у Центрально-Східній Європі / Т. Каменська, Я. М. Курчевський, П. Ожеховський та ін.; за ред. проф. Н. Коваліско, д-ра А. Єкатеринчука, проф. О. Лісєнко, проф. Р. Радзіка. Львів : ЛНУ ім. Івана Франка, Lublin : Wydawnictwo UMCS, 2020. 224 с.
12. Кравченко С. І. Трактуння явищ суспільної єдності у сучасній психології. *Психологія : реальність і перспективи* : збірник наукових праць РДГУ. 2019. № 12. С. 121–126. DOI: https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi12.60
13. Лазаренко В. Дослідження просторових ідентичностей внутрішньо переміщених осіб за допомогою картографічної візуалізації наративів місця проживання: постановка проблеми. *Проблеми політичної психології*. 2018. № 7(21). С. 94–112. DOI: <https://doi.org/10.33120/porp-Vol21-Year2018-8>
14. Огорокова В. В. Футурологічні засади концепції трансгуманізму. *Гілея: науковий вісник*. 2019. Вип. 140(2). С. 66–69.
15. Осипова Е. В. Солидарность механическая и органическая. *Российская социологическая энциклопедия* / под ред. Г. В. Осипова. Москва : НОРМА-ИНФРА, 1999. 476 с.
16. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. 236 с.
17. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посібник для практиків соціальної сфери / Мельник Л. А. та ін.; за ред. Волинець Л. С. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.



18. Рибалка В. В. Психологічні передумови розвитку громадянського суспільства і особистості громадянина. *Психологія і особистість*. 2017. № 2(12). С. 50–61.
19. Соціальна напруженість у кризовому соціумі: соціально-психологічний аналіз / О. Г. Злобіна, М. О. Шульга, Л. Д. Бевзенко та ін. ; за наук. ред. О. Г. Злобіної. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2019. 291 с.
20. Соціальна психологія бідності : монографія / Т. І. Белавіна, В. О. Васютинський, В. Ю. Вінков та ін. ; за ред. В. О. Васютинського. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2016. 294 с.
21. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін. ; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
22. Соціально-психологічні чинники інтеграції українського соціуму / О. Г. Злобіна, М. О. Шульга, Л. Д. Бевзенко та ін. ; за наук. ред. О. Г. Злобіної. Київ : Інститут соціології НАН України, 2016. 276 с.
23. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : монографія / за ред. Л. М. Коробки. Київ, 2018. 305 с.
24. Титаренко Т. М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. *Проблеми політичної психології*. 2017. № 5(19). С. 3–10. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2019/11/Ppp_2017_519.pdf
25. Урри Дж. Соціологія за межами обществ: види мобільності для XXI століття / пер. с англ. Д. Кралечкина. Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». Москва : Изд. дом Высшей школы экономики, 2012. URL: <https://id.hse.ru/data/2012/06/20/1255154102/%D0%A3%D1%80%D1%80%D0%B8.pdf>
26. Урсулєнко К. Соціальна солідарність: розвиток поняття в історії соціології та сучасні інтерпретації. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*, 2009. С. 138–157. URL: <http://stmm.in.ua/archive/ukr/2009-1/10.pdf>
27. Филиппов А. Ф. Чувственность и мобилизация. К проблеме политической эстеziологии. De Futuro, или История будущего / под ред. Д. А. Андреева и В. Б. Прозорова. Москва : Политический класс, АИРО. 2008. С. 134–156, 207–231.
28. Хабермас Ю. Расколотый Запад / пер. с нем. Москва : Изд-во «Весь мир», 2008. 192 с.
29. Amin Ash. Ethnicity and the Multicultural City: Living with Diversity. *Environment and Planning A: Economy and Space*. 2002. No. 34(6). P. 959–980. DOI: <https://doi.org/10.1068/a3537>
30. Bude H. Solidarität. Die Zukunft einer großen Idee, Carl Hanser Verlag GmbH, 2019. 103 p. URL: https://www.boeckler.de/pdf/p_mb_5_2019.pdf
31. Chan J., To H. and Chan E. Reconsidering social cohesion: Developing a definition and analytical framework for empirical research. *Social indicators research*. 2006. No. 75(2). P. 273–302. URL: https://www.socialcohesion.info/fileadmin/user_upload/Chan2006_Article_ReconsideringSocialCohesionDev.pdf
32. Cheong, Pauline Hope, Rosalind Edwards, Harry Goulbourne, and John Solomos. “Immigration, Social Cohesion and Social Capital: A Critical Review”. *Critical Social Policy*. 2007. No. 27. P. 24–49. DOI: <https://doi.org/10.1177/0261018307072206>
33. Gofman A. Tradition, morality i solidarity v Durkheim’s theory. *Istanbul University Journal of Sociology*. 2019. No. 39. P. 25–39. DOI: <https://doi.org/10.26650/SJ.2019.39.1.0007>
34. Larsen Christian Albrekt. The Rise and Fall of Social Cohesion: The Construction and Deconstruction of Social Trust in the US, UK, Sweden and Denmark. Oxford : OUP, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199681846.001.0001>
35. Sellberg, My M., Cathy Wilkinson, and Garry D. Peterson. “Resilience Assessment: A Useful Approach to Navigate Urban Sustainability Challenges”. *Ecology and Society*. 2015. No. 20(1). DOI: <https://doi.org/10.5751/ES-07258-20014>

REFERENCES:

1. Amin, Ash. (2002). Ethnicity and the Multicultural City: Living with Diversity. *Environment and Planning A: Economy and Space*. 34(6). 959–980. Retrieved from: <https://doi.org/10.1068/a3537> [in English].
2. Bauman, Z. (2005). Individualizirovannoye obshchestvo [Individualized society]. Per. s angl. V. L. Inozemtseva (Ed.). Moskva : Logos, 2005. Retrieved from: https://socioline.ru/files/5/39/bauman_zigmunt_-_individualizirovannoe_obshchestvo-2005.pdf [in Russian].
3. Bek, U. (2000). Obshchestvo riska. Na puti k drugomu modernu [Risk society. On the way to another modernity]. Per. s nem. V. Sedel'nika i N. Fedorovoy; Poslesl. A. Filippova. Moskva : Progress-Traditsiya. Retrieved from: <http://socio.karazin.ua/resources/60be71e2e8e5ef7171ef10f4f60ca8a4.pdf> [in Russian].
4. Blynova, O. Ye. (2017). Sotsialno-psykholohichni chynnyky podolannia kryzy identychnosti vymushenykh mihrantiv [Socio-psychological factors in overcoming the identity crisis of forced migrants] / S. D. Maksymenko, S. B. Kuzikova & V. L. Zlyvkova (Eds.). *Osobystist yak subiekt podolannia kryzovykh sytuatsii: psykholohiia, teoriia i praktyka*. Kn. 2. Kyiv–Sumy, 162–180 [in Ukrainian].
5. Bogomolova, N. N. (2002). Psikhologiya bol'shikh sotsial'nykh grupp: novyye sud'by, novyye podkhody [Psychology of large social groups: new destinies, new approaches] / N. N. Bogomolova, A. I. Dontsov, T. V. Folomeyeva. Sotsial'naya psikhologiya v sovremennom mire. Moskva : Aspekt Press. 132–147 [in Russian].
6. Bude, H. (2019). Solidarität. Die Zukunft einer großen Idee, Carl Hanser Verlag GmbH. Retrieved from: https://www.boeckler.de/pdf/p_mb_5_2019.pdf [in German].
7. Chan, J., To, H. & Chan, E. (2006). Reconsidering social cohesion: Developing a definition and analytical framework for empirical research. *Social indicators research*. 75(2). 273–302. Retrieved from: https://www.socialcohesion.info/fileadmin/user_upload/Chan2006_Article_ReconsideringSocialCohesionDev.pdf [in English].

8. Cheong, Pauline Hope, Rosalind Edwards, Harry Goulbourne, & John Solomos. (2007). "Immigration, Social Cohesion and Social Capital: A Critical Review". *Critical Social Policy*. 27. 24–49. Retrieved from: <https://doi.org/10.1177/0261018307072206> [in English].
9. Dyurkgeym, È. (1991). O razdelenii obshchestvennogo truda [Add To Selected About the division of social labor]. Moskva : Nauka [in Russian].
10. Filippov, A. F. (2008). Chuvstvennost' i mobilizatsiya. K probleme politicheskoy esteziologii. De Futuro, ili Istoriya budushchego [Sensuality and mobilization. To the problem of political esthes] / D. A. Andreyeva & V. B. Prozorova (Eds.). Moskva : Politicheskii klass, AIRO. 2008. 134–156; 207–231. [in Russian].
11. Gofman, A. (2019). Tradition, morality i solidarity v Durkheim's theory. *Istanbul University Journal of Sociology*. 39. 25–39. Retrieved from: <https://doi.org/10.26650/SJ.2019.39.1.0007> [in English].
12. Habermas, Yu. (2000). Strukturni peretvorennia u sferi vidkrytosti: doslidzhennia katehorii hromadianske suspilstvo [Structural transformations in the field of openness: a study of the category of civil society]. Lviv : Litopys [in Ukrainian].
13. Hornostai, P. P. (2012). Kolektyvna travma i hrupova identychnist [Collective trauma and group identity]. *Psykholohichni perspektyvy*. Spetsialnyi vypusk: *Aktualni problemy psykholohii malykh, serednikh ta velykykh hrup*. (2). 89–95 [in Ukrainian].
14. Larsen, Christian Albrekt. (2013). The Rise and Fall of Social Cohesion: The Construction and Deconstruction of Social Trust in the US, UK, Sweden and Denmark. Oxford: OUP. Retrieved from: <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199681846.001.0001> [in English].
15. Lazarenko, V. (2018). Doslidzhennia prostorovykh identychnosti vnutrishno peremishchenykh osib za dopomohoiu kartohrafichnoi vizualizatsii naratyviv mistsia prozhyvannia: Postanovka problemy [Research of spatial identities of internally displaced persons with the help of cartographic visualization of narratives of the place of residence: Statement of the problem]. *Problemy politychnoi psykholohii*. 7(21). 94–112. Retrieved from: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol21-Year2018-8> [in Ukrainian].
16. Melnyk, L. A. ta in. (2015). Psykosotsialna dopomoha vnutrishno peremishchenym ditiam, yikhnim batkam ta simiam z ditmy zi Skhodu Ukrainy [Psychosocial assistance to internally displaced children, their parents and families with children from: Eastern Ukraine] : posib. dlia praktykiv sotsialnoi sfery. Volynets L. S. (Ed.). Kyiv : TOV "Vydavnychiy dim "Kalyta" [in Ukrainian].
17. Zlobina, O. H., Shulha, M. O., & Bevzenko, L. D. ta in. (2016). Sotsialno-psykholohichni chynnyky intehratsii ukrainskoho sotsiumu [Socio-psychological factors of integration of Ukrainian society]. O. H. Zlobina (Eds.). Kyiv : Instytut sotsiologii NAN Ukrainy [in Ukrainian].
18. Zlobina, O. H., Shulha, M. O., & Bevzenko, L. D. ta in. (2019). Sotsialna napruzhenist u kryzovomu sotsiumi: sotsialnopsykholohichni analiz [Social tensions in a crisis society: socio-psychological analysis]. O. H. Zlobina (Eds.). Kyiv : In-t sotsiologii NAN Ukrainy [in Ukrainian].
19. Okorokova, V. V. (2019). Futurolohichni zasady kontseptsii trahumanizmu [Futurological principles of the concept of transhumanism]. *Hileia : naukovi visnyk*. Vol. 140(2). 66–69 [in Ukrainian].
20. Osipova, Ye. V. (1999). Solidarnost' mekhanicheskaya i organicheskaya [Mechanical and organic solidarity]. Rossijskaja sociologicheskaja jenciklopedija. G. V. Osipova (Ed.). Moskva : NORMA-INFRA [in Russian].
21. Osnovy reabilitatsiinoi psykholohii: podolannia naslidkiv kryzy [Fundamentals of rehabilitation psychology: overcoming the effects of the crisis]. Navchalnyi posibnyk. 2018. Vols. 3. Kyiv [in Ukrainian].
22. Rybalka, V. V. (2017). Psykholohichni peredumovy rozvytku hromadianskoho suspilstva i osobystosti hromadianyna [Psychological prerequisites for the development of civil society and the individual]. *Psykholohiia i osobystist*. 2(12). 50–61 [in Ukrainian].
23. Kravchenko, S. I. (2019). Traktuvannia yavlyshch suspilnoi yednosti v suchasni psykholohii [Interpretation of the phenomena of social unity in modern psychology]. *Psykholohiia: realnist i perspektyvy*. Zbirnyk naukovykh prats RDHU [Psychology: reality and prospects. Collection of scientific works of RDGU.] 12. 121–126. Retrieved from: https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi12.60 [in Ukrainian].
24. Sellberg, MyM., Cathy Wilkinson, & Garry D. Peterson. (2015). "Resilience Assessment: A Useful Approach to Navigate Urban Sustainability Challenges". *Ecology and Society*. 20(1). Retrieved from: <https://doi.org/10.5751/ES-07258-20014> [in English].
25. Spilnota v umovakh voiennoho konfliktu: psykholohichni stratehii adaptatsii: monohrafiia [Community in the context of military conflict: psychological strategies of adaptation : monograph]. 2018. L. M. Korobka (Ed.). Kyiv [in Ukrainian].
26. Bielavina, T. I., Vasiutynskiy, V. O., & Vinkov, V. Yu. ta in. (2016). Sotsialna psykholohiia bidnosti: monohrafiia [Social psychology of poverty: a monograph]. V. O. Vasiutynskiy (Eds.). Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kyiv : Milenium [in Ukrainian].
27. Kamenska, T., Kurchevskiy, Ya.M., Ozhekhovskiy, P. ta in. (2020). Identychnist ta sotsialna solidarnist u Tsentralno-Skhidni Yevropi [Identity and social solidarity in Central and Eastern Europe]. Prof. N. Kovalisko, d-ra A. Yekaterynchuka, prof. O. Liseienko & prof. R. Radzika (Ed.). Lviv : LNU im. Ivana Franka ; Lublin : Wydawnictwo UMCS [in Ukrainian].
28. Tytarenko, T. M., Dvornyk, M. S., & Klymchuk, V. O. ta in. (2019). Sotsialno-psykholohichni tekhnologii vidnovlennia osobystosti pislia travmatychnykh podii : praktychni posibnyk [Socio-psychological technologies of personality recovery after traumatic events : a practical guide]. T. M. Tytarenko (Eds.). Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD [in Ukrainian].



