

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

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
(м. Івано-Франківськ)

**НАУКОВИЙ ВІСНИК
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ**



**SCIENTIFIC BULLETIN
OF KHERSON STATE UNIVERSITY**

SERIES «PSYCHOLOGICAL SCIENCES»

Серія:
ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ
Випуск 1



Видавничий дім
«Гельветика»
2025

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Головний редактор:

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

Заступник головного редактора:

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

Члени редакційної колегії:

Альтос Вірджинія – кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології праці Руанського університету Нормандії (Франція);

Баранаскіне Інгріда – професорка кафедри соціальної роботи Клайпедського університету (Литва);

Бочелюк Віталій Йосипович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри спеціальної освіти та психології Комунального закладу вищої освіти «Хортицька Національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради (Україна);

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

Губеладзе Ірина Гурамівна – докторка психологічних наук старша дослідниця, завідувачка лабораторії психології мас і спільнот, в.о. заступниці директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України;

Жидко Максим Євгенович – кандидат психологічних наук, доцент, декан гуманітарно-правового факультету Національного аерокосмічного університету імені М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» (Україна);

Завацька Наталія Євгенівна – докторка психологічних наук, професорка, завідувачка кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (Україна);

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

Коллі-Шамне Анжеліка Володимирівна – докторка психологічних наук, професорка, професорка кафедри психології Херсонського державного університету (Україна);

Кузікова Світлана Борисівна – докторка психологічних наук, професорка, завідувачка кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (Україна);

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

Оран Марина Олегівна – докторка психологічних наук, професорка, завідувачка кафедри психології Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (Україна);

Плохих Віктор Володимирович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна (Україна);

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

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

Цибуляк Наталія Юрївна – кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри прикладної психології та логопедії Бердянського державного педагогічного університету (Україна);

Яковлева Світлана Дмитрівна – докторка психологічних наук, професорка, професорка кафедри спеціальної освіти Херсонського державного університету (Україна).

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 31.03.2025 р. № 14)**

Свідоцтво 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

Борисенко В. Є. ПСИХОЛОГІЧНА ВИТРИВАЛІСТЬ VS. ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ТА ПСИХОЛОГІЧНА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ.....	5
Волошина В. В. ФІЛОСОФІЯ БЛАГОПОЛУЧЧЯ В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	12
Харченко В. Є., Шелестова О. В. ОСОБЛИВОСТІ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИФІКАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	18

СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Сватенкова Т. І. РОЛЬ РЕКРЕАЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У ПРОЦЕСІ АКТУАЛІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ПІДЛІТКА.....	29
Яковлева С. Д., Коллі-Шамне А. В. ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ.....	38

СЕКЦІЯ 3. ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

Шелестова О. В., Харченко В. Є., Цюра О. В. ПРОБЛЕМА ПРОФДОБОРУ КАДРІВ ДО БУХГАЛТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	44
---	----

СЕКЦІЯ 4. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Бондзик Д. М. ПСИХОЛОГІЧНІ КОНЦЕПЦІЇ РИЗИКУ ТА РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	56
--	----

СЕКЦІЯ 5. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Гуляс І. А. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПОРАНЕНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: РЕЗУЛЬТАТИ САМООЦІНЮВАННЯ.....	64
--	----



CONTENTS

SECTION 1. GENERAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

- Borysenko V. Ye.** PSYCHOLOGICAL ENDURANCE VS.
PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND PSYCHOLOGICAL HARDINESS..... 5
- Voloshyna V. V.** THE PHILOSOPHY OF WELL-BEING IN THE CONTEXT
OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH..... 12
- Kharchenko V. Ye., Shelestova O. V.** FEATURES
OF PERSONAL GENDER IDENTIFICATION..... 18

SECTION 2. GENERAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

- Svatenkova T. I.** THE ROLE OF THE RECREATIONAL AND DEVELOPMENTAL
ENVIRONMENT IN THE PROCESS OF ACTUALIZATION
OF THE PSYCHOLOGICAL POTENTIAL OF A TEENAGER..... 29
- Yakovleva S. D., Kolli-Shamne A. V.** PECULIARITIES OF SELF-REGULATION
OF ADOLESCENTS WITH MENTAL DISORDERS..... 38

SECTION 3. ORGANISATIONAL PSYCHOLOGY

- Shelestova O. V., Kharchenko V. Ye., Tsiura O. V.** THE CHALLENGE
OF VOCATIONAL RECRUITMENT FOR ACCOUNTING ACTIVITIES..... 44

SECTION 4. LEGAL PSYCHOLOGY

- Bondzyk D. M.** PSYCHOLOGICAL CONCEPTS OF RISK AND RISKY BEHAVIOR..... 56

SECTION 5. MEDICAL PSYCHOLOGY

- Hulias I. A.** MENTAL HEALTH OF WOUNDED MILITARY SERVANTS:
SELF-ASSESSMENT RESULTS..... 64

СЕКЦІЯ 1. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ;
ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.922:159.947.3

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-1>ПСИХОЛОГІЧНА ВИТРИВАЛІСТЬ VS. ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ
ТА ПСИХОЛОГІЧНА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ**Борисенко Валерій Євгенович,**
докторант кафедри психології*Національний університет «Острозька академія»*valerii.borysenko@oa.edu.ua
<https://orcid.org/0009-0002-2047-8768>

Мета. У статті зосереджено увагу на аналізі теоретичних і методологічних аспектів психологічної витривалості в її зв'язку із психологічною стійкістю та життєстійкістю. **Методи.** У дослідженні використані теоретичні та порівняльні методи вивчення основних аспектів психологічної витривалості. Необхідність вивчення зв'язку психологічної витривалості із психологічною стійкістю та життєстійкістю зумовлена різноплановістю та контроверсійністю явища психологічної витривалості в науковій літературі. **Результати.** Узагальнене тлумачення психологічної витривалості є важливою особистісною процесуальною характеристикою психічного здоров'я та благополуччя, що складається з фізіологічних, особистісних і соціальних компонентів, яких можна навчитись і які в разі фрустраційних і стресогенних ситуацій забезпечують здатність витримувати умови психологічного стресу та керувати ними, а також підтримувати належний рівень ефективності будь-якої необхідної навчальної чи пізнавальної діяльності завдяки аспектам урівноваженості, стабільності й опірності. Основними характеристиками психологічної витривалості є (стресо)стійкість, урівноваженість, опірність перешкодам, адаптивність, стабільність, оптимізм, віра у власні здібності/можливості, самоконтроль і саморегуляція, соціальна підтримка, рефлексія, зворотний зв'язок. Складовими частинами психологічної стійкості є витримка, життєстійкість, самоконтроль і психологічна стійкість. Успіх психологічної витривалості безпосередньо залежить від балансу індивідуально-психологічних якостей і міжособистісних характеристик, а також від здатності впоратися зі стресом та використовувати різні ресурси для підтримки свого психічного та фізичного благополуччя. **Висновки.** Результати теоретичного аналізу відіграють вагому роль у вивченні психологічної витривалості. Урахування особливостей успішної психологічної витривалості, що безпосередньо залежить від балансу індивідуально-психологічних якостей та міжособистісних характеристик, а також від здатності впоратися зі стресом і використовувати різні ресурси для підтримки свого психічного та фізичного благополуччя, є важливим для подальших досліджень.

Ключові слова: психічне благополуччя, психічне здоров'я, психологічна витривалість, психологічна життєстійкість, психологічна стійкість.