29. Tytarenko, T.M. (2017). Osobystist pered vyklykamy viiny: psykhologichni naslidky travmatyzatsii [Personality before the challenges of war: the psychological consequences of trauma]. *Problemy politychnoi psykhologii*. 5(19). 3–10. Retrieved from: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2019/11/Ppp_2017_519.pdf [in Ukrainian].
30. Urri, Dzh. (2012). Sotsiologiya za predelami obshchestv: vidy mobil'nosti dlya XXI stoletiya [Sociology Beyond Societies: Types of Mobility for the 21st century] / per. s angl. D. Kralechkina. Nats. issled. un-t "Vysshaya shkola ekonomiki". Moskva : Izd. dom Vysshey shkoly ekonomiki. Retrieved from: <https://id.hse.ru/data/2012/06/20/1255154102/%D0%A3%D1%80%D1%80%D0%B8.pdf> [in Russian].
31. Ursulenko, K. (2009). Sotsialna solidarnist: rozvytok poniattia v istorii sotsiologii ta suchasni interpretatsii [Social solidarity: the development of the concept in the history of sociology and modern interpretations]. *Sotsiologhiia: teoriia, metody, marketynh*. 138–157. Retrieved from: <http://stmm.in.ua/archive/ukr/2009-1/10.pdf> [in Ukrainian].
32. Vasiutynskyi, V. O. (2017). Indyvidualni i kolektyvni stratehii adaptatsii meshkantsiv miskykh hromad do zhyttia v period voiennoho konfliktu [Individual and collective strategies for adaptation of urban residents to life during the war conflict]. *Problemy politychoi psykhologii*. 5(19). 43–53. [in Ukrainian].
33. Vasyutyns'kyi V. (2010). Psykhologichni vymiry spilnoty : monohrafiya [Psychological dimensions of community: a monograph]. Kyiv : Zoloti vorota. 120 s. Retrieved from: http://www.ispp.org.ua/backup_ispp/1426077022.pdf [in Ukrainian].
34. Habermas, Yu. (2008). Raskolotyj Zapad [Broken West]. Per. s nem. Moskva : Izd-vo "Ves' mir" [in Russian].
35. Zimmel', Georg. (2006). Izbrannyye raboty [Selected works]. Kiyev : Nika-Tsentr. Retrieved from: https://socioline.ru/files/5/80/zimmel_izbrannyye_raboty.pdf [in Russian].

*Стаття надійшла до редакції 18.01.2022.
The article was received 18 January 2022.*

УДК 159.923.2:316.61
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-10

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ ГРУПИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Яковлева Світлана Дмитрівна,
доктор психологічних наук, професор
Херсонський державний університет
cdyakovleva@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7620-098X>

Метою дослідження є встановлення взаємозв'язку між сприйняттям студентами соціально-психологічного клімату групи та рівнем їх суб'єктивного благополуччя.

Методи. Для вивчення особливостей сприйняття соціально-психологічного клімату студентською молоддю застосовано метод анкетування (О. Стародубець); психологічного благополуччя студентів вивчалось за допомогою методики К. Ріфф (адаптація Т. Шевеленкової, Т. Фесенко), яка містить такі підшкали: «Позитивні відносини з оточуючими», «Автономія», «Управління середовищем», «Особистісне зростання», «Цілі у житті», «Самоприйняття».

Результати. Констатовано, що соціально-психологічний клімат – це сукупність соціально-психологічних явищ та процесів у групі, які представлені системою міжособистісних відносин, групових станів та настроїв, суспільної думки, цінностей, традицій, норм моралі тощо. В емпіричному дослідженні доведено наявність статистично значущих кореляційних взаємозв'язків між рівнем оцінювання соціально-психологічного клімату в університетському середовищі та суб'єктивним психологічним благополуччям у студентської молоді. Показано, що при сприятливому соціально-психологічному кліматі в колективі особистість відчуває свою здатність до самостійного прийняття рішень, до незалежності у думках та вчинках. Позитивна оцінка соціально-психологічної атмосфери університетського середовища впливає на здатність студентів усвідомлювати цінність сьогоденного моменту життя, на формування стійкої життєвої позиції, прагнення до побудови власної траєкторії професійного та особистісного розвитку. Встановлено статистично значущий взаємозв'язок між позитивним ставленням до себе, високим рівнем самооцінки, самоповаги, власного особистісного потенціалу та оцінюванням соціально-психологічного клімату як сприятливого.

Висновки. Соціально-психологічний клімат та соціальне благополуччя особистості пов'язує ставлення особистості до праці, ставлення до інших людей та ставлення до життя, у свою чергу, задоволеність студентами навчанням в університеті залежить від їх позиції у колективній взаємодії.

Ключові слова: студентська група, організаційна культура, заклад вищої освіти, суб'єктивне благополуччя, статусна позиція, соціальний статус, цінності студентської молоді.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE OF THE GROUP AND ITS IMPACT ON THE SUBJECTIVE WELFARE OF THE STUDENT YOUTH

Yakovleva Svitlana Dmytrivna,
Doctor of Psychological Sciences, Professor
Kherson State University
cdyakovleva@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7620-098X>

The aim of the study is to establish the interconnection between students' perception of the socio-psychological climate of the group and their subjective welfare level.

Methods. To study the peculiarities of the perception of the socio-psychological climate by the student youth, the method of questionnaires has been applied (O. D. Starodubets); to study the students' psychological welfare, the technique "The Scale of the Psychological Welfare" has been applied (K. Riff, adapted by T. Shevelenkova, T. Fesenko), which includes the following subscales: "The Positive Relationships with People Around", "Autonomy", "Environment Management", "Personal Growth", "The Goals in Life", "Self-Acceptance".

Results. It has been stated that the socio-psychological climate is a complex of socio-psychological phenomena and processes in the group, which are represented by the system of interpersonal relations, the group's states and moods, public opinion, values, traditions, moral standards, etc. In the empirical research, it has been proved the presence of statistically significant correlational interconnections between the evaluation level of the socio-psychological climate in the university environment and the subjective psychological welfare of the student youth. It has been indicated that in the favorable socio-psychological climate of the collective,



the individual feels the ability to make their own decisions, think and act independently. The positive assessment of the socio-psychological atmosphere of the university environment affects the students' ability to realize the value of today's moment of life, the formation of a stable life position, aspiration to build their own path of professional and personal development. It has been established the statistically significant interconnection between positive attitude towards oneself, high level of self-esteem, self-respect, one's personal potential, and the assessment of the socio-psychological climate as favorable.

Conclusions. The socio-psychological climate and social welfare of the individual are connected with the individual's attitude to work, attitude to other people, and attitude to life, in turn, the students' satisfaction with studying at the university depends on their position in the collective interaction.

Key words: *students' group, organizational culture, higher education institution, subjective welfare, status position, social status, values of the student youth.*

Вступ. Серед чинників, які формують освітнє середовище університету, важливе місце займають процеси, які розгортаються у студентській спільноті, зокрема, в академічних групах. Незважаючи на те, що навчальна діяльність в існуючих умовах не має власне групового характеру, спілкування студентів відіграє певну роль у досягненні навчальних цілей. Всюди, де люди не є відособленими один від одного, вони спілкуються між собою, і тому пов'язані певними відносинами. Ці відносини означають, що у межах офіційних структур формуються особистісні зв'язки між студентами, які перетворюють тих людей, які просто навчаються поруч, у певне соціальне ціле, яке має свої закони існування. Поведінка кожного окремого студента зумовлюється цінностями цього соціального цілого, його нормами, рольовими структурами, способами, за допомогою яких кожна людина може завоювати певне положення (статус), забезпечуючи необхідний міжособистісний комфорт.

Враховуючи психологічні особливості молоді, як соціальної категорії, інтенсивну потребу у спілкуванні, чуттєвість до динаміки свого особистого статусу у студентському середовищі, залежність самооцінки та суб'єктивного благополуччя від ставлення однолітків, викладачів, слід звернути увагу на проблему впливу соціально-психологічного клімату навчальної групи на суб'єктивне благополуччя студентів.

Мета – встановити взаємозв'язок між сприйняттям студентами соціально-психологічного клімату групи та рівнем їх суб'єктивного благополуччя.

Теоретичне обґрунтування проблеми. У сучасних умовах постійно зростає інтерес до явища соціально-психологічного клімату колективу, що диктується перш за все вимогами до рівня психологічної залученості людини до трудової діяльності, ускладненням її психічної життєдіяльності, постійним зростанням її особистісних домагань (Блинова, Ільницька, 2019; Кличковський, 2019). Соціально-психологічний клімат є показником рівня соціального розвитку колективу та його психологічних резервів, які придатні до більш повної реалізації. Значущість соціально-

психологічного клімату визначається також тим, що здатний він бути чинником ефективності тих чи інших соціальних явищ та процесів, слугувати показником як їх поточного стану, так і змін (Демидова, 2014; Чайковська, Онуфрієва, 2019).

Соціально-психологічний клімат є показником рівня психологічної включеності людини до діяльності, міри психологічної ефективності цієї діяльності, рівня психологічного потенціалу особистості та колективу, масштабу та глибини бар'єрів, які лежать на шляху реалізації психологічних резервів колективу (Леонтьєва, Проскурнякова, 2020; Bondarchuk, 2019).

Соціально-психологічний клімат визначаємо як інтегральну характеристику системи міжособистісних відносин у групі, що відображає комплекс психологічних умов, які або забезпечують, або перешкоджають продуктивній спільній діяльності та розвитку особистості (Утлик, 2010). Звідси – диференціювання соціально-психологічного клімату на сприятливий та несприятливий. У понятті «соціально-психологічний клімат» виділяються дві основних складові: по-перше, соціальний клімат, який визначається тим, наскільки усвідомлені членами соціальної групи загальні цілі та завдання, по-друге, психологічний клімат, тобто неформальні відносини, які складаються між членами групи, що перебувають у безпосередньому контакті один з одним. Визначальними ознаками сприятливого соціально-психологічного клімату є:

- довіра та високий рівень вимогливості членів групи один до одного;
- доброзичливість та ділова критика;
- вільне вираження власної думки при обговоренні питань;
- відсутність тиску керівників на підлеглих та визнання їх права приймати важливі для групи рішення;
- достатня інформованість членів групи про її завдання;
- задоволеність належністю до групи;
- високий рівень емоційної залученості та взаємодопомоги;
- прийняття відповідальності за стан справ у групі кожним з його членів (Кличковський, 2018).

Отже, констатуємо, що соціально-психологічний клімат є однією з важливих умов життєдіяльності соціальної групи і разом з тим, механізм зворотного зв'язку особистості з найближчим та найважливішим для неї середовищем безпосередньої діяльності.

Сучасний фахівець має володіти не тільки потрібною сумою фундаментальних та спеціальних знань, але й певними навичками комунікації, які будуть сприяти професійному зростанню. Тому спілкування у групі є одним із основних умов збереження почуття психологічної безпеки особистості (Блинова, Ільницька, 2019; Галуза, 2015; Blynova, Holovkova & Sheviakov, 2018). Психологічною умовою адекватності оцінки власного статусу студентів є рівень емоційної згуртованості групи, який залежить від соціально-демографічної характеристики групи та особливостей міжособистісних відносин із врахуванням емоційного, когнітивного та поведінкового компонентів. Слід врахувати, що комунікативна компетентність розвивається не у всіх студентів рівною мірою, оскільки більша тіснота емоційних зв'язків у групі є чинником поляризації оцінок міжособистісного сприйняття; схожість (жорсткість) групових структур викликає захисне завищення оцінок у низькостатусних студентів при описанні своєї статусної категорії та знижує їх міжособистісні оцінки; заохочення високостатусних студентів та осуд аутсайдерів посилює статусне розшарування, що негативно впливає на соціально-психологічний клімат. Якщо формувати професійні, комунікативні цінності, виховувати лідерські якості у всіх студентів, враховуючи індивідуальний статус, то це призводить до більшої задоволеності спілкуванням у студентській групі та покращення стану психологічного благополуччя студентів (Porovych & Blynova, 2019).

Таким чином, оптимізація психологічного клімату є важливим резервом підвищення ефективності групової діяльності, водночас, можна припустити, що це впливає на рівень суб'єктивного благополуччя студентів. Для розробки заходів щодо оптимізації соціально-психологічного клімату необхідно враховувати його рівень розвитку та особливості, а також виявляти ті чинники, які у даній групі можуть бути застосовані для корекції та розвитку психологічного клімату.

Для цілей нашого дослідження слід охарактеризувати поняття «студентство» або «студентська молодь». Особлива категорія молоді, яка поєднана інститутом вищої освіти, яка відрізняється найбільш високим освітнім рівнем, соціальною активністю, достатньо гармонійним поєднанням інтелектуальної та соціальної зрілості, має назву студентство. Для студента є характерною професійна спрямованість на оволодіння обраною майбутньою

професією та період складного структурування інтелекту людини, яке є дуже індивідуальним та варіативним. Для нього провідними видами діяльності є професійно-навчальна та науково-дослідна при зростанні навчальної, економічної та іншої самостійності (Соколова, Цибилова, 2018). Як правило, ті знання, вміння та навички, які набуває студент, є вже засобами майбутньої професійної діяльності.

Поняття «студент» латинського походження «studens» у перекладі – той, хто плідно працює, навчається, тобто має знання. Студент як людина певного віку та як особистість, може характеризуватися з трьох сторін (Утлик, 2010): 1) з психологічної, яка є єдністю психічних процесів, станів та властивостей. Головне – психологічні властивості, а саме спрямованість, темперамент, характер, здібності, від яких залежить виникнення психічних станів, вияв різних психічних утворень; 2) з соціальної, в якій втілюються суспільні відносини, якості, які зумовлюються належністю студента до певної соціальної групи; 3) з біологічної, яка містить тип вищої нервової діяльності, фізичні характеристики. Ця сторона передвизначена через спадковість та вроджені задатки, але ж певною мірою може змінюватися під впливом умов життя.

Сукупність студентів, які навчаються та спілкуються разом, визначаємо як студентську групу. Отже, студентська група – це сукупність людей, які поєднуються за ознакою віку, залучення до певної соціальної діяльності та підготовці до професійної діяльності, яка навчається за визначеним планом та виконує певні завдання. Проте, слід зауважити, що не кожна студентська група може вважатися колективом, під яким розуміємо сталу у часі організаційну групу людей, які взаємодіють між собою, мають специфічні органи управління, поєднані цілями спільної суспільно корисної діяльності та складною системою формальних та неформальних взаємовідносин між членами групи (Утлик, 2010). На думку А.А. Леонтьєвої, Л.А. Проскурякова, ще варто виокремити поняття «команда», як сформований, добре керований колектив, який має властивості самоорганізації, швидко та ефективно реагує на будь-які зміни ринкової ситуації, вирішує завдання як єдине ціле (Леонтьєва, Проскурякова, 2020).

Студентська група позитивно впливає на процес професійного та особистісного зростання студентів за таких умов:

- група характеризується високим рівнем психологічної сумісності своїх членів, їх взаємною адаптованістю;

- студенти мають навички спільної навчальної, науково-дослідної та іншої корисної діяльності;



– групова психологія (громадська думка, узгоджена система цінностей, норми, традиції), яка орієнтована на високі, суспільно значущі професійні та моральні цінності та характеризується достатньою мотивованістю;

– студенти пов'язані не тільки діловими (навчальними), але й особистісними стосунками (Утлик, 2010, с. 80)

У будь-якій групі, крім процесів її інтегрування, які призводять до перетворення її у колектив, доцільно розглядати ще й процеси групової диференціації, зокрема, інтрагрупового структурування сьогодні розглядаються у соціальній психології як процеси, які детермінуються не одним чинником, а цілою низкою психологічних обставин, частина з яких має індивідуально-особистісний характер. При цьому специфіка сприйняття та аналізування людиною оточуючих її людей, зокрема, людей, які входять до реально функціонуючої референтної групи, не можуть не бути взаємопов'язані із соціальною позицією конкретної особистості в інтрагруповій структурі спільноти.

Ефективність навчання студентів у закладі вищої освіти визначається зовнішніми та внутрішніми критеріями. Внутрішніми критеріями, на думку представників педагогічної науки (Галуза, 2015), можемо вважати академічну успішність навчання, а також якість знань, міру сформованості вмінь та навичок, рівень розвитку здобувача, рівень його навченості. З психологічного погляду, надійним внутрішнім критерієм, на нашу думку, є рівень суб'єктивного благополуччя здобувача у процесі навчання.

Зовнішніми критеріями ефективності процесу навчання є міра адаптованості випускника до соціального середовища та професійної діяльності, темпи зростання процесу самоосвіти як пролонгованого ефекту навчання; рівень освіченості або професійної майстерності; готовність до самоосвіти. Серед психологічних чинників, які, на нашу думку, впливають на ефективність процесу навчання студентів, на рівень їх суб'єктивного благополуччя, ми виокремлюємо стан соціально-психологічного клімату та його сприйняття студентами.

Методи та методологія дослідження. Емпіричне дослідження проведено на базі Херсонського державного університету, в опитуванні взяли участь 63 студента, які навчаються на денній формі, 2–4 курси. Серед них 45 осіб жіночої статі (71,4%) та 18 осіб чоловічої статі (28,6%).

При вивченні соціально-психологічного клімату увагу акцентували на таких аспектах: по-перше, це взаємовідносини із викладачами, які містять у собі звернення до викладачів з тих чи інших питань, їх реакцію на таке звернення, наявність конфліктних ситуацій між студентами та викладачами, їх оцінку ставлення викладачів до студентів в цілому;

по-друге, прояв студентами активності у позанавчальній діяльності університету. Індикаторами активності виступали такі параметри як поінформованість про заходи та події, які відбуваються в університеті, де студенти є або безпосередніми учасниками або глядачами, частота відвідування таких заходів, бажання працювати у різних гуртках та спортивних секціях. Ще одним непрямим індикатором є знання студентами університетських традицій, оскільки ми припускаємо, що чим більшою мірою є активними студенти, тим більше традицій вони знають; по-третє, оцінка загальної атмосфери в університеті, яку визначають такі чинники: наявність злагодженої комунікації між студентами різних курсів та факультетів; відчуття поважного ставлення з боку інших студентів, викладачів та адміністрації, і як наслідок, бажання більше часу проводити в університеті; по-четверте, задоволеність діяльністю окремих підрозділів закладу вищої освіти.

Для вивчення психологічного благополуччя студентів застосовано «Шкалу психологічного благополуччя» (К. Ріфф, в адаптації Т. Шевеленкової, Т. Фесенко), яка містить такі шкали: «Позитивні відносини з оточуючими», «Автономія», «Управління середовищем», «Особистісне зростання», «Цілі у житті», «Самоприйняття».

Результати та дискусії. Результати анкетування студентів щодо окремих проявів соціально-психологічного клімату представлено у таблиці (див. табл. 1).

Більшість студентів звертається до викладачів з тих чи інших питань, але ж частіше з питань навчання (57,14%). Причому 93,65% не відчувають побоювання бути відторгнутими, тільки 6,35% зауважують, що уникають контактів з викладачами, оскільки вони часто не відповідають на поставлені питання.

Що стосується прояву активності студентів, то тут спостерігається суперечлива ситуація. Половина студентів вказує на недостатню поінформованість про заходи, які відбуваються, 53,96% не беруть в них участі, навіть якщо знають про них. Із тих 46,04% респондентів, які залишилися, чверть беруть участь у спортивних заходах, три чверті – у культурних заходах. На регулярній основі в спортивних секціях та творчих колективах зайняті 12,69%. Також студентам було запропоновано відкрите питання, в якому вони мали згадати традиції, які існують в університеті. Необхідно відзначити, що близько половини респондентів не змогли згадати жодної. Серед тих, хто відповів, 42,17% назвали традицію посвяти у студенти. Таким чином, можна зауважити, що близько половини студентів не зацікавлені у прояві власної активності

Таблица 1

Розподіл відповідей респондентів за запитаннями анкети (n = 63)

Запитання	%
<i>До викладачів я звертаюсь...</i>	
а) тільки з питань навчання (навчальної дисципліни)	57,14%
б) я можу звернутися до найбільш приємних для мене викладачів	19,05%
в) можу звернутися за порадою з особистого питання	17,46%
г) я уникаю контактів з викладачами	6,35%
<i>Я вважаю психологічну атмосферу в університеті...</i>	
а) дружельюбна	36,51%
б) комфортна	33,33%
в) байдужа	23,81%
г) некомфортна, навіть, конфліктна	6,35%

Якщо говорити про комунікативну взаємодію студентів, то можна зазначити, що половина студентів спілкується зі студентами інших курсів та факультетів, чверть – зі студентами свого курсу. Поважне ставлення до себе з боку студентів відчувають 63,49%, 66,67% – з боку викладачів.

Домінуюча психологічна атмосфера, яка містить переживання людей, їх ставлення один до одного, до роботи і т.д., впливає на спосіб життя, самопочуття, працездатність та рівень самореалізації студентів. Наслідком такої оцінки є високий відсоток респондентів, які бажають більше часу проводити в університеті і у вільний від навчання час.

Отже, сприятливий соціально-психологічний клімат є одним із вирішальних чинників ефективності групової діяльності. Він пов'язаний із стилем керівництва, лідерства в групі та організації. Сприятливий соціально-психологічний клімат є результатом системної роботи та заходів керівництва, викладачів, співробітників та всіх студентів університету.