PSYCHOLOGICAL ENDURANCE VS. PSYCHOLOGICAL RESILIENCE
AND PSYCHOLOGICAL HARDINESS**Borysenko Valerii Yevhenovych,**

Doctoral Student at the Department of Psychology

*National University of Ostroh Academy*valerii.borysenko@oa.edu.ua
<https://orcid.org/0009-0002-2047-8768>

Purpose. The article focuses on the analysis of theoretical and methodological aspects of psychological endurance in its connection with psychological resilience and hardiness. **Methods.** The study uses theoretical and comparative methods to study the main aspects of psychological endurance. The need to study the relationship between psychological endurance and psychological resilience and hardiness is due to the diversity and controversy of the phenomenon of psychological hardiness in the scientific literature. **Results.** A generalized interpretation of psychological endurance is an important personal process characteristic of mental health and well-being, consisting of physiological, personal and social components that can be learned and which, in cases of frustrating and stressful situations, provide the ability to withstand and manage psychological stress conditions, as well as maintain the appropriate level of effectiveness of any necessary educational or cognitive activity due to the aspects of balance, stability and resilience. The main



characteristics of psychological endurance are (stress) resilience, balance, resistance to obstacles, adaptability, stability, optimism, belief in one's abilities/possibilities, self-control and self-regulation, social support, reflection, and feedback. The components of psychological endurance are (stress)resistance, resilience, self-control and psychological resilience. The success of psychological endurance directly depends on the balance of individual psychological qualities and interpersonal characteristics, as well as the ability to cope with stress and use various resources to maintain one's mental and physical well-being. **Conclusions.** The results of theoretical analysis play a significant role in the study of psychological endurance. Taking into account the features of successful psychological endurance, which directly depends on the balance of individual psychological qualities and interpersonal characteristics, as well as the ability to cope with stress and use various resources to maintain one's mental and physical well-being, is important for further research.

Key words: *mental well-being, mental health, psychological endurance, psychological resilience, psychological hardiness.*

Вступ. Оскільки велика кількість напружених ситуацій провокують значні психологічні та фізіологічні стресори, збереження психічного здоров'я та мотиваційних настанов є нелегким завданням. Особливо це стосується реалій сьогодення, невід'ємно пов'язаних із воєнною інтервенцією та ситуацією на теренах нашої держави. Предикторами індивідуального успіху під час цих та подібних викликів виступають чинники психологічної витривалості, стійкості, життєстійкості та міцності.

Явище психологічної витривалості є досить поширеним, однак різноплановим і контроверсійним. Аналіз психологічних і методологічних наукових джерел із проблеми вивчення психологічної витривалості виявив різноаспектну зацікавленість дослідників у підходах до тлумачення терміна. Особливості психологічної витривалості вивчають у клінічній психології, психіатрії, психосоціалній психології та психології особистості (Т. Біггс, О. Біла, С. Богдановський, Д. Браун, С. Брей, Н. Брік, А. Бутенко, Н. Вавілова, Л. Ванг, Н. Вербин, Н. Височіна, В. Вишньовський, К. Гао, В. Генік, В. Готич, Т. Гром, С. Джонстон, С. Дяков, С. Дячук, Ю. Кирильчук, В. Ключков, М. Козяр, О. Кокун, З. Комар, С. Костів, Д. Кравцов, В. Крайнюк, М. Кудінова, О. Курявська, А. Левенець, Н. Лозінська, А. Макінтайє, А. Макормік, С. Максименко, С. Мейджен, Т. Мельничук, О. Милославська, В. Мороз, В. Невмержицький, А. Некрасов, А. Неурова, А. Озарі, О. Остапчук, Н. Підбуцька, І. Пішко, Ю. Попик, Д. Рассел, А. Романишин, Н. Сар, Т. Січ, І. Соловйова, В. Чорний, Х. Чу, Л. Шейкер та інші). Так, зокрема, Т. Біггс із колегами пропонують детальне вивчення чинників психологічної витривалості з окресленням основних моделей їхнього зв'язку; Н. Вербин вивчає сутність, зміст і структуру професійної витривалості майбутніх магістрів військового управління на етапі оперативно-тактичного рівня підготовки; В. Готич здійснює порівняльний аналіз у соціально-психологічних дослідженнях понять "resilience", "hardiness", «психологічна стійкість», «життєстійкість»; О. Кокун із колегами обґрунтовують доцільність методичних розробок забезпечення

психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій; Д. Кравцов вивчає психологічну стійкість спеціаліста екстремального профілю; М. Кудінова здійснює порівняльний аналіз понять «стресостійкість» і «емоційна стійкість»; С. Максименко з колегами вивчають психологічну витривалість у рамках психології когнітивних процесів; О. Милославська та С. Богдановський розглядають резильєнтність як складову частину психічної витривалості військовослужбовця; Ю. Попик окреслює особливості психологічної стійкості військовослужбовців під час виконання бойових завдань; В. Чорний із колегами вивчають соціальні чинники психологічної стійкості українських військовослужбовців під час російсько-української війни тощо.

Конструкти психологічної витривалості часто можуть бути змішаними та нечітко розмежованими. Важкість тлумачення полягає в тому, що багато авторів уніфікують поняття «психологічна витривалість» із семантично близькими поняттями «психологічна стійкість», «життєстійкість» тощо, що ускладнює формування єдиного понятійного підходу до вивчення цього терміна. Саме тому вважаємо за доцільне розмежувати ці поняття.

Теоретичне обґрунтування проблеми. Зважаючи на різноплановість і контроверсійність явища психологічної витривалості, трудність тлумачення терміна полягає в уніфікуванні понять «психологічна витривалість» (англ. – *psychological endurance*), «психологічна стійкість» (англ. – *psychological resilience*) та «психологічна життєстійкість» (англ. – *psychological hardiness*), що ускладнює формування єдиного понятійного підходу до вивчення цього психологічного явища. Як важливі характеристики психічного здоров'я та благополуччя, явища психологічної витривалості, стійкості та життєстійкості мають сприятливий вплив на вправління із життєвими труднощами, особливо під час стресових ситуацій. Синонімічність терміна психологічної витривалості з поняттями психологічної стійкості та психологічної життєстійкості насамперед зумовлена «труднощами перекладу» (особливо це помітно

у працях вітчизняних авторів) та/або вивченням цих явищ крізь призму їхніх подібностей. Так, зокрема, Н. Вербин наголошує на спільному компоненті явищ психологічної витривалості та стійкості, що полягає у здатності діяти зважено в несприятливих умовах (Вербин, 2017). В англійській психологічній літературі часто вживаються близькі за значенням терміни “resilience” та “hardiness”, тоді як в українськомовній науковій літературі, відповідно до доводів В. Готич, ці терміни визначають за допомогою різних концептів у зв'язку зі збільшенням кількості досліджень і різних поглядів авторів. Саме В. Готич наголошує на перекладі “resilience” як «психологічна стійкість», а “hardiness” як «життєстійкість» (Готич, 2023). Тому вважаємо за доцільне здійснити теоретичний аналіз особливостей психологічної витривалості з метою виділення основних чинників та розмежування цих понять.

Методологія та методи. У дослідженні використані теоретичні та порівняльні методи вивчення основних аспектів психологічної витривалості. Необхідність вивчення зв'язку психологічної витривалості із психологічною стійкістю та життєстійкістю зумовлена різноманітністю та контрверсійністю явища психологічної витривалості в науковій психологічній літературі.

Результати та дискусії. Основними характеристиками психологічної витривалості є: (стресо)стійкість – як здатність зберігати емоційну стабільність і продовжувати ефективно функціонування під час стресових/фрустраційних ситуацій; урівноваженість – як пропорційність сили реагування на подразники з урахуванням величини позитивних/негативних наслідків; опірність – як здатність до опору тим перешкодам, що обмежують свободу поведінки/вибору; адаптивність – як сприяння адаптації до змін у житті; стабільність – як спосіб збереження можливостей функціонувати, здійснювати самокерування, розвиватись, адаптуватись; оптимізм – як здатність знаходити позитив за будь-яких умов; віра у власні здібності/можливості, що полягає у сприянні збереженню вищих показників віри у власні можливості та здатності зберігати впевненість у собі під час викликів та негараздів; самоконтроль і саморегуляція – як здатності керувати своїми емоціями та реакціями на стресові подразники з уникненням негативних та/або руйнівних поведінкових реакцій; соціальна підтримка – як здатність просити й отримувати необхідну підтримку від сім'ї/друзів/колег під час проживання тих чи тих стресових ситуацій; рефлексія – як здатність аналізувати свої дії та реакції на стресові ситуації; зворотний зв'язок – як здатність ураховувати попередні помилки/зауваги інших, що уможлиблює навчання на власних помилках і вдосконалення

стратегій адаптації (Підбуцька, Курявська, 2010; Кравцов, 2020; Biggs et al., 2023).