Для доведення наявності взаємозв'язку між сприйняттям студентами соціально-психологічного клімату в університетському середовищі та їх суб'єктивного психологічного благополуччя застосовано кореляційний аналіз за допомогою рангового коефіцієнту кореляції Спірмена (див. табл. 2). Кожну відповідь у закритих запитаннях анкети було оці-

нено у певній кількості балів, що надало змогу отримати кількісний показник рівня задоволеності соціально-психологічним кліматом.

Нами отримано статистично значущі взаємозв'язки рівня оцінювання соціально-психологічного клімату з боку студентів та шкалами, які відображають психологічне благополуччя: «позитивні відносини з оточуючими» ($r = 0,297$; $p < 0,05$), що свідчить про довірливі, партнерські, дружні стосунки у студентських групах, відчуття доброзичливої підтримки з боку викладачів; вміння студентів за необхідності приходити до компромісу у відносинах, задоволеність спілкуванням, співпрацею в університетському середовищі. Також наявним є кореляційний зв'язок оцінки СПТ та шкали «автономія» ($r = 0,261$; $p < 0,05$), тобто при сприятливому соціально-психологічному кліматі в колективі особистість відчуває свою здатність до самостійного прийняття рішень, до незалежності у думках та вчинках. Дуже логічно виглядає, на нашу думку, кореляція зі шкалою «управління середовищем» ($r = 0,258$; $p < 0,05$), що підкреслює впевненість особистості, здатність регулювати життєві обставини, ефективно вирішувати складні питання, самостійно створювати сприятливі умови для особистісного та професійного розвитку. Позитивна оцінка соціально-психологічної атмосфери університетського середовища впливає на здатність студентів усвідомлювати цінність сьогоденного моменту життя, на

Таблица 2

Кореляційні взаємозв'язки оцінок соціально-психологічного клімату та показників психологічного благополуччя (n = 63)

Показники психологічного благополуччя	Рівень задоволеності соціально-психологічним кліматом
1. Позитивні відносини з оточуючими	0,297*
2. Автономія	0,261*
3. Управління середовищем	0,258*
4. Особистісне зростання	–
5. Цілі у житті	0,312*
6. Самоприйняття	0,327*



формування стійкої життєвої позиції, прагнення до побудови власної траєкторії професійного та особистісного розвитку ($r = 0,312$; $p < 0,05$). Встановлено статистично значущий позитивний взаємозв'язок між позитивним ставленням до себе, високим рівнем самооцінки, самоповаги, власного особистісного потенціалу та оцінюванням соціально-психологічного клімату як сприятливого.

Отже, важливим є рівень задоволеності спілкуванням в університеті, саме цей соціально-психологічний стрижень надає взаємовідносинам в університеті особливу емоційну продуктивність. Без усвідомлення партнерства у діяльності складно залучити студентів до самостійної роботи, сформуванню професійну спрямованість особистості в цілому. Найбільш ефективний процес університетського виховання та навчання забезпечується саме системою взаємовідносин. Спільна захопленість професійними завданнями складають те емоційне тло, на якому відбувається навчання. Етико-психологічні основи взаємовідносин викладача та студентів складаються поступово. Вони залежать від життєвого, навчального, суспільного досвіду студентів, традицій університету, від професійної кваліфікації викладачів.

Ціннісні орієнтації є компонентом спрямованості особистості та відіграють велику роль у соціальні поведінці людини. Головною функцією ціннісних орієнтацій є регулювання поведінки особистості у певних соціальних умовах. Відповідність вчинків та діяльності людини прийнятним соціальним нормам та правилами створює почуття повноцінності та є обов'язковою умовою нормального самопочуття серед інших людей. У групах, де більшість осіб переживають саме такі почуття, переважає

сприятливий соціально-психологічний клімат, оскільки учасниками колективу комфортно один з одним. Відчуття невідповідності призводить до глибоких переживань, пов'язаних із внутрішнім конфліктом та почуттям власної неповноцінності, до суттєвого зниження рівня психологічного благополуччя.

Висновки. На основі теоретичного аналізування та отриманих результатів емпіричного дослідження можна зробити такі висновки:

Доведено взаємозв'язок між рівнем оцінювання соціально-психологічного клімату та суб'єктивним психологічним благополуччям студентської молоді. Кожна навчальна структура не може існувати, якщо студенти та викладачі не володіють, крім професійних якостей, також необхідними вміннями та навичками, а також правилами та законами, якщо не приймають основних цінностей, які притаманні університетській спільноті. Саме цінності орієнтують студента у тому, яку поведінку слід вважати допустимою та недопустимою. Соціально-психологічний клімат та соціальне благополуччя особистості пов'язує ставлення особистості до праці, ставлення до інших людей та ставлення до життя. Задоволеність людини працею залежить від її позиції у колективній взаємодії

Соціально-психологічний клімат є психологічним феноменом, станом колективної свідомості, що відображається у розумінні людей як комплекс явищ, пов'язаних із умовами праці, системою мотивації та стимулювання, системою міжособистісних відносин.

Перспективами є дослідження особливостей сприйняття соціально-психологічного клімату в середовищі викладачів та чинників збереження психологічного благополуччя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блинова О. Є., Ільницька І. А. Соціально-психологічна безпечність освітнього середовища як чинник позитивного психологічного клімату студентської групи. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2019. № 1. С. 298–309. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2019_1_34
2. Галуза А. В. Коучинг как модель сопровождения профессионального обучения и развития студентов в вузе. *Психологическое сопровождение образовательного процесса*. 2015. Т. 2. № 5-2. С. 51–59.
3. Демидова Е. В. Организационная культура и ее влияние на эффективность учебного процесса. *Eastern European Scientific Journal*. 2014. № 5. С. 126–134.
4. Кличковський С. О. Дослідження взаємозв'язку деструктивних установок міжособистісної взаємодії з соціально-психологічним кліматом підприємства. *Український психологічний журнал*. 2018. № 3. С. 49–59. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2018_3_6
5. Кличковський С. О. Дослідження особливостей соціально-психологічного клімату підприємства у кризовий період. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2019. Вип. 2. С. 119–127. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh_2019_2_19
6. Леонтьева А. А., Проскуракова Л. А. Социально-психологический климат коллектива и эффективность деятельности. *Молодой ученый*. 2020. № 43(333). С. 80–82.
7. Соколова Н. Л., Цибилова Т. Ю. Построение профессиональной карьеры в условиях непрерывного образования. *Научный диалог*. 2018. № 1. С. 295–299.
8. Утлик Э. П. Студенческая группа: психологические факторы личностного и профессионального роста студентов. *Инновации в образовании*. 2010. № 7. С. 75–87.
9. Чайковська О. М., Онуфрієва Л. А. Вплив міжособистісних взаємин на формування соціально-психологічного клімату студентської групи. *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5. № 5. С. 45–61. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.5>

10. 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*. 2019. № 55(1). P. 293–306. DOI: 10.15804/tner.2019.55.1.24
11. Blynova O. Ye., Holovkova L. S., Sheviakov O. V. Philosophical and sociocultural dimensions of personality psychological security. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*. 2018. № 14. P. 73–83. doi: 10.15802/ampr.v0i14.150750
12. Bondarchuk O. Psychological safety of the educational environment in secondary schools as a factor of innovative activities motivation for the Ukrainian teachers. *Studia Universitatis Moldaviae: Stiinte ale Educatiei*. 2018. 0 (9(119)).

REFERENCES:

1. Blynova O. Ye., Ilnytska I. A. (2019). Sotsialno-psykholohichna bezpechnist osvithnoho seredovyscha yak chynnyk pozytyvnoho psykholohichnoho klimatu studentskoi hrupy [Socio-psychological safety of the educational environment as a factor in the positive psychological climate of the student group.]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii – Theoretical and applied problems of psychology*. 1. 298–309.
2. Galuza A. V. (2015). Kouching kak model' soprovozhdeniya professional'nogo obucheniya i razvitiya studentov v vuze [Coaching as a model for supporting professional training and student development at a university]. *Psikhologicheskoe soprovozhdenie obrazovatel'nogo processa – Psychological support of the educational process*. 2(5-2). 51–59.
3. Demidova E.V. (2014). Organizacionnaya kul'tura i ee vliyanie na ehffektivnost' uchebnogo processa [Organizational culture and its impact on the effectiveness of the educational process]. *Eastern European Scientific Journal*. 5. 126–134.
4. Klychkovskiy S. O. (2018). Doslidzhennia vzaiemozv'язku destruktivnykh ustanovok mizhosobystisnoi vzaiemodii z sotsialno-psykholohichnym klimatom pidpriemstva [Research of interrelation of destructive installations of interpersonal interaction with social and psychological climate of the enterprise]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal – Ukrainian Psychological Journal*. 3. 49–59.
5. Klychkovskiy S. O. (2019). Doslidzhennia osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoho klimatu pidpriemstva u kryzoviy period [Research of features of social and psychological climate of the enterprise in crisis period]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya : Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological Sciences*. 2. 119–127.
6. Leont'eva A. A., Proskuryakova L. A. (2020). Social'no-psykholohicheskij klimat kollektiva i ehffektivnost' deyatel'nosti [Socio-psychological climate of the team and performance efficiency]. *Molodoj uchenyj – Young scientist*. 43(333). 80–82.
7. Sokolova N.L., Cibizova T.Yu. (2018). Postroenie professional'noj kar'ery v usloviyakh nepreryvnoho obrazovaniya [Building a professional career in conditions of continuous education.]. *Nauchnyj dialog – Scientific dialogue*. 1. 295–299.
8. Utlik E.P. (2010) Studencheskaya gruppy: psikhologicheskie faktory lichnostnogo i professional'nogo rosta studentov [Student group: psychological factors of personal and professional growth of students]. *Innovacii v obrazovanii – Innovations in education*. 7. 75–87.
9. Chaikovska O. M., Onufriieva L. A. (2019). Vplyv mizhosobystisnykh vzaiemyn na formuvannia sotsialno-psykholohichnoho klimatu studentskoi hrupy [The influence of interpersonal relationships on the formation of the socio-psychological climate of the student group]. *Psykholohichnyi chasopys – Psychological Journal*. 5(5). 45–61. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.5>
10. 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*. 55(1). 293–306. DOI: 10.15804/tner.2019.55.1.24
11. Blynova, O. Y., Holovkova, L. S., Sheviakov, O. V. (2018). Philosophical and sociocultural dimensions of personality psychological security. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*. 14. 73–83. doi: 10.15802/ampr.v0i14.150750
12. Bondarchuk O. (2018). Psychological safety of the educational environment in secondary schools as a factor of innovative activities motivation for the Ukrainian teachers. *Studia Universitatis Moldaviae: Stiinte ale Educatiei*. 0(9 (119)).

Стаття надійшла до редакції 20.01.2022.
The article was received 20 January 2022



СЕКЦІЯ 4. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.972
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-11

РОЛЬ ІНТРОВЕРСІЇ, ПОВЕДІНКОВОЇ ІНГІБІЦІЇ ТА СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ У ПАТОГЕНЕЗІ СОЦІАЛЬНОГО ТРИВОЖНОГО РОЗЛАДУ: ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

Аврамчук Олександр Сергійович,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри клінічної психології
Український католицький університет
avramchuk.md@ucu.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0001-8512-7817>

Мета – провести узагальнений огляд наукових джерел щодо ролі інтроверсії, поведінкової інгібіції та сором'язливості у патогенезі соціального тривожного розладу як модифікуючих факторів адаптації особи до викликів соціальної взаємодії.

Методи. Для досягнення мети дослідження здійснено пошук попередніх досліджень за допомогою сервісів PubMed, Web-of-Science та Research Gate із застосуванням таких критеріїв: дослідження, що опубліковані після 2010 року; дослідження, що стосувалися зв'язку інтроверсії, поведінкової інгібіції та сором'язливості та соціальної тривоги чи соціального тривожного розладу зокрема; дослідження, що стосувалися ролі інтроверсії, поведінкової інгібіції та сором'язливості у патогенезі соціальної фобії. Критеріями виключення були дослідження, учасниками яких були лише діти.

Результати. Опрацьовуючи таку проблематику, було проаналізовано понад 40 наукових статей, із яких 30 опубліковані після 2010 року. У вибраних статтях вказується, що вроджені особливості темпераменту (інтроверсія та нейротизм), зумовлені нейробіологічними основами, демонструють позитивні кореляції із рівнем вираженості соціальної тривоги та формуванням соціального тривожного розладу. Ознаки поведінкової інгібіції сприяють вираженості рис інтроверсії та гіршому психосоціальному функціонуванню. Низка досліджень вказує на опосередковану роль когнітивних упереджень між сором'язливістю, поведінковою інгібіцією та соціальною тривожністю, а також на негативні кореляції із самооцінкою, що у разі дезадаптації та обмежених ресурсів призводять до соціального тривожного розладу.

Висновки. Високий рівень нейротизму та схильність до інтроверсії в умовах соціальної невизначеності сприяє формуванню схильності інтерпретувати нейтральні аспекти соціальної взаємодії як загрози. Поведінкова інгібіція (гальмування), що проявлятиметься соціальною стриманістю та тривогою у соціальних ситуаціях, а також реалізація сором'язливості через негативну оцінку себе, сприятиме формуванню унікаючої поведінки чи відмови від соціальних взаємодій, закріплюючи дезадаптивні переконання щодо себе та життєвих ситуацій, що лежать в основі патогенезу соціального тривожного розладу.

Ключові слова: соціальна тривога, нейротизм, унікаюча поведінка, соціальне відчуження, дисфункційні когнітивні схеми.

THE ROLE OF INTROVERSION, BEHAVIORAL INHIBITION, AND SHYNESS IN THE PATHOGENESIS OF SOCIAL ANXIETY DISORDER: A REVIEW OF THE LITERATURE

Avramchuk Oleksandr Serhiiiovych,
PhD in Psychological Sciences,
Associate Professor at the Clinical Psychology Department,
Ukrainian Catholic University
avramchuk.md@ucu.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0001-8512-7817>

Purpose. To conduct a review of scientific sources on the role of introversion, behavioral inhibition, and shyness in the pathogenesis of social anxiety disorder as modifying factors of personal adaptation to social interaction challenges.

Methods. Previous searches related to the topic of the article were done in PubMed, Web-of-Science, and Research Gate using the following criteria: studies published after 2010; studies have linked introversion, behavioral inhibition, and shyness, and social anxiety or social anxiety disorder in particular; studies have examined the role of introversion, behavioral inhibition, and shyness in the pathogenesis of social phobia. The exclusion criteria were studies in which only children participated.

Results. Analyzed more than 40 scientific articles, 30 were published after 2010. Selected articles indicate that temperament features (introversion and neuroticism), due to neurobiological bases, show positive correlations with the severity of social anxiety and the manifestation of social anxiety disorder. Signs of behavioral inhibition contribute to the severity of introversion traits and poorer psychosocial functioning. Several studies point to the indirect role of cognitive biases between shyness, behavioral inhibition, social anxiety, and negative correlations with self-esteem, which leads to social anxiety disorder in the case of maladaptation and limited resources.

Conclusions. High levels of neuroticism and a tendency to introversion in conditions of social uncertainty contribute to the tendency to interpret neutral aspects of social interaction as threatening. Behavioral inhibition (manifested by social restraint and anxiety in social situations), and the realization of shyness through negative self-esteem, will contribute to the formation of avoidant behavior or rejection of social interactions. That mechanism consolidates maladaptive beliefs about themselves and life situations in the pathogenesis of social anxiety disorder.

Key words: *social anxiety, neuroticism, avoidant behavior, social withdrawal, dysfunctional cognitive schemes.*

Вступ. Темі соціальної тривоги присвячено досить літератури, водночас актуальність дослідження цього феномену не згасає з роками. З урахуванням викликів сьогодення у наукових дослідженнях усе більше спостерігається зміщення акценту на соціальну тривогу як компонент соціального тривожного розладу.

Соціальний тривожний розлад (СТР), або соціальна фобія, розглядається як один з крайніх варіантів континууму психічного здоров'я, для якого стрижневим компонентом є соціальна тривога як симптом чи соціальна тривожність як особистісна риса.

За останні 30 років оцінки поширеності СТР серед загальної популяції зросли з 2% до понад 12%, водночас 20% прогнозованих результатів становлять особи, які відзначають, що вони «дуже сором'язливі», а супутній цій особистісній рисі дистрес викликає суттєві порушення загального та соціального функціонування (Henderson, Zimbardo, 2010). Дослідження поширеності соціальної фобії та рівня соціальної тривоги зі значущим дистресом вказує, що з огляду на культурні, соціальні та економічні відмінності між країнами, близько третини молоді віком 16–29 років однаково демонструють субклінічні критерії соціального тривожного розладу (Jefferies, Ungar, 2020). Через хронічний та виснажливий тип перебігу соціальний тривожний розлад асоціюється зі значущим дистресом, схильністю до рецидивів та високим рівнем соціального дисфункціонування (Alonso, Angermeyer, Bernert, et al., 2004; Stein, Lim, Roest, 2017). Коморбідність з поширеними афективними та тривожними порушеннями ускладнює процес діагностики та психосоціальної допомоги. Так, у дослідженні молоді P. Jefferies та M. Ungar вказується, що приблизно 18% вибірки (понад 6 тис. досліджуваних) не вважали, що страждають від наслідків

соціальної тривожності, але демонстрували клінічно значимі ознаки розладу (Jefferies, Ungar, 2020). Однак, окрім усвідомленості щодо соціальної фобії, цим людям притаманне занепокоєння перед зверненням за допомогою через соціальну стигму, страх бути відкинутим чи незрозумілим. Зокрема, сучасні дослідження вказують на те, що особи з персистентними симптомами соціальної фобії демонструють більше занепокоєння у зв'язку із ситуацією COVID-19 і карантинними обмеженнями, також почуваються самотніми порівняно з іншими та демонструють схильність негативно оцінювати власний соматичний і психічний стан у контексті наслідків пандемії (Olivera-La Rosa, Chuquichambi, Ingram, 2020; Hawes, et al., 2021). Одним з механізмів вразливості може розглядатися зростання почуття недостатньої власної компетентності перед життєвими викликами, яка є більш актуальною у нових невизначених умовах і ситуаціях, та впливатиме на маніфестацію психопатологічних симптомів (Tindall & Curtis, 2019; Hoffart, Johnson, Ebrahimi, 2021).

Теоретичне обґрунтування проблеми. Соціальний тривожний розлад у фаховій літературі зазвичай розглядають як стійкий ірраціональний страх виконання будь-яких суспільних дій або діяльності, що привертає чи супроводжується увагою зі сторони як знайомих чи незнайомих осіб (Пшук, Слободянюк, 2015).

Історично соціальна фобія як розлад розглядається у концепціях інтроверсії та нейротизму, сором'язливості, соціальної відмови, поведінкового пригнічення (інгібіції) та нав'язливого страху перед публічною активністю (взаємодією). Ми підтримуємо думку, що всі ці аспекти не є самостійними у патогенезі соціального тривожного розладу, а саме їх перекриття як модифікуючих факторів зумовлює схильність до формування



такої нозології (Chronis-Tuscano, Danko, Rubin, Coplan, & Novick, 2018).

Серед патогенетичних моделей когнітивні моделі емоційного та поведінкового реагування набули найбільшого поширення. Когнітивні моделі соціальної тривожності зосереджуються на механізмах уникнення життєвого досвіду соціальної взаємодії, у відповідь на викривлення інтерпретацій та сприйняття себе, інших і життєвих подій (Oei & Baranoff, 2007; Boden, et al., 2012; Heegen, Mogoase, Pierre, McNally, 2015). Попередні дослідження вказують, що для осіб з розладом соціальної тривоги характерна впевненість у неспроможності змінити та/або контролювати власні емоції та поведінку у відповідь на типові переконання щодо власної самооцінки та негативної оцінки зі сторони. У такий спосіб для них характерною є тривожна чутливість в умовах соціальної активності чи взаємодії, виражена емоційна реактивність та помітна схильність до уникнення (De Castella, et al., 2014; Spence, Rapee, 2016; Daniel, et al., 2020).

Водночас для кращого розуміння патогенетичних механізмів соціальної фобії необхідні лонгітюдні дослідження, що вивчають зміни на різних рівнях поведінки та мислення. З огляду на те, що більшість досліджень етіо-патогенетичних механізмів формування та розвитку соціальної фобії опубліковані до 2010 року, видається за необхідне переглянути та узагальнити актуальні наукові дані.

Актуальне дослідження ставить за мету провести узагальнений огляд наукових джерел щодо ролі інтроверсії, поведінкової інгібіції та сором'язливості у патогенезі соціального тривожного розладу як модифікуючих факторів адаптації особи до викликів соціальної взаємодії. Ми передбачаємо, що згадані вище фактори у тісній взаємодії формують вразливість до формування соціального тривожного розладу, однак не є самостійними етіо-патогенетичними чинниками.

Методологія та методи. Пошук попередніх досліджень здійснювався за допомогою сервісів PubMed, Web-of-Science та Research Gate. Для нашого огляду було використано такі критерії: дослідження, що опубліковані після 2010 року; дослідження, що стосувалися зв'язку інтроверсії, поведінкової інгібіції та сором'язливості та соціальної тривоги чи соціального тривожного розладу зокрема; дослідження, що стосувалися ролі інтроверсії, поведінкової інгібіції та сором'язливості у патогенезі соціальної фобії. Критеріями виключення були дослідження, учасниками яких були лише діти.

Пошук здійснювався за допомогою таких ключових слів у назвах, анотаціях та основному тексті з використанням стандарту «Структуризації ключових слів MeSH»: «соці-

альний тривожний розлад» та «інтроверсія»; «соціальний тривожний розлад» та «поведінкова інгібіція»; «соціальний тривожний розлад» та «сором'язливість»; «соціальний тривожний розлад» та «інтроверсія» та «поведінкова інгібіція» та «сором'язливість». Також були застосовані коригування на синоніми «соціальний тривожний розлад» як «соціальна фобія» і «соціофобія». Пошук здійснювався англійською мовою.

Результати та дискусії. Однією з типових особливостей людей, схильних до соціальної фобії, або тих, хто відчуває суттєву соціальну тривогу, є замкнутість у контексті інтроверсії. У класичних теоріях К. Jung та Н. Eysenck інтроверсія осмислювалася як вроджена схильність людей діяти певними способами, зокрема проявляти стриманість, зосередженість на внутрішніх потребах та відчуттях, поміркованість і стабільність у своїх вчинках. Подальші дослідження розширюють трактування інтроверсії у контексті схильності до інтерналізації соціальних і культурних правил (переконань), типових для середовища. У такий спосіб детерміновані риси темпераменту та сформовані на їх основі риси особистості виступають як протективні фактори, так і фактори вразливості у взаємодії з життєвими викликами. Вроджені особливості темпераменту, які відповідно до моделі R. Cloninger зумовлені нейробіологічними основами, демонструють позитивні кореляції з формуванням соціальної тривоги та соціального тривожного розладу (Spence, Rapee, 2016; Wong, Rapee, 2016). Згадані вище риси особистості в умовах суттєвого дистресу можуть варіювати до крайньої межі й часто асоціюються з підвищеною загальною тривожністю, пригніченим (депресивним) настроєм та схильністю до соціального дистанціювання, що вказує на їхній зв'язок з проявами нейротизму (як емоційно-вольовою нестійкістю). Нейротизм можна розглядати як основний предиктор інтерналізації проблем, що може пояснювати схильність до заниженої самооцінки, стійке почуття провини і сорому та очікування негативного результату, які часто трапляються як компоненти особистісного реагування людей, схильних до соціальної фобії (De Pauw, Mervielde, 2010). Попередні дослідження в межах п'ятифакторної моделі особистості R. McCrae та P. Costa вказують на позитивний зв'язок нейротизму із рівнем вираженості соціальної тривоги та негативний (обернений) зв'язок з екстраверсією (континуум екстраверсія – інтроверсія), доброзичливістю (довірою) і сумлінністю (усвідомленість, самодисципліна, компетентність) (Kaplan, Levinson, Rodebaugh, Menatti, & Weeks, 2015).