Виділяють також індивідуально-психологічні (інтраперсональні) якості та міжособистісні (інтерперсональні) характеристики психологічної витривалості. Міжособистісні характеристики виникають у процесі взаємодії між особами/групами, впливають на наше сприйняття, емоційний стан, поведінку та самопочуття (Кокун, Мельничук, 2023; Кокун та ін., 2023). Найбільш типовими міжособистісними характеристиками психологічної витривалості є: спілкування, якісними складовими частинами якого є чіткість, відкритість, здатність слухати і чути, взаєморозуміння; соціальна підтримка; емпатія та співчуття, що сприяють підвищенню емоційного благополуччя; міжособистісні конфлікти; сукупність соціально значущих досягнень з урахуванням соціальних норм і очікувань, що можуть тим чи тим чином впливати на поведінку суб'єктів пізнання, їх взаємодію (Підбуцька, Курявська, 2010; Неурова та ін., 2016; Кокун, Мельничук, 2023; Кокун та ін., 2023). До складу індивідуально-психологічних якостей психологічної витривалості відносять: особистісні настанови нейротизму, екстраверсії, самооцінювання, впевненості в собі, відповідальності тощо; емоційну стійкість здійснення контролю над породженими стресом емоціями, думками та поведінкою; когнітивні підходи (способи мислення, переконання й уявлення про світ); стиль сприймання і інтерпретацію інформації; внутрішні мотиви та цінності як якісні характеристики смислових і життєвих орієнтацій, що передбачають компоненти оптимізму, задоволеності собою/життям, здатність ставити адекватні життєві цілі, вправляти у позитивному самоставленні та самостановленні; копінг-стратегії як способи реагування на стресові ситуації ізоляції, фрустрації або травматичних подій тощо (Підбуцька, Курявська, 2010; Неурова та ін., 2016; Кокун, Мельничук, 2023; Кокун та ін., 2023). Ці й інші чинники перебувають у взаємодії, утворюють складну систему відносин і впливів у соціальному середовищі.

Найвідомішою моделлю психологічної витривалості є модель, що включає як психологічні, так і фізіологічні чинники, які досліджують під час вивчення зв'язку між мотивацією та цілеспрямованою поведінкою (Biggs et al., 2023). У рамках цієї моделі автори розмежовують поняття стійкості та витривалості. Витривалість розуміють як здатність суб'єкта пізнання тривалий час утримувати свої психологічні ресурси у стані оптимальної мобілізації, тоді як стійкість відносять до здатності відпочивати або «перезаряджатись/підзаряджатись», зважаючи на обмеженість ресурсів як психологічними, так і фізіологічними стресорами навколишнього



середовища (Biggs et al., 2023). Центральними в цій концепції є: внутрішній ресурс, спрямований на здійснення підтримки оптимальної ефективності діяльності з уможливленням тривалий час концентрувати увагу на виконанні тих чи тих завдань; сміливість, завдяки чому можна тривалий час не підпадати під вплив негативних чинників, а також раціонально оцінювати ситуацію; самоконтроль, через який відбувається керування енергією зі збільшенням зусиль, необхідних для підтримки ресурсних станів тощо. Вказують на можливість існування цих концептів як самостійних явищ (Biggs et al., 2023).

Модель психологічної витривалості виступає так званою «метафоричною перезарядкою/підзарядкою», до складу якої входять чотири основні компоненти: витримка (англ. – *grit*) та життєстійкість (англ. – *hardiness*) (особистісні чинники), самоконтроль (англ. – *self-control*) та психологічна стійкість (англ. – *resilience*) (регулятивні чинники), що також складаються з окремих компонентів. Характерною особливістю є наявність між цими концептами тісних взаємозв'язків. Ще двома чинниками є психологічні та фізіологічні стресори, як-от ментальні чинники належності, стресу, моральної школи та проблем зі сном відповідно (Biggs et al., 2023).

Психологічна витримка з основою на сміливості та рішучості уособлює здатність підтримувати зусилля та зацікавленість у досягненні довгострокових цілей. Окрім того, на витримку можуть мати вплив мотиваційні кореляти задоволення, сенсу і залученості. Тобто витримка поєднує в собі елементи пристрасності та наполегливості в єдину конструкцію, хоча дискусійними є способи поєднання цих аспектів і мотиваційних чинників в єдині конструкції вищого порядку сміливості (Biggs et al., 2023). У рамках психологічної витривалості витримка може бути предиктором успіху та збереження в інтенсивних стресових ситуаціях, як-от навчальні/спортивні/військові досягнення (Biggs et al., 2023).

Під життєстійкістю розуміють структуру особистості, що сприяє захисту від несприятливих наслідків стресу завдяки таким чинникам індивідуальної життєстійкості, як зобов'язання (залучення до активної участі в діяльності), контроль (здійснення активного впливу на результати діяльності) і виклики (балансування між ресурсами та вимогами для ефективного здійснення діяльності). Вища витривалість передбачає навчання на помилках, на відміну від уникнення складних/стресових ситуацій. Чинник зв'язку забезпечує покращення витривалості шляхом покращення комунікації під час стресових ситуацій (Biggs et al., 2023). Ще одним чинником вважають культуру, оскільки витривалість не може бути належно інтерпретована без урахування шир-

шого культурного контексту її застосування (Biggs et al., 2023).

Як особистісний конструкт, життєстійкість може передбачити ефективну діяльність під час надзвичайно важких тренувань, навчальної успішності, забезпечувати захист під час посттравматичного стресу (Green et al., 2020; Bartone, Bowles, 2021; Prykhodko et al., 2021; Biggs et al., 2023). У рамках психологічної витривалості життєстійкість підкреслює рівень передбачення цілеспрямованої поведінки адаптації до аспектів зобов'язання, контролю та викликів (Prykhodko et al., 2021; Biggs et al., 2023).

Самоконтроль уможливорює регуляцію імпульсів, особливо за наявності миттєвого задоволення, потурання чи спокуси, з урахуванням сили волі, виснаження його й інших пов'язаних концепцій (Biggs et al., 2023). Самоконтроль не тільки виконує функцію припинення проблемних імпульсів, також є компонентом посилення бажаних імпульсів із безпосереднім впливом на індивідуальне мислення та стратегії збереження саморегуляції (Biggs et al., 2023). Циклічність «ситуація – увага – оцінювання – реакція» може сприяти подоланню негативних імпульсів, водночас покращувати думки, пов'язані з більш відповідним курсом дій (Biggs et al., 2023).

Психологічну стійкість визначають як здатність відновлюватись після негараздів, вивчають її в контекстах спортивної, медичної та військової діяльності (Biggs et al., 2023; Positive Psychology in the Military, 2023; Кокун та ін., 2023; Попик, 2023; Чорний та ін., 2024; Panda et al., 2024). Інтерпретація стійкості як засобу просування вперед концептуалізує стійкість як прогресивний вимір, який дозволяє суб'єкту пізнання стати сильнішим після труднощів (Biggs et al., 2023).

Саме як компонент психологічної витривалості автори моделі і розглядають психологічну стійкість. Стійкість представляє функцію «перезарядки/підзарядки», яка створює циклічну систему, здатну описати стійку продуктивність для досягнення довгострокових цілей (Biggs et al., 2023).

Полімодальність поняття «стійкість», на думку С. Максименка з колегами, зумовлена зв'язком цього терміна із процесами становлення, розвитку та формування особистості, в описі різних аспектів її поведінки та діяльності. Як інтегративна характеристика особистості, що забезпечує надійність у фрустраційних і стресогенних ситуаціях, стійкість констатує сталість процесу загалом і має активний характер (Максименко та ін., 2022).