J. Grimes, J. Cheek та J. Norem (2011) під час конференції Society for Personality

and Social Psychology у San Antonio відзначили, що людина може мати низьку соціальну потребу у взаємодії (як один з вимірів інтроверсії) й не відчувати тривоги від присутності чи взаємодії з іншими людьми, водночас інша людина, яка страждає від вираженої соціальної тривоги, може бути досить соціальною як прояв компенсаторного реагування (Grimes, Cheek & Norem, 2011). З теорії схем J. Young можна виокремити ідею, що темперамент відіграє суттєву роль у тому, як люди долають проблеми, якими типовими переконаннями керуються, які емоції та почуття переживають. Так, дослідження вказують на статистично значущу кореляцію між ранніми дисфункційними (дезадаптивними) схемами, високим нейротизмом та схильністю до інтроверсії (Thimm, 2010). Зазначається, що темперамент впливає на копінг-стратегії, опосередковуючи патогенез дезадаптивних когнітивних схем. У такий спосіб копінг-стратегії, що орієнтовані як на уникнення, так і на надмірну компенсацію стресових факторів, зміцнюють зв'язок між нейротизмом та дисфункційними схемами (Mairet, Boag, Warburton, 2014). Результати S. Broeren та колег (2011) вказують, що існують позитивні кореляції між показниками загальної вразливості, повторюваними негативними думками та емоційними проблемами: занепокоєння та роздуми діяли як часткові посередники у зв'язку між невротизмом та симптомами тривоги та депресії (Broeren, Muris, Bouwmeester, van der Heijden, & Abee, 2011).

Роль переконань та особистісної вразливості у патогенезі соціального тривожного розладу зокрема представлена у контексті когнітивно-поведінкових моделей. Так, когнітивна модель A. Wells та D.M. Clark (1996) розглядає осіб із соціальною фобією як схильних до проблемних (дезадаптивних) припущень про себе та навколишній «соціальний світ» на основі раннього (частіше дитячого) досвіду (Khakpoor, Saed, & Shahsavari, 2019). Такі припущення будуються навколо рішень та наслідків життєвих ситуацій, сприйнятих як небезпечних, що, своєю чергою, викликає тривогу і занепокоєння. У пізніших переглядах моделі було розширено бачення механізмів, зокрема, що когнітивне опрацювання потенційної ситуації до її настання (своєрідна «стратегія діяти на випередження») та інтерпретація подій після неї опосередковує зв'язок між дисфункціональними когнітивними процесами (припущеннями) та соціальною тривоگو.

Не менш впливовою у західній психології є теоретична модель S.H. Spence та R.M. Rapee (2016). Відповідно до неї шляхи розвитку соціального тривожного розладу починаються з особливостей темпераменту людини. У пропонованій моделі автори не

виокремлюють роль оцінки власної поведінки чи інтерпретації поведінки інших людей, вказуючи, що самопізнання соціально тривожних дітей та підлітків, як правило, негативне за своєю валентністю, незалежно від якості (Blöte, Miers, Van den Bos, Westenberg, 2019). Так, перебування в умовах соціальної невизначеності чи маючи досвід неоднозначних соціальних ситуацій сприяє формуванню схильності інтерпретувати їх як загрози.

На нашу думку, диференціація між впливом різних переконань щодо себе та реагування інших у соціальній ситуації є практично корисною. Розуміння механізму негативного тлумачення поведінки та намірів інших людей може стати важливим фактором переходу соціальної тривоги із відносно легкої проблеми у соціальний тривожний розлад. Надмірна захисна (опікаюча від негативного досвіду чи ригідне фокусування на тому, що все можна змінити, доклавши зусиль) та невідповідна (або негативна) реакція інших людей на прояви поведінкової інгібіції чи сором'язливості негативно вплине на самосприйняття особи, збільшуючи її тривогу в незнайомих ситуаціях або з незнайомими людьми (Viana & Gratz 2012; Ryan & Ollendick, 2018). Так, відповідно до теорії потрібної вразливості S.G. Hofmann та D.H. Barlow поведінкова інгібіція (свідоме чи підсвідоме пригнічення емоцій, реакцій та думок) та/або сором'язливість як риса темпераменту під впливом особистих факторів і факторів навколишнього середовища (погані соціальні навички, негативні реакції однолітків, негативний досвід соціального пізнання, негативні життєві події тощо) призводять до соціальної тривоги, а у випадку дезадаптації та обмежених ресурсів до соціального тривожного розладу (Khakpoor, Saed, & Shahsavari, 2019).

Це підводить нас до таких аспектів, пов'язаних з теорією темпераменту та соціальною тривоگو, як гальмування/пригнічення (інгібіція) поведінки та концепція «сором'язливість».

Поведінкова інгібіція (або гальмування/пригнічення поведінки), як правило, розуміється як переживання страху, уникнення та постійної пильності (обережності) щодо нових стимулів, чи то незнайомці або непередбачувані події. Marilyn Essex та колеги вказують, що поведінкова інгібіція у дітей молодшого віку проявляється підвищеною реакцією страху як на соціальні, так і на несоціальні події чи об'єкти, які є новими, тоді як з віком цей феномен насамперед більше характеризується соціальною стриманістю та тривоگو у соціальних ситуаціях (Essex, Klein, Slattery, Goldsmith, and Kalin, 2010).

Alva Tang та колеги вказують, що діти з ознаками поведінкової інгібіції (як риси темпераменту) у підлітковому віці проявляли



виражені риси інтроверсії з гіршим функціонуванням у деяких сферах соціального та психічного здоров'я порівняно з однолітками (Tang, Crawford, Morales, Degnan, Pine, Fox, 2020).

V. LoBue та K. Pérez-Edgar пропонують розглядати чутливість до соціальної загрози як ранній маркер для пізнішої появи соціально-емоційної та поведінкової дезадаптації (LoBue, & Pérez-Edgar, 2014). На відміну від страху незнайомих людей, який, як правило, знижується впродовж дитячих років, поведінкова інгібіція є стабільною стратегією емоційного та поведінкового реагування. Частіше розвиток поведінкової інгібіції пов'язаний з ранніми переживаннями стресових (травматичних) ситуацій та подій, у тому числі пов'язаних з батьківською опікою (Lewis-Morrarty, Degnan, Chronis-Tuscano, Pine, Henderson, and Fox, 2015). Ненадійна прив'язаність і поведінкове гальмування збільшують ризик інтерналізації проблем, що збільшує вразливість до афективних і тривожних порушень. Тривала поведінкова інгібіція у дитячому анамнезі асоціюється з розвитком соціальної абстиненції (соціального відсторонення або соціальної ізоляції) і соціального тривожного розладу зокрема (Clauss, & Blackford, 2012). Результати нейробіологічних досліджень вказують на надмірну чутливість нейронних мереж, які відповідають за винагороду або мотивацію уникати помилок, серед дітей з поведінковими та емоційними порушеннями, характерними для соціальної фобії, що зумовлює їх соціальну стриманість та поведінкову інгібіцію на нові стосунки чи соціальні активності (Lahat, Benson, Pine, Fox, & Ernst, 2018).

Цей феномен також слід відрізнити від сором'язливості як психологічного стану, який викликає почуття емоційного дискомфорту та призводить до уникнення (обмеження) соціальних контактів. Сором'язливість, розглядаючи у контексті поведінкового гальмування, S.P. Vassilopoulos та колеги концептуалізують як наявність надмірної самосвідомості та негативної самооцінки у відповідь на реальні чи уявні соціальні взаємодії (Vassilopoulos, Brouzos, Moberly, & Spyropoulou, 2017). Слід зазначити, що діагностична межа між сором'язливістю та проявами у контексті соціального тривожного розладу не завжди є чіткими та прозорими, зокрема, не всі сором'язливі особи відповідають діагностичним критеріям соціальної фобії. У такий спосіб сором'язливість слід розглядати як більш вужчу концепцію, яка стосується конкретних соціальних ситуацій та потенційних наслідків дискомфорту, який відчувається у той момент.

Сором'язливість зазвичай розглядають як універсальне явище, іноді як варіант типу

темпераменту або риси характеру (що асоціюється з інтроверсією), особливості проявів та рівень поширеності якої різняться у різних соціальних середовищах і культурах. Попередні дослідження феномену вказують на реалізацію сором'язливості через негативну оцінку себе на когнітивному рівні, почутті тривоги перед соціальною активністю чи у присутності інших на афективному рівні, фізіологічному рівні проявів збудження симпатичної нервової системи, а також у варіантах унікаючої поведінки, в т.ч. до відмови від соціальних взаємодій (Heiser, Turner, & Beidel, 2003; Poole, Van Lieshout, Schmidt, 2017). Поруч з цим надмірна сором'язливість і наслідки проблем у стосунках з однолітками можуть призвести до формування стійких переконань щодо низької самооцінки, схильності до соціальної відчуженості (замкнутості) та інших невротичних розладів чи емоційних та поведінкових порушень (Poole, Van Lieshout, Schmidt, 2017).

Низка досліджень вказує на опосередковану роль когнітивних упереджень між сором'язливістю як рисою та соціальною тривожністю у ранньому підлітковому віці (Weeks, Ooi, & Coplan, 2016). S.P. Vassilopoulos та колеги припустили, що функціональна подібність між тривожною румінацією та когнітивним опрацюванням передбачуваної моделі події до та після неї може діяти як фактор, що опосередковує зв'язок між сором'язливістю та соціальною тривогою у молоді (Vassilopoulos, Brouzos, Moberly, & Spyropoulou, 2017). Як доповнення негативне соціальне самосприяття більш опосередковує зв'язок соціальної тривожності та сором'язливості, ніж упередженість соціальної інтерпретації (Blöte, Miers, Van den Bos, Westenberg, 2019).

Результати кореляційного аналізу у дослідженні R. Guangming та колег продемонстрували позитивну асоціацію сором'язливості із соціальною тривожністю та поведінковою інгібіцією, й негативні кореляції з самооцінкою (Ran, Zhang, & Huang, 2018). У такий спосіб низька самооцінка та поведінкова інгібіція можуть виступати патогенетичними посередниками між почуттям сорому у досвіді конкретних ситуацій у минулому та соціальною тривогою як запобіжним механізмом щодо майбутніх подій. Christina A. Brook та Teena Willoughby описали 3 фактори, що розкривають взаємодію механізмів у формуванні соціального тривожного розладу: перший – почуття страху перед негативною оцінкою, збентеженням, втратою усвідомленості, контролю, авторитету; другий – тривожність та сором'язливість за безпосередньої взаємодії; третій асоціюється із занепокоєнням щодо працездатності чи соціальної корисності (Brook, & Willoughby, 2019).

Є незначна кількість даних, які вказують на комплементарне поєднання соціальної тривожності та сором'язливості як протективної взаємодії та стратегії, зокрема щодо уникнення зловживання психоактивними речовинами та алкоголем серед молоді (Lemyre, Gauthier-Légaré, & Bélanger, 2019). Водночас з огляду на патогенез соціальної фобії безкомпромисне уникнення та відмова від вживання психоактивних речовин також може спонукати уникати перебування у соціальних ситуаціях, які можуть асоціюватися зі зловживанням (наприклад, відзначення особливих подій чи святкування днів народжень) або підкріплювати непродуктивні переконання у власній негнучкості, некомформності й підсилювати страх соціального відторгнення у ситуаціях, коли існує традиція вживання алкоголю чи інших наркотичних речовин. Можливо, у зв'язку з цим у клінічній практиці лікування соціальної фобії ми часом спостерігаємо чергування періодів підсилення мотиву вживання психоактивних речовин, щоб зменшити тягар сорому та тривожної симптоматики, з періодами жорсткого контролю й уникненням соціальних стосунків чи провокуючих подій.

Висновки. Узагальнюючи отриману під час огляду наукової літератури інформацію, можна зробити висновок, що високий рівень нейротизму та схильність до інтроверсії в умовах соціальної невизначеності (включаючи досвід неоднозначних соціальних ситуацій) сприяє формуванню схильності інтерпретувати нейтральні аспекти соціальної взаємодії як загрозливі. Таку чутливість до соціальної загрози та актуалізовані під її впливом копінг-стратегії можна інтерпретувати як ранні маркери появи соціально-емоційної та поведінкової дезадаптації надалі.