Термін «стійкість» досить широко використовували протягом тривалого часу у значенні як психологічної стійкості, так і психологічної витривалості. В українськомовній

науковій літературі термін “resilience” перекладають як «стресостійкість», «життестійкість», «життєздатність», «стійкість до травми», «психологічна пружність», «психологічна стійкість», що призводить до термінологічної плутанини. Окрім того, простежуємо відмінність у змісті понять резилієнсу (англ. – *resilience*) та резильєнтності (англ. – *resiliency*), що полягає в тому, що резилієнс є процесом, а резильєнтність – властивістю (або здатністю) особистості (Кокун, Мельничук, 2023). О. Милославська та С. Богдановський вводять поняття резильєнтності як складової частини психологічної витривалості, розглядають її як комплекс особистісних якостей, що уможливають зростання в несприятливих умовах, збільшення стійкості до стресу та ситуацій, що провокують розвиток занепокоєння (Милославська, Богдановський, 2023). З лінгвістичного погляду англійські терміни “resilience” і “resiliency” не є різними, навпаки, є двома можливими варіантами на позначення одного поняття.

Окрім того, поняття «психологічна стійкість» тісно пов’язане з такими усталеними у світовій і вітчизняній психології поняттями, як «психологічна готовність», «стійкість особистості», «стійкість поведінки», «стійкість (професійної) діяльності», «стійкість до навантажень», «емоційна стійкість», «вольова стійкість», «психічна стійкість», «емоційно-вольова стійкість», «моральна стійкість», «психологічна стійкість». Багатогранність поняття стійкості зумовлена тим, що вживання терміна стосується процесів становлення, розвитку та формування особистості та використовується для опису різних аспектів її поведінки та діяльності (Кравцов, 2020). Зокрема, спостерігаємо часте вживання терміна «психологічна стійкість» поряд із терміном «емоційна стійкість», під якою розуміють здатність психіки зберігати високу активність у різних несприятливих, навіть екстремальних ситуаціях (Кудінова, 2016).

Аналіз наукової психологічної літератури також дозволяє говорити про важливість психологічної витривалості в досягненні успіху: як здатність протистояти можливим труднощам і викликам, витривалість змінює спрямування наших зусиль на продовження діяльності, що сприяє розвитку позитивного мислення та подоланню перешкод, покращенню розумової стійкості, збереженню зосередженості та мотивації (Biggs et al., 2023; Meijen et al., 2023).

Під час вивчення психологічної витривалості особистості вартим уваги є врахування різноманітних методів і підходів для її вимірювання та розуміння. Типовими методами вивчення психологічної витривалості є: анкетування, психологічні тести, біофізіологічні

методи, спостереження у природних/лабораторних умовах, довготривалі когнітивні та/або психологічні інтервенції тощо. Ці й інші методи можна застосовувати як окремо, так і в поєднанні один з одним для отримання комплексної картини психологічної витривалості. Результати таких досліджень можуть бути корисними для розроблення програм підтримки й інтервенцій для сприяння підвищенню рівня психологічної витривалості в різних соціальних групах, зокрема й у навчальній/пізнавальній діяльності майбутніх офіцерів-розвідників (Підбуцька, Курявська, 2010; Кравцов, 2020; Biggs et al., 2023).

Відповідно до наявних теоретичних і методологічних досліджень психологічної витривалості та її взаємозв’язку із психологічною стійкістю та психологічною життестійкістю, вважаємо за доцільне вказати на авторське бачення основних концептів психологічної витривалості. Так, психологічна витривалість виступає важливою характеристикою психічного здоров’я, яка допомагає в подоланні стресу та підтримці ефективності діяльності у складних ситуаціях. Ключовими компонентними характеристиками психологічної витривалості є **стресостійкість, урівноваженість, адаптивність, оптимізм, самоконтроль, а також соціальна підтримка**. Узагальненим авторським тлумаченням поняття психологічної витривалості є те, що психологічна витривалість – це важлива особистісна процесуальна характеристика психічного здоров’я та благополуччя, що складається з фізіологічних, особистісних і соціальних компонентів, яких можна навчитись і які в разі фрустраційних і стресогенних ситуацій забезпечують здатність витримувати умови психологічного стресу та керувати ними, а також підтримувати належний рівень ефективності будь-якої діяльності завдяки аспектам урівноваженості, стабільності й опірності.

Висновки. Отже, відповідно до аналізу наукових праць, вважаємо за доцільне наголосити на узагальненому тлумаченні поняття психологічної витривалості, що є ширшим за психологічну стійкість і життестійкість, виступає важливою особистісною процесуальною характеристикою психічного здоров’я та благополуччя, що складається з фізіологічних, особистісних і соціальних компонентів, яких можна навчитись і які у фрустраційних і стресогенних ситуаціях забезпечують здатність витримувати умови психологічного стресу, керувати ними, а також підтримувати належний рівень ефективності будь-якої необхідної навчальної чи пізнавальної діяльності завдяки аспектам урівноваженості, стабільності й опірності. Складовими частинами психологічної стійкості є витримка, життестійкість,



самоконтроль і психологічна стійкість. Успіх психологічної витривалості безпосередньо залежить від балансу індивідуально-психологічних якостей і міжособистісних характеристик,

а також від здатності впоратися зі стресом та використовувати різні ресурси для підтримки свого психічного та фізичного благополуччя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вербин Н. Сутність, зміст і структура професійної витривалості майбутніх магістрів військового управління на етапі оперативно-тактичного рівня підготовки. *Педагогічні науки*. 2017. Вип. 2. № 88. С. 51–55.
2. Готич В. Resilience, hardiness, психологічна стійкість, життєстійкість: Порівняльний аналіз понять у соціально-психологічних дослідженнях. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2023. Вип. 34. С. 7–12.
3. Кокур О., Мельничук Т. Резилієнс-довідник : практичний посібник. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 25 с.
4. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : методичний посібник / О. Кокур та ін. Київ, 2023. 146 с.
5. Кравцов Д. Психологічна стійкість спеціаліста екстремального профілю. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*. Харків, 2020. С. 217–219.
6. Кудінова М. Порівняльний аналіз понять «стресостійкість» та «емоційна стійкість». *Теорія і практика сучасної психології*. 2016. Вип. 1. С. 22–28.
7. Психологія когнітивних процесів : науковий посібник / С. Максименко та ін. Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ : Людімила, 2022. 420 с.
8. Милославська О., Богдановський С. Резильєнтність як складова психічної витривалості військовослужбовця. *Психологія національної безпеки та безпеки життєдіяльності*. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2023. Вип. 34. № 72. С. 197–202.
9. Неурова А., Капінус О., Грицевич Т. Діагностика соціально-психологічних властивостей та якостей особистості : навчально-методичний посібник. Львів : НАСВ, 2016. 181 с.
10. Підбуцька Н., Курявська О. Критерії психологічного здоров'я особистості. *Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти*. 2010. С. 255–260.
11. Попик Ю. Психологічна стійкість військовослужбовців при виконанні бойових завдань. *Психологічні траєлогії* : науковий журнал. 2023. Вип. 4. С. 121–129.
12. Чорний В., Романишин А., Остапчук О., Вавілова Н. Психологічна стійкість українських військовослужбовців у ході російсько-української війни: соціальні чинники. *Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України*. 2024. Вип. 2. № 81. С. 139–145.
13. Bartone P.T., Bowles S.V. Hardiness predicts post-traumatic growth and well-being in severely wounded servicemen and their spouses. *Military Medicine*. 2021. Vol. 186. № 5–6. P. 500–504.
14. Biggs T.A., Seech T.R., Johnston S.L., Russell D.W. Psychological endurance: How grit, resilience, and related factors contribute to sustained effort despite adversity. *The Journal of General Psychology*. 2023. Vol. 151. P. 1–43.
15. Green S., Grant A.M., Rynsaardt J. Evidence-based life coaching for senior high school students: Building hardiness and hope. *Coaching Research: A Coaching Psychology Reader*. 2020. P. 257–268.
16. Meijen C., Brick N.E., McCormick A., Lane A.M., Marchant D.C., Marcora S.M., Micklewright D., Robinson D.T. Psychological strategies to resist slowing down or stopping during endurance activity: An expert opinion paper. *In Sport & Exercise Psychology Review*. 2023. Vol. 18. № 1. P. 4–37.
17. Panda S.P., Chatterjee K., Srivastava K., Chauhan V.S., Yadav P. Building psychological resilience in Armed Forces worldwide. *Medical Journal Armed Forces India*. 2024. Vol. 80. № 2. P. 130–139.
18. Positive Psychology in the Military /A. MacIntyre, D. Charbonneau, H. Annen (Eds.). 2023. 284 p.
19. Prykhodko I., Lyman A., Matsehora Y., Yurieva N., Balabanova L., Hunbin K., Radvansky I., Morkvin D. The psychological readiness model of military personnel to take risks during a combat deployment. *Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience (BRAIN)*. 2021. Vol. 12. № 3. P. 64–78.

REFERENCES:

1. Verbyn, N.B. (2017). Suntnist', zmist i struktura profesiinonii vytryvalosti maibutnikh mahistriv viis'kovoho upravlinnia na etapi operatyvno-taktychnoho rivnia pidhotovky [The essence, content and structure of professional endurance of future masters of military management at the stage of operational-tactical level of training]. *Pedahohichni Nauky – Pedagogical Sciences*, 2 (88), 51–55 [in Ukrainian].
2. Hotych, V.O. (2023). Resilience, hardiness, psykholohichna stiikist', zhyttiistiikist': Porivnialnyi analiz poniat' u sotsialno-psykholohichnykh doslidzhenniakh [Resilience, hardiness, psychological resilience, hardiness: A comparative analysis of concepts in social-psychological research]. *Vcheni Zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriiia "Psykhohihiia" – Scientific Papers of TNU after V.I. Vernadskyi. Series "Psychology"*, 34 (73), 7–12 [in Ukrainian].
3. Kokun, O.M., & Melnychuk, T.I. (2023). Resiliens-dovidnyk: Praktychnyi posibnyk [Resilience Handbook: A Practical Guide]. Kyiv: Instytut psykholohiii imeni H.S. Kostiuks NANN Ukrainy – Kyiv: H.S. Kostyuk Institute of Psychology, NAPS of Ukraine. 25 p. [in Ukrainian].
4. Kokun, O.M., Klochkov, V.V., Moroz, V.M., Pishko, I.O., & Lozinska, N.S. (2023). Zabezpechennia psykholohichnoii stiikosti viiskovosluzhbovtziv v umovakh boiovykh dii: Metodychnyi posibnyk [Ensuring the

psychological stability of military personnel in combat conditions: a methodological manual]. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury – Kyiv: Center for Educational Literature. 146 p. [in Ukrainian].

5. Kravtsov, D.R. (2020). Psykholohichna stiikist' spetsialista ekstremalnoho profilu [Psychological stability of an extreme specialist]. *Psykholohichni ta pedahohichni problemy profesiinoi osvity ta patriotychno vukhovannia personalu systemy MVS Ukrainy – Psychological and pedagogical problems of professional education and patriotic upbringing of personnel of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine*. Kharkiv. Kharkiv, 217–219 [in Ukrainian].

6. Kudinova, M.S. (2016). Porivnialnyi analiz poniat' "stresostiikist" ta "emotsiina stiikist" [Comparative analysis of the concepts of "stress resilience" and "emotional resilience"]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and practice of modern psychology, 1*, 22–28 [in Ukrainian].

7. Maksymenko, S., Derkach, L., Kirychevska, E., & Kasynets', M. (2022). Psykholohiia kphnityvnykh protsesiv: naukovyi posibnyk [Psychology of cognitive processes: a scientific manual]. *Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuka – National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Institute of Psychology named after H.S. Kostiuk*. Kyiv: Vydavnytstvo "Liudmyla" – Kyiv: Lyudmila Publishing House. 420 p. [in Ukrainian].

8. Myloslavska, O.V., & Bohdanovskyi, S.O. (2023). Rezyliientnist' iak skladova psykhičnoi vytryvalosti viiskovosluzhbovtsia [Resilience as a component of the mental endurance of a military serviceman]. *Psykholohiia natsionalnoi bezpeky ta bezpeky zhyttiedialnosti. Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriia "Psykholohiia" – Scientific Papers of TNU after V.I. Vernadskyi. Series "Psychology", 34 (72)*, 197–202 [in Ukrainian].

9. Neurova, A.B., Kapinus, O.S., & Hrytsevych, T.L. (2016). Diahnostyka sotsialno-psykholohichnykh vlastyvostei ta iakostei osobystosti: navchalno-metodychnyi posibnyk [Diagnostics of socio-psychological properties and qualities of the personality: educational and methodological manual]. Lviv: NASV. 181 p. [in Ukrainian].

10. Pidbutska, N.V., & Kuriavska, O.M. (2010). Kryterii psykholohichnoho zdorov'ia osobystosti [Criteria of psychological health of the individual]. *Problemy ta perspektyvy formuvannia natsionalnoi humanitarno-tekhnicnoi elity – Problems and prospects of formation of the national humanitarian and technical elite*, 255–260 [in Ukrainian].

11. Popyk, Yu. (2023). Psykholohichna stiikist' viiskovosluzhbovtsiv pry vykonanni boiovykh zavdan' [Psychological resilience of military personnel when performing combat missions]. *Naukovyi Zhurnal "Pshykholohichni travelohy" – Scientific journal "Psychological Travelogues", 4*, 121–129 [in Ukrainian].

12. Chorny, V.S., Romanushyn, A.M., Ostapchuk, O.P., & Vavilova, N.V. (2024). Psykholohichna stiikist' ukrainskykh viiskovosluzhbovtsiv v khodi rosiisko-ukrainskoi viiny: sotsialni chynnyky [Psychological resilience of Ukrainian servicemen during the Russian-Ukrainian war: social factors]. *Zbirnyk naukovykh prats' Tsentru voienno-stratehichnykh doslidzhen' Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Collection of scientific papers of the Centre for Military-Strategic Studies of the National Defence University of Ukraine*, 2 (81), 139–145 [in Ukrainian].

13. Bartone, P.T., & Bowles, S.V. (2021). Hardiness predicts post-traumatic growth and well-being in severely wounded servicemen and their spouses. *Military Medicine*, 186 (5–6), 500–504 [in English].

14. Biggs, T.A., Seech, T.R., Johnston, S.L., & Russell, D.W. (2023). Psychological endurance: How grit, resilience, and related factors contribute to sustained effort despite adversity. *The Journal of General Psychology*, 151, 1–43 [in English].

15. Green, S., Grant, A. M., & Rynsaardt, J. (2020). Evidence-based life coaching for senior high school students: Building hardiness and hope. *Coaching Researched: A Coaching Psychology Reader*, 257–268 [in English].

16. Meijen, C., Brick, N. E., McCormick, A., Lane, A.M., Marchant, D.C., Marcora, S.M., Micklewright, D., & Robinson, D.T. (2023). Psychological strategies to resist slowing down or stopping during endurance activity: An expert opinion paper. *In Sport & Exercise Psychology Review*, 18 (1), 4–37 [in English].

17. Panda, S.P., Chatterjee, K., Srivastava, K., Chauhan, V.S., & Yadav, P. (2024). Building psychological resilience in Armed Forces worldwide. *Medical Journal Armed Forces India*, 80 (2), 130–139 [in English].

18. Positive Psychology in the Military (2023). In A. MacIntyre, D. Charbonneau, & H. Annen (Eds.). 284 p. [in English].

19. Prykhodko, I., Lyman, A., Matsehora, Y., Yurieva, N., Balabanova, L., Hunbin, K., Radvansky, I., & Morkvin, D. (2021). The psychological readiness model of military personnel to take risks during a combat deployment. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12 (3), 64–78 [in English].