Поведінкова інгібіція у згаданій моделі проявлятиметься соціальною стриманістю та тривогою у соціальних ситуаціях, а уникнення та постійна пильність щодо нових стимулів закріплюватиме дезадаптивні переконання (схеми) щодо себе та життєвих ситуацій. Досвід ненадійної прив'язаності у дитинстві та поведінкове гальмування збільшують ризик інтерналізації психологічних проблем, що збільшує вразливість до тривожних моделей емоційного реагування у майбутньому. Подібність механізмів і спільне підсилення тривожної румінації та когнітивного опрацювання «передбачуваної» моделі подій опосередковує зв'язок між сором'язливістю та соціальною тривогою у молоді. У такому разі поведінкова інгібіція може виступати патогенетичним посередником між почуттям сорому та соціальною тривогою. Водночас реалізація сором'язливості через негативну оцінку себе (на когнітивному рівні) та почуття тривоги перед соціальною активністю чи у присутності інших (на афективному рівні) посилюватиме фізіологічні зміни проявів збудження симпатичної нервової системи, що сприятиме формуванню уникаючої поведінки чи відмови від соціальних взаємодій як варіантів поведінкової інгібіції.

Розробка концептуальної моделі патогенезу соціального тривожного розладу з урахуванням модифікуючих факторів та факторів вразливості сприятиме наданню психологічної допомоги особам із соціальним тривожним розладом, особливо у періоди життєвих криз та втрат. Подальші напрацювання будуть спрямовані на розширення такої моделі та її імплементацію у практичні рекомендації надання психологічної допомоги особам із соціальною фобією.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Henderson L., Zimbardo Ph. Shyness, Social Anxiety, and Social Anxiety Disorder / Editor(s): Stefan G. Hofmann, Patricia M. DiBartolo, Social Anxiety (Second Edition). Academic Press. 2010. P. 65–92, ISBN 9780123750969. URL: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375096-9.00003-1>
2. Jefferies P., Ungar M. Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PLoS One*. 2020. Vol. 15. No. 9. P. e0239133. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>
3. Alonso J., Angermeyer M.C., Bernert S., Bruffaerts R., Brugha T.S., Bryson H., de Girolamo G., Graaf R., Demyttenaere K., Gasquet I., Haro J. M., Katz S. J., Kessler R. C., Kovess V., Lépine J. P., Ormel J., Polidori G., Russo L. J., Vilagut G., Almansa J., ... ESEMeD/MHEDEA 2000 Investigators, European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD) Project. Disability and quality of life impact of mental disorders in Europe: results from the European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD) project. *Acta psychiatrica Scandinavica. Supplementum*. 2004. No. 420. P. 38–46. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1600-0047.2004.00329.x>
4. Stein D. J., Lim C., Roest A. M., de Jonge P., Aguilar-Gaxiola S., Al-Hamzawi A., Alonso J., Benjet C., Bromet E. J., Bruffaerts R., de Girolamo G., Florescu S., Gureje O., Haro J. M., Harris M. G., He Y., Hinkov H., Horiguchi I., Hu C., Karam A., ... WHO World Mental Health Survey Collaborators. The cross-national epidemiology of social anxiety disorder: Data from the World Mental Health Survey Initiative. *BMC medicine*. 2017. Vol. 15. No. 1. P. 143. URL: <https://doi.org/10.1186/s12916-017-0889-2>
5. Olivera-La Rosa A., Chuquichambi E. G., Ingram, G. Keep your (social) distance: Pathogen concerns and social perception in the time of COVID-19. *Personality and individual differences*. 2020. No. 166. P. e110200. URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110200>



6. Hawes M. T., Szenczy A. K., Klein D. N., Hajcak G., Nelson B. D. Increases in depression and anxiety symptoms in adolescents and young adults during the COVID-19 pandemic. *Psychological Medicine*. 2021. P. 1–9. URL: <https://doi.org/10.1017/S0033291720005358>
7. Tindall I.K., Curtis G.J. Validation of the Measurement of Need Frustration. *Frontiers in psychology*. 2019. No. 10. P. 1742. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01742>
8. Hoffart A., Johnson S. U., Ebrahimi O. V. Loneliness during the COVID-19 pandemic: change and predictors of change from strict to discontinued social distancing protocols. *Anxiety, stress, and coping*. 2021. P. 1–14. URL: <https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1958790>
9. Пшук Н. Г., Слободянюк Д. П. Роль психосоціальних чинників у генезі соціальної дезадаптації у студентської молоді. *Український вісник психоневрології*. 2015. Том 23, Вип. 2 (83). С. 86–91.
10. Chronis-Tuscano A., Danko C. M., Rubin K. H., Coplan R. J., Novick D. R. Future Directions for Research on Early Intervention for Young Children at Risk for Social Anxiety. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 2018. Vol. 47, No. 4. P. 655–667. DOI: 10.1080/15374416.2018.1426006
11. Oei T.P.S., Baranoff J. Young schema questionnaire: Review of psychometric and measurement issues. *Australian Journal of Psychology*. 2007. Vol. 59, No. 2. P. 78–86. DOI: <https://doi.org/10.1080/00049530601148397>
12. Boden M.T., John O.P., Goldin P.R., Werner K., Heimberg R.G., Gross J.J. The role of maladaptive beliefs in cognitive-behavioral therapy: Evidence from social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*. 2012. Vol. 50. P. 287–291. URL: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.02.007>
13. Heeren A., Mogoşe C., Pierre Ph., McNally R.J. Attention bias modification for social anxiety: a systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*. 2015. Vol. 40. P. 76–90. URL: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.06.001>
14. De Castella K., Goldin P., Jazaieri H., Ziv M., Heimberg R. G., Gross J. J. Emotion beliefs in social anxiety disorder: Associations with stress, anxiety, and well-being. *Australian Journal of Psychology*. 2014. DOI: <https://doi.org/10.1111/ajpy.12053>.
15. Spence S. H., Rapee R. M. The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour Research and Therapy*. 2016. Vol. 86. P. 50–67. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.06.007>
16. Daniel K. E., Goodman F. R., Beltzer M. L. et al. Emotion Malleability Beliefs and Emotion Experience and Regulation in the Daily Lives of People with High Trait Social Anxiety. *Cogn Ther Res*. 2020. Vol. 44. P. 1186–1198. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10139-8>
17. Wong Q. J. J., Rapee R.M. The aetiology and maintenance of social anxiety disorder: A synthesis of complementary theoretical models and formulation of a new integrated model. *Journal of Affective Disorders*. 2016. Vol. 213. P. 84–100. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.069>
18. De Pauw S. S., Mervielde I. Temperament, personality and developmental psychopathology: a review based on the conceptual dimensions underlying childhood traits. *Child psychiatry and human development*. 2010. Vol. 41. No. 3. P. 313–329. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10578-009-0171-8>
19. Kaplan S. C., Levinson C. A., Rodebaugh T. L., Menatti A., Weeks J. W. Social anxiety and the Big Five personality traits: the interactive relationship of trust and openness. *Cognitive behaviour therapy*. 2015. Vol. 44. No. 3. P. 212–222. DOI: <https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1008032>
20. Grimes J., Cheek J., Norem J. Four Meanings of Introversion: Social, Thinking, Anxious, and Inhibited Introversion. Матеріали щорічної конференції асоціації особистісної та соціальної психології, м. Сан Антоніо, 2011. URL: https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2014/06/Introversion_4_domains_SPSP_2011_Grimes__Cheek__Norem-libre.pdf
21. Thimm J. C. Personality and early maladaptive schemas: a five-factor model perspective. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 2010. Vol. 41. No. 4. P. 373–380. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2010.03.009>.
22. Mairet K., Boag S., Warburton W. How important is temperament? The relationship between coping styles, early maladaptive schemas and social anxiety. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 2014. Vol. 14. No. 2. P. 171–190.
23. Broeren S., Muris P., Bouwmeester S., van der Heijden K. B., Abee A. The Role of Repetitive Negative Thoughts in the Vulnerability for Emotional Problems in Non-Clinical Children. *Journal of child and family studies*. 2011. Vol. 20. No. 2. P. 135–148. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10826-010-9380-9>
24. Khakpoor S., Saed O., Shahsavari A. The concept of “Anxiety sensitivity” in social anxiety disorder presentations, symptomatology, and treatment: A theoretical perspective. *Cogent Psychology*. 2019. Vol. 6. No. 1. P. e1617658. DOI: 10.1080/23311908.2019.1617658
25. Blöte A. W., Miers A. C., Van den Bos E., Westenberg P. M. Negative social self-cognitions: How shyness may lead to social anxiety. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 2019. Vol. 63. P. 9–15. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.05.003>
26. Viana A. G., Gratz K. L. The Role of Anxiety Sensitivity, Behavioral Inhibition, and Cognitive Biases in Anxiety Symptoms: Structural Equation Modeling of Direct and Indirect Pathways. *J. Clin. Psychol*. 2012. No. 68. P. 1122–1141. DOI: <https://doi.org/10.1002/jclp.21890>
27. Ryan S. M., Ollendick T. H. The Interaction Between Child Behavioral Inhibition and Parenting Behaviors: Effects on Internalizing and Externalizing Symptomology. *Clinical child and family psychology review*. 2018. Vol. 21. No. 3. P. 320–339. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0254-9>
28. Essex M. J., Klein M. H., Slattery M. J., Goldsmith H. H., Kalin N. H. Early Risk Factors and Developmental Pathways to Chronic High Inhibition and Social Anxiety Disorder in Adolescence. *American Journal of Psychiatry*. 2010. Vol. 167. No. 1. P. 40–46.

29. Tang A., Crawford H., Morales S., Degnan K.A., Pine D.S., Fox N.A. Infant behavioral inhibition predicts personality and social outcomes three decades later. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2020. Vol. 117, No. 18. P. 9800-9807. DOI: 10.1073/pnas.1917376117
30. LoBue V., Pérez-Edgar K. Sensitivity to social and non-social threats in temperamentally shy children at-risk for anxiety. *Developmental Science*. 2014. No. 17. P. 239–247.
31. Lewis-Morrarty E., Degnan K. A., Chronis-Tuscano A., Pine D. S., Henderson H. A., Fox N. A. Infant Attachment Security and Early Childhood Behavioral Inhibition Interact to Predict Adolescent Social Anxiety Symptoms. *Child Dev.* 2015. No. 86. P. 598–613. DOI: <https://doi.org/10.1111/cdev.12336>
32. Clauss J. A., Blackford J. U. Behavioral inhibition and risk for developing social anxiety disorder: a meta-analytic study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2012. Vol. 51. No. 10. P. 1066–1075. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.08.002>
33. Lahat A., Benson B. E., Pine D. S., Fox N. A., Ernst M. Neural responses to reward in childhood: relations to early behavioral inhibition and social anxiety. *Social cognitive and affective neuroscience*. 2018. Vol. 13. No. 3. P. 281–289. DOI: <https://doi.org/10.1093/scan/nsw122>
34. Vassilopoulos S., Brouzos A., Moberly N., Spyropoulou M. Linking shyness to social anxiety in children through the Clark and Wells cognitive model. *Hellenic Journal of Psychology*. 2017. No. 14. P. 1–19.
35. Heiser N. A., Turner S. M., Beidel D. C. Shyness: Relationship to social phobia and other psychiatric disorders. *Behaviour Research and Therapy*. 2003. Vol. 41, No. 2. P. 209–221. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00003-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00003-7)
36. Poole K. L., Van Lieshout R. J., Schmidt L. A. Exploring relations between shyness and social anxiety disorder: The role of sociability. *Personality and Individual Differences*. 2017. No. 110. P. 55–59. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.020>
37. Weeks M., Ooi L. L., Coplan R. J. Cognitive Biases and the Link Between Shyness and Social Anxiety in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*. 2016. Vol. 36. No. 8. P. 1095–1117. DOI: <https://doi.org/10.1177/0272431615593175>
38. Ran G., Zhang Q., Huang H. Behavioral inhibition system and self-esteem as mediators between shyness and social anxiety. *Psychiatry research*. 2018. No. 270. P. 568–573. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.10.017>
39. Brook C.A., Willoughby T. Shyness and Social Anxiety Assessed Through Self-Report: What Are We Measuring? *Journal of Personality Assessment*. 2019. Vol. 101. No. 1. P. 54–63. DOI: 10.1080/00223891.2017.1388808
40. Lemyre A., Gauthier-Légaré A., Bélanger R. E. Shyness, social anxiety, social anxiety disorder, and substance use among normative adolescent populations: A systematic review. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*. 2019. Vol. 45. No. 3. P. 230–247. DOI: <https://doi.org/10.1080/00952990.2018.1536882>