Стаття надійшла до редакції 30.01.2025
The article was received 30 January 2025



УДК [17.023.34+364.658]:159.9.07
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-2>

ФІЛОСОФІЯ БЛАГОПОЛУЧЧЯ В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Волошина Валерія Владиславівна,
аспірантка кафедри загальної та вікової психології
Криворізький державний педагогічний університет
valeriavoloshina17@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-4696-5201>

Мета роботи – провести аналіз філософських підходів у контексті розуміння благополуччя. **Методи** дослідження: аналіз літератури, емпіричні, описові, узагальнення, аналіз і синтез, індукція та дедукція. **Результати** ґрунтуються на дослідженні низки теорій: задоволення бажань, об'єктивного списку, суб'єктивного благополуччя, задоволення, утилітаризму, віртуалізму, значних досягнень, важливих знань, краси і благополуччя, автономії. Це все розглядається крізь призму сучасних глобальних викликів і можливостей, з виокремленням ключових аспектів, як-от роль соціальної справедливості, значення автономії та самореалізації, вплив технологій на психологічне благополуччя, а також способи мінімізації негативних ефектів новітніх процесів. Розглянуті теорії можуть допомогти суспільству подолати кризові психологічні стани та знайти баланс між реальними загрозами та відчуттям благополуччя. Теорії благополуччя можуть надати цінні поради щодо викликів і потреб суспільства під час війни, а також способів їх вирішення або пом'якшення. Теорія об'єктивного списку наголошує на значенні конкретних умов і благ, необхідних для благополуччя. В умовах війни пошук сенсу, мети та самореалізації може здатися особливо складним. Однак евдемонічний підхід може відігравати важливу роль у подоланні травм і знаходженні міцності у складнощах. Волонтерство, допомога іншим, захист країни та співпраця заради спільної мети можуть допомогти індивідам знайти глибший сенс у своїх діях під час кризи. **Висновки.** Сучасні теорії благополуччя пропонують різноманітні погляди на те, що робить життя гідним та змістовним. Вибір між ними часто залежить від особистих цінностей, культурних та філософських поглядів. Розглянуті теорії підкреслюють різні аспекти благополуччя, які можуть бути використані для керівництва у вирішенні конфліктів, розробленні гуманітарної допомоги та відновленні постконфліктних суспільств. Вони допомагають зрозуміти, як підтримати індивідуальне та колективне благополуччя у складних умовах, а також як сприяти відновленню та зціленню після завершення конфлікту. Незважаючи на розбіжності, усі ці теорії прагнуть зрозуміти, як досягти вищої якості життя та здійснити людське прагнення до благополуччя.

Ключові слова: щастя, благополуччя, античність, філософія, задоволення, емоції.

THE PHILOSOPHY OF WELL-BEING IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

Voloshyna Valeriia Vladyslavivna,
Postgraduate Student of the Department of General and Age Psychology
Kyryvi Rih State Pedagogical University
valeriavoloshina17@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-4696-5201>

The **purpose** of the work is the analysis of philosophical approaches in the context of understanding well-being. **Methods:** literature analysis, empirical, descriptive, generalization, analysis and synthesis, induction and deduction. **Results.** The results are based on the study of a number of theories: desire satisfaction, objective list, subjective well-being, pleasure, utilitarianism, virtualism, significant achievements, important knowledge, beauty and well-being, autonomy. All this is considered through the prism of modern global challenges and opportunities, highlighting key aspects such as the role of social justice, the importance of autonomy and self-realization, the impact of technology on psychological well-being, as well as ways to minimize the negative effects of new processes. The theories considered can help society overcome psychological crisis states and find a balance between real threats and a sense of well-being. Theories of well-being can provide valuable advice on the challenges and needs of society during war, as well as ways to solve or mitigate them. Objective list theory emphasizes the importance of specific conditions and goods necessary for well-being. In times of war, the search for meaning, purpose, and fulfillment can seem particularly challenging. However, a eudaimonic approach can play a role in overcoming trauma and finding strength in the face of adversity. Volunteering, helping others, defending one's country, and working together for a common goal can help individuals find deeper meaning in their actions during a crisis. **Conclusions.** Contemporary theories of well-being

offer a variety of perspectives on what makes life worthwhile and meaningful. The choice between them often depends on personal values, cultural and philosophical views. The theories reviewed highlight different aspects of well-being that can be used to guide conflict resolution, humanitarian aid development, and the reconstruction of post-conflict societies. They help understand how to support individual and collective well-being in challenging environments, as well as how to promote recovery and healing after conflict ends. Despite their differences, all these theories seek to understand how to achieve a higher quality of life and fulfill the human desire for well-being.

Key words: *happiness, well-being, antiquity, philosophy, satisfaction, emotions.*

Вступ. Актуальність теми полягає в можливості оцінити розмаїття та глибину філософського аналізу благополуччя, щоб зрозуміти, як умови сучасного життя впливають на благополуччя, як філософія може сприяти формуванню основ для його досягнення та підтримки. Метою є дослідження філософських підходів для розуміння благополуччя.

Теоретичне обґрунтування проблеми.

Дослідження теми благополуччя має глибоке коріння, що сягає античної філософії. Досі не існує універсального визначення благополуччя. Початково термін «благополуччя» був пов'язаний із поняттями «сприятлива доля» та «везіння», що в античній етиці та міфології інтерпретувалось як «блага доля», або «евдемонія». Арістотель, зокрема, розширив розуміння «евдемонії», описував її як стан володіння вищими благами, уживав поняття «блаженство» для опису найвищого рівня щастя, що базується на внутрішніх переживаннях. Демокрит акцентував на ролі особистості в усвідомленні щастя, тоді як Платон і Сократ визначали задоволення як результат досягнення щастя через володіння благами.

У контексті психологічних досліджень поняття «благополуччя» та «щастя» мають різні значення, хоча вони взаємопов'язані, адже благополуччя – це більш широкий і стійкий стан, який охоплює емоційний, фізичний, соціальний і когнітивний аспекти життя. Благополуччя охоплює задоволеність життям, наявність сенсу, контроль над життєвими обставинами та гармонійні соціальні зв'язки. Тоді як щастя являє собою короточасне або тривале суб'єктивне відчуття радості, задоволення або емоційного піднесення, що є складовою частиною суб'єктивного благополуччя, але менш стабільним, залежить від миттєвих емоцій і переживання.

Український мислитель Г. Сковорода тлумачив поняття щастя крізь призму християнства, уважав його виявом гармонії між внутрішнім світом людини та зовнішнім світом, відображав це як природну злагоду. Він стверджував, що щастя треба розуміти як життєвий сенс, що сприяє виживанню суспільства і є частиною його майбутніх ідеалів (Олефір, 2016: 109).

Е. Фромм, філософ і психолог-гуманіст, розглядав щастя як прояв покращення життєздатності, емоційної та інтелектуальної сили,

уважав його важливим для здоров'я особистості. За його словами, справжнє людське благо полягає не у стримуванні бажань, а в розвитку власних здібностей.

Питання щастя знаходили своє відображення в народному фольклорі, міфології, а також у творах відомих українських поетів, письменників, серед яких Т. Шевченко, Леся Українка, В. Стефаник та інші.

У середині ХХ ст., завдяки роботам гуманістично налаштованих психологів, як-от Р. Мей, Р. Олпорт, В. Франкл та інші, поняття суб'єктивного благополуччя отримало розвиток у контексті позитивної психології (Фромм, 2016: 81).

Мета роботи – дослідити актуальні філософські підходи для розуміння ключових аспектів благополуччя в сучасних реаліях.

Методологія та методи. Для дослідження сучасних філософських підходів до розуміння благополуччя була використана методологія, яка включає системний аналіз і порівняльний аналіз, що дозволяє глибоко проникнути в сутність філософських концепцій і їхніх взаємозв'язків, а також виявити спільні риси та відмінності між різними теоріями. Для реалізації поставлених завдань використовувалися такі методи дослідження: аналіз літератури, описові, узагальнення, аналіз і синтез, індукція та дедукція.

Результати та дискусії. У світовій науці сформувалися два основні підходи до розуміння природи благополуччя: гедоністичний і еудемоністичний. Обидва напрями зароджуються у філософському контексті античності, вони, по суті, є основою для подальших наукових теорій. Розгляньмо детальніше гедонізм і еудемонізм.

Гедонізм передбачає, що добробут полягає в перевазі задоволень над болем. Задоволення – це враження, привабливі через їхню сенсорну приємність, тоді як біль сприймається як негатив через неприємні сенсорні відчуття.

Зосередження на сенсорній якості виділяє здатність до інтроспекції як ключову рису задоволень і болю, дозволяє їх усвідомлено розрізняти. Можна розглянути гіпотетичну ситуацію, коли особа не досягає успіху в життєво важливому проєкті, проте так і не усвідомлює свого провалу. Наприклад, якщо аматорський детектив доклав усіх зусиль до вирішення



завдання пошуку зниклою дитини протягом останніх п'яти років життя, але помер, помилково переконаний у власному вирішальному відкритті. Оскільки провал не був усвідомлений, його задоволення від роботи залишилося таким самим, якби проект був успішним.

Евдемонізм – підхід, який ставить за мету досягнення щастя або добробуту, який часто розуміється як найвища цінність для людського життя. Евдемонізм визнає, що справжнє щастя і добробут виходять за рамки простого переживання задоволення й уникнення болю (як у гедонізмі). Замість того, щоб фокусуватися суто на суб'єктивних відчуттях, евдемонізм акцентує на розвитку особистості, здійсненні власних здібностей, моральному самовдосконаленні та веденні життя, яке є гідним людини.

Евдемонізм охоплює особистісний розвиток, взаємини з іншими, працю та дозвілля. Він може також бути пов'язаний із поняттям сенсу життя або життєвого покликання. У сучасних дискусіях евдемонізм часто порівнюється з гедонізмом, водночас евдемоністи критикують гедоністичні теорії за їх зосередження на переживанні миттєвого задоволення, а не на тривалих і значущих аспектах добробуту (Вартанова, Маляренко, 2020: 167).

Сучасні ж філософські підходи до розуміння благополуччя розвиваються на перетині історичних учень, психології та економіки, пропонують різні погляди на те, що робить життя людини благополучним.

Теорія задоволення бажань стверджує, що добробут людини полягає в задоволенні її бажань, незалежно від того, чи людина знає про здійснення цих бажань. Головним аргументом на користь теорії задоволення бажань у порівнянні з гедонізмом є те, що інтерес людей до власного благополуччя виходить за рамки їхніх особистих задовольень і болів, насолод та розчарувань (Hooker, 17).

Теорія об'єктивного списку визнає, що задоволення є вигодою, але розширює рамки, у яких розглядається добробут. На відміну від гедонізму, ця теорія стверджує, що існує не один, а кілька елементів добробуту. Вона включає, окрім задоволення, такі речі, як знання важливих питань, дружба, значущі досягнення й автономія. Парфіт назвав її «теорією об'єктивного списку». Згідно з нею, що більше в житті задоволення, знань, дружби, значущих досягнень і автономії, то вище добробут (Hooker, 17).

Томас Гурка аргументував, що складні та тривалі досягнення мають більше значення, ніж прості та легкі. Проте менше та легше досягнення може приносити більше вигоди завдяки задоволенню, розвитку дружніх відносин або отриманню знань. Якщо розглядати інструментальну та внутрішню

цінність, простіші досягнення можуть бути більш корисними. Але якщо не брати до уваги інструментальні переваги, складніші досягнення мають більше значення (Well-Being).

Теорія суб'єктивного благополуччя зосереджується на особистісному сприйнятті й оцінюванні власного життя людиною. За цією теорією ключ до розуміння благополуччя лежить в тому, як люди відчувають і оцінюють своє життя, включно з їхнім емоційним станом і загальною життєвою задоволеністю. Основні аспекти суб'єктивного благополуччя охоплюють емоційний досвід, задоволеність життям, сприйняття сенсу та мети (Пахоль, 2017: 88).

Теорія задоволення ґрунтується на тому, що задоволення може бути поняттям, що неоднозначно визначається. Саме тому філософи часто встановлюють різні характеристики для пояснення різних аспектів задоволення. Задоволення може бути пов'язане із сенсорними відчуттями або фізичними стимулами, емоційними переживаннями чи психічними процесами. Це може бути насолодою від смаку соковитого яблука, спостереження заходу сонця на морі чи насолода від дотику м'яких текстур. Також це може бути радістю досягнення поставленої мети, щастям від отримання хороших новин або затишком під час проведення часу із близьким другом. Задоволення може впливати з вивчення чогось нового, обміну ідеями з іншими або ейфорії цілковитого занурення в діяльність (Hooker, 19).

Згідно з утилітаризмом благополуччя досягається шляхом максимізації задоволення та мінімізації страждань. Однак сучасний утилітаризм відходить від вузького розуміння благополуччя як простої суми задовольень, розглядає його як більш складний феномен, що включає якість життя та різноманітні форми добробуту (Аршава, 2012).

У контексті теорії благополуччя утилітаризм розглядає благополуччя як сукупне задоволення й уникнення болю для всіх індивідів, які зазнають впливу. Головна ідея утилітаризму полягає в тому, щоб «дії приносили максимальне задоволення або мінімізували біль для максимальної кількості людей» (Гордєєва, 2017: 140).

Згідно з віртуалізмом благополуччя є результатом розвитку особистісних чеснот і досягнення внутрішньої гармонії. Відповідно до цього підходу справжнє благополуччя залежить не лише від зовнішніх обставин, а й від морального та духовного розвитку особистості.

Одним із прикладів віртуалізму, коли благополуччя вважається результатом розвитку особистісних чеснот, може бути історія професійного спортсмена, який віддає перевагу моральним принципам та внутрішній гармонії

над матеріальними нагородами чи зовнішнім успіхом.

Теорія значних досягнень вказує на те, що досягнення, які мають значний вплив або велике значення для особистості, можуть бути ключовими складовими частинами благополуччя. Ця теорія стверджує, що не просто кількість досягнень, а їхня якість і важливість є вирішальними чинниками, які впливають на особистісний розвиток і задоволення (Hooker, 21).

Теорія важливих знань стверджує, що володіння значною їх кількістю є важливим елементом особистого благополуччя. Згідно із цією теорією набуття знань, які мають велике значення для особистості, сприяє її розвитку та забезпечує внутрішнє задоволення. Уявімо собі два схожі життя, одне з яких містить значну кількість важливих знань, а інше – мінімальну або навіть жодного такого знання. Очевидно, що життя з більшим обсягом важливих знань буде кориснішим для особистості, оскільки воно сприяє її особистісному зростанню та забезпечує більше можливостей для самореалізації. Ця теорія визначає важливість накопичення знань, які не лише розширюють розумові горизонти, але й допомагають зрозуміти себе і світ навколо (Hooker, 22).

Автономія, як теорія благополуччя, визначається як стан, у якому володіння власним життям, відчуття контролю над власними рішеннями і діяльністю сприяють досягненню особистого щастя та задоволення. Ця теорія підкреслює, що автономія важлива для благополуччя, оскільки особиста свобода і можливість самостійно визначати свій курс дій допомагають людині здійснювати свої цілі та реалізувати свій потенціал (Hooker, 23).

Одним із прикладів автономності є ситуація, коли студент вибирає свої курси чи спеціалізації для навчання у виші. Якщо університет надає студентам можливість самостійно вибирати предмети з доступного списку, кожен студент може відчувати себе автономно. Вони можуть вибрати ті курси, які відповідають їхнім особистим інтересам, цілям і майбутнім кар'єрним перспективам. Така можливість вибору допомагає студентам відчувати себе впевнено та контролювати своє навчання, що сприяє їхньому особистому розвитку і благополуччю.

Теорія цінування краси як теорія благополуччя стверджує, що відчуття та цінування краси мають значний вплив на загальне благополуччя і щастя людини. Ця теорія вважує, що естетичні переживання, як-от відчуття краси в мистецтві, природі або інших аспектах життя, можуть викликати в людини позитивні емоції, задоволення та навіть екстаз (Hooker, 24).

У контексті російсько-української війни українці останні кілька років живуть у постійному стресі, страхах, хвилюваннях, що зменшує можливість досягнення благополуччя. Розглянуті теорії можуть допомогти суспільству подолати кризові психологічні стани та знайти баланс між реальними загрозами та відчуттям благополуччя. Теорії благополуччя можуть надати цінні поради щодо викликів і потреб суспільства під час війни, а також способів їх вирішення або пом'якшення.