REFERENCES:

1. Henderson L., Zimbardo Ph. (2010). Shyness, Social Anxiety, and Social Anxiety Disorder, Editor(s): Stefan G. Hofmann, Patricia M. DiBartolo, Social Anxiety (Second Edition). Academic Press. 65–92. ISBN 9780123750969. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375096-9.00003-1>
2. Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PLoS one*. 15(9). e0239133. Retrieved from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>
3. Alonso, J., Angermeyer, M. C., Bernert, S., Bruffaerts, R., Brugha, T. S., Bryson, H., de Girolamo, G., Graaf, R., Demyttenaere, K., Gasquet, I., Haro, J. M., Katz, S. J., Kessler, R. C., Kovess, V., Lépine, J. P., Polidori, G., Russo, L. J., Vilagut, G., Almansa, J., ... ESEMeD/MHEDEA 2000 Investigators, European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD) Project (2004). Disability and quality of life impact of mental disorders in Europe: results from the European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD) project. *Acta psychiatrica Scandinavica. Supplementum*. (420). 38–46. Retrieved from: <https://doi.org/10.1111/j.1600-0047.2004.00329.x>
4. Stein, D. J., Lim, C., Roest, A. M., de Jonge, P., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Alonso, J., Benjet, C., Bromet, E. J., Bruffaerts, R., de Girolamo, G., Florescu, S., Gureje, O., Haro, J. M., Harris, M. G., He, Y., Hinkov, H., Horiguchi, I., Hu, C., Karam, A., ... WHO World Mental Health Survey Collaborators (2017). The cross-national epidemiology of social anxiety disorder: Data from the World Mental Health Survey Initiative. *BMC medicine*. 15(1). 143. Retrieved from: <https://doi.org/10.1186/s12916-017-0889-2>
5. Olivera-La Rosa, A., Chuquichambi, E. G., & Ingram, G. (2020). Keep your (social) distance: Pathogen concerns and social perception in the time of COVID-19. *Personality and individual differences*. 166. 110200. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110200>
6. Hawes, M. T., Szenczy, A. K., Klein, D. N., Hajcak, G., Nelson, B. D. (2021). Increases in depression and anxiety symptoms in adolescents and young adults during the COVID-19 pandemic. *Psychological Medicine*. 1–9. Retrieved from: <https://doi.org/10.1017/S0033291720005358>
7. Tindall, I. K., & Curtis, G. J. (2019). Validation of the Measurement of Need Frustration. *Frontiers in psychology*. 10. 1742. Retrieved from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01742>
8. Hoffart, A., Johnson, S. U., & Ebrahimi, O. V. (2021). Loneliness during the COVID-19 pandemic: change and predictors of change from strict to discontinued social distancing protocols. *Anxiety, stress, and coping*. 1–14. Advance online publication. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1958790>
9. Pshuk N. H., & Slobodianiuk D. P. (2015). Rol psykosotsialnykh chynnykiv v henezi sotsialnoi dezadaptatsii u studentskoi molodi [Role of psychosocial factors in the genesis of social exclusion among student youth]. *Ukrainskyi visnyk psikhonevrolohiï – Ukrains'kyi visnyk psikhonevrolohiï*. 23(2). 86–91 [in Ukrainian].



10. Chronis-Tuscano A., Danko C. M., Rubin K. H., Coplan R. J., & Novick D. R. (2018). Future Directions for Research on Early Intervention for Young Children at Risk for Social Anxiety. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology* 47:4. 655–667. DOI: 10.1080/15374416.2018.1426006
11. Oei, T.P.S., & Baranoff, J. (2007). Young schema questionnaire: Review of psychometric and measurement issues. *Australian Journal of Psychology*. 59(2). 78–86. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/00049530601148397>
12. Boden, M. T., John, O. P., Goldin, P. R., Werner, K., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). The role of maladaptive beliefs in cognitive-behavioral therapy: Evidence from social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*. 50. 287–291. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.02.007>
13. Heeren, A., Mogoșe, C., Pierre, Ph., & McNally, R. J. (2015). Attention bias modification for social anxiety: a systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*. 40. 76–90. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.06.001>
14. De Castella, K., Goldin, P., Jazaieri, H., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2014). Emotion beliefs in social anxiety disorder: Associations with stress, anxiety, and well-being. *Australian Journal of Psychology*. Retrieved from: <https://doi.org/10.1111/ajpy.12053>
15. Spence, S. H., Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour Research and Therapy*. 86. 50–67. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.06.007>
16. Daniel, K. E., Goodman, F. R., Beltzer, M. L. et al. (2020). Emotion Malleability Beliefs and Emotion Experience and Regulation in the Daily Lives of People with High Trait Social Anxiety. *Cogn Ther Res*. 44. 1186–1198. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10139-8>
17. Wong Q. J. J., Rapee R. M. (2016). The aetiology and maintenance of social anxiety disorder: A synthesis of complementary theoretical models and formulation of a new integrated model. *Journal of Affective Disorders*. 213. 84–100. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.069>
18. De Pauw, S. S., & Mervielde, I. (2010). Temperament, personality and developmental psychopathology: a review based on the conceptual dimensions underlying childhood traits. *Child psychiatry and human development*. 41(3). 313–329. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s10578-009-0171-8>
19. Kaplan, S. C., Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., Menatti, A., & Weeks, J. W. (2015). Social anxiety and the Big Five personality traits: the interactive relationship of trust and openness. *Cognitive behaviour therapy*. 44(3). 212–222. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1008032>
20. Grimes, J., Cheek, J., & Norem, J. (2011). Four Meanings of Introversion: Social, Thinking, Anxious, and Inhibited Introversion. Presented at the Society for Personality and Social Psychology Annual Meeting. Retrieved from: https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2014/06/Introversion_4_domains_SPSP_2011_Grimes_Cheek_Norem-libre.pdf
21. Thimm, J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas: a five-factor model perspective. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 41(4). 373–380. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2010.03.009>
22. Mairet, K., Boag, S., & Warburton, W. (2014). How important is temperament? The relationship between coping styles, early maladaptive schemas and social anxiety. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 14(2). 171–190.
23. Broeren, S., Muris, P., Bouwmeester, S., van der Heijden, K.B., & Abee, A. (2011). The Role of Repetitive Negative Thoughts in the Vulnerability for Emotional Problems in Non-Clinical Children. *Journal of child and family studies*. 20(2). 135–148. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s10826-010-9380-9>
24. Khakpoor S., Saed O. & Shaksavar A. (2019). The concept of “Anxiety sensitivity” in social anxiety disorder presentations, symptomatology, and treatment: A theoretical perspective. *Cogent Psychology*. 6(1). 1617658. DOI: 10.1080/23311908.2019.1617658.
25. Blöte A. W., Miers A.C., Van den Bos E., Westenberg P. M. (2019). Negative social self-cognitions: How shyness may lead to social anxiety. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 63, 9–15 Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.05.003>
26. Viana, A. G. and Gratz, K. L. (2012). The Role of Anxiety Sensitivity, Behavioral Inhibition, and Cognitive Biases in Anxiety Symptoms: Structural Equation Modeling of Direct and Indirect Pathways. *J. Clin. Psychol*. 68. 1122–1141. Retrieved from: <https://doi.org/10.1002/jclp.21890>
27. Ryan, S. M., & Ollendick, T. H. (2018). The Interaction Between Child Behavioral Inhibition and Parenting Behaviors: Effects on Internalizing and Externalizing Symptomology. *Clinical child and family psychology review*. 21(3). 320–339. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0254-9>
28. Essex M. J., Klein M. H., Slattery M. J., Goldsmith H. H., & Kalin N. H. (2010). Early Risk Factors and Developmental Pathways to Chronic High Inhibition and Social Anxiety Disorder in Adolescence. *American Journal of Psychiatry*, 167(1). 40–46.
29. Tang A., Crawford H., Morales S., Degnan K.A., Pine D.S., & Fox N.A. (2020) Infant behavioral inhibition predicts personality and social outcomes three decades later. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 117(18). 9800–9807. DOI: 10.1073/pnas.1917376117.
30. LoBue, V., & Pérez-Edgar, K. (2014). Sensitivity to social and non-social threats in temperamentally shy children at-risk for anxiety. *Developmental Science*. 17. 239–247.
31. Lewis-Morrarty, E., Degnan, K. A., Chronis-Tuscano, A., Pine, D. S., Henderson, H. A., & Fox, N. A. (2015). Infant Attachment Security and Early Childhood Behavioral Inhibition Interact to Predict Adolescent Social Anxiety Symptoms. *Child Dev*, 86: 598–613. Retrieved from: <https://doi.org/10.1111/cdev.12336>

32. Clauss, J. A., & Blackford, J. U. (2012). Behavioral inhibition and risk for developing social anxiety disorder: a meta-analytic study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 51(10). 1066–1075. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.08.002>.
33. Lahat, A., Benson, B. E., Pine, D. S., Fox, N. A., & Ernst, M. (2018). Neural responses to reward in childhood: relations to early behavioral inhibition and social anxiety. *Social cognitive and affective neuroscience*. 13(3). 281–289. Retrieved from: <https://doi.org/10.1093/scan/nsw122>
34. Vassilopoulos, S., Brouzos, A., Moberly, N., & Spyropoulou, M. (2017). Linking shyness to social anxiety in children through the Clark and Wells cognitive model. *Hellenic Journal of Psychology*. 14, 1–19.
35. Heiser, N. A., Turner, S. M., & Beidel, D. C. (2003). Shyness: Relationship to social phobia and other psychiatric disorders. *Behaviour Research and Therapy*. 41(2). 209–221. Retrieved from: [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00003-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00003-7)
36. Poole, K. L., Van Lieshout, R. J., & Schmidt, L. A. (2017). Exploring relations between shyness and social anxiety disorder: The role of sociability. *Personality and Individual Differences*. 110, 55–59. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.020>
37. Weeks, M., Ooi, L. L., & Coplan, R. J. (2016). Cognitive Biases and the Link Between Shyness and Social Anxiety in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*. 36(8). 1095–1117. Retrieved from: <https://doi.org/10.1177/0272431615593175>
38. Ran, G., Zhang, Q., & Huang, H. (2018). Behavioral inhibition system and self-esteem as mediators between shyness and social anxiety. *Psychiatry research*. 270. 568–573. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.10.017>
39. Brook C. A. & Willoughby T. (2019). Shyness and Social Anxiety Assessed Through Self-Report: What Are We Measuring? *Journal of Personality Assessment*. 101(1). 54–63. DOI: 10.1080/00223891.2017.1388808
40. Lemyre, A., Gauthier-Légaré, A., & Bélanger, R. E. (2019). Shyness, social anxiety, social anxiety disorder, and substance use among normative adolescent populations: A systematic review. *The American Journal of drug and alcohol abuse*. 45(3). 230–247. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/00952990.2018.1536882>

Стаття надійшла до редакції 18.01.2022.
The article was received 18 January 2022.

Наукове видання

**НАУКОВИЙ ВІСНИК
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Збірник наукових праць

Серія ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

Випуск 1

Коректура • *Н. С. Ігнатова*

Комп'ютерна верстка • *А. О. Литвиненко*

Формат 60×84/8. Агіал.

Папір офсет. Цифровий друк. Ум.-друк. арк. 10,93.
Замов. № 0522/168. Наклад 200 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
73021, м. Херсон, вул. Паровозна, 46а
Телефон +38 (0552) 39 95 80
+38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.