Під час війни особистісне сприйняття становища індивіда може суттєво коливатись. Страх, тривога, втрата близьких і дестабілізація звичного життя – усе це негативно впливає на суб'єктивне сприйняття благополуччя. Водночас згуртованість спільноти, підтримка один одного та спільне прагнення до миру можуть підсилити відчуття суб'єктивного благополуччя, навіть у складних умовах (Топ-5 технік).

Теорія об'єктивного списку наголошує на значенні конкретних умов та благ, необхідних для благополуччя. Під час війни важливість доступу до основних благ, як-от безпека, здоров'я, житло та харчування, стає критичною. Суспільні зусилля зосереджуються на забезпеченні цих фундаментальних потреб, що є ключовим для підтримки колективного благополуччя.

В умовах війни пошук сенсу, мети та самореалізації може здатися особливо складним. Однак евдемонічний підхід може відігравати важливу роль у подоланні травм і знаходженні міцності у складнощах. Волонтерство, допомога іншим, захист країни та співпраця заради спільної мети можуть допомогти індивідам знайти глибший сенс у своїх діях під час кризи.

Утилітаризм у контексті війни підкреслює важливість дій та рішень, спрямованих на максимізацію благополуччя найбільшої кількості людей. Це може означати вибір стратегій, які забезпечують найбільшу безпеку та добробут для цивільного населення.

Крізь призму розглянутих теорій можна дослідити, як різні аспекти благополуччя впливають на спосіб, яким люди сприймають та реагують на інші сучасні виклики.

1. Евдемонічна й об'єктивна теорії благополуччя можуть запропонувати основу для розроблення соціальних програм і політик, спрямованих на зменшення соціальної нерівності. Вони наголошують на значенні самореалізації, доступу до освіти, здоров'я, інших основних благ, що вважаються важливими для досягнення благополуччя незалежно від соціального статусу.

2. Гедоністичні та суб'єктивні теорії благополуччя можуть допомогти зрозуміти, як технологічні інновації впливають на емоційний



стан та загальне сприйняття задоволеності життям. Застосування цих теорій може сприяти розробленню технологій, що підтримують позитивні емоції та сприяють глибокому взаємозв'язку між людьми.

3. Теорії, що зосереджені на автономії та самореалізації, надають основу для розуміння важливості самовизначення й особистісного розвитку. Вони вказують на важливість можливостей для особистісного вираження та вибору як ключових елементів благополуччя.

4. Теорія об'єктивного списку може бути використана для визначення базових благ, як-от чисте навколишнє середовище, як невід'ємної частини благополуччя. Це спонукає до дій, спрямованих на збереження довкілля як необхідної умови для забезпечення благополуччя нинішніх і прийдешніх поколінь.

5. Суб'єктивне сприйняття благополуччя значною мірою залежить від емоційного досвіду та загальної задоволеності життям. Пандемія COVID-19 внесла суттєві зміни в життя багатьох людей, спричинила стрес, тривогу й ізоляцію. За таких обставин фокус на підтримці позитивних емоцій через зв'язки із близькими, хобі, а також удосконалення технік самодопомоги та медитації можуть допомогти зберегти чи підвищити рівень суб'єктивного благополуччя.

У контексті пандемії утилітаризм, який підкреслює важливість досягнення найбільшого блага для найбільшої кількості людей, може слугувати етичним підґрунтям для ухвалення важких рішень у сфері охорони здоров'я.

6. Збільшення можливостей для роботи з дому створило нові виклики для балансу між роботою й особистим життям. Застосування суб'єктивної теорії благополуччя може допомогти в адаптації до цих змін, з акцентом на важливості саморефлексії та особистісного зростання, пошуком способів підтримки здорових зв'язків і задоволення життям, незважаючи на змінені умови праці.

7. Гедонічний підхід може бути застосований до вирішення психологічних проблем, пов'язаних зі стресом та депресією. Зосередження на позитивних емоціях, пошук моментів радості та щастя в повсякденному житті можуть допомогти людям краще

справлятися з негативними аспектами свого існування.

8. Евдемонічний підхід може бути застосований до подолання викликів особистісного розвитку та самореалізації. Відшукання сенсу життя, розвиток внутрішніх якостей та прагнення до самовдосконалення можуть стати відповіддю на пошук особистісної ідентичності в умовах сучасного світу.

9. Теорія задоволення бажань може бути застосована в контексті соціальної роботи та психотерапії, допомагати людям ідентифікувати та реалізовувати їхні справжні бажання і потреби, тим самим підвищуватиме рівень їхнього загального благополуччя.

10. Теорія об'єктивного списку може знайти своє застосування в політиці соціальної справедливості та розвитку громад, пропонувати набір універсальних цінностей і благ, досягнення яких має стати метою соціальної політики й індивідуальних зусиль.

11. Суб'єктивна теорія благополуччя наголошує на важливості особистісного сприйняття й оцінювання власного життя, що може бути використано у сфері психологічної допомоги для вироблення індивідуальних стратегій подолання життєвих викликів і досягнення особистісного благополуччя.

12. Теорія важливих знань висвітлює значення освіти та неперервного навчання для благополуччя людини, що може бути застосовано в розвитку освітніх програм, спрямованих на розширення світогляду, навичок критичного мислення та самоосвіти (Хелд, 2015: 144).

Висновки. Сучасні теорії благополуччя пропонують різноманітні погляди на те, що робить життя гідним та змістовним. Вибір між ними часто залежить від особистих цінностей, культурних та філософських поглядів. Незважаючи на розбіжності, усі ці теорії прагнуть зрозуміти, як досягти вищої якості життя та здійснити людське прагнення до благополуччя.

Розглянуті теорії підкреслюють різні аспекти благополуччя, які можуть бути використані для врегулювання конфліктів, розроблення гуманітарної допомоги та відновлення постконфліктних суспільств. Вони допомагають зрозуміти, як підтримати індивідуальне та колективне благополуччя у складних умовах, як сприяти відновленню та зціленню після завершення конфлікту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Hooker Brad. University of Reading. P. 15–35. URL: <https://philpapers.org/archive/HOOTE0-8.pdf> (дата звернення: 28.01.2025).
2. Well-Being. URL: <https://plato.stanford.edu/entries/well-being/#MooCha> (дата звернення: 28.01.2025).
3. Аршава І. Суб'єктивне благополуччя та його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2012. Вип. 18. Т. 20. № 9/1.
4. Варганова О., Маляренко І. Well-being як невід'ємна складова формування корпоративної стратегії підприємства. *Міжнародна науково-практична конференція*. 2020. Т. 1. С. 164–169.

5. Гордєєва Т. Оптимістичне мислення особистості як складова особистісного потенціалу. *Психологічна діагностика*. 2017. № 1. 234 с.
6. Олефір В. Психологія саморегуляції суб'єкта діяльності : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2016. 428 с.
7. Пахоль Б. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники. *Український психологічний журнал*. 2017. № 1 (3). С. 80–96.
8. Топ-5 технік боротьби зі стресом. URL: <https://i.factor.ua/journals/ot/2019/november/issue-22/1/article-105683.html> (дата звернення: 28.01.2025).
9. Фромм Е. Людина для себе / пер. Л. Чернишової. Мінськ : Колегіум, 2016. 324 с.
10. Хелд Б. Досить посміхатися, починайте хмуритися. Нью-Йорк : St. Martin's Griffin, 2015. 144 с.

REFERENCES:

1. Hooker, Brad. University of Reading. P. 15–35.
2. Well-Being. URL: <https://plato.stanford.edu/entries/well-being/#MooCha>.
3. Arshava, I. Subiektyvne blahopoluchchia ta yoho indyvidualno-psykholohichni ta osobystisni koreliaty. *Visnyk DNU. Seriiia "Pedahohika i psykholohiia"*. Dnipropetrovsk, 2012. Vyp. 18, T. 20, № 9/1 [in Ukrainian].
4. Vartanova, O., Maliarenko, I. Well-being yak nevid'iemna skladova formuvannia korporatyvnoi stratehii pidpriemstva mizhnarodna naukovo-praktychna konferentsiia. T. 1, IKT, 2020. P. 164–169 [in Ukrainian].
5. Hordieieva, T. Optymistychne myslennia osobystosti yak skladova osobystisnoho potentsialu. *Psykholohichna diahnostyka*, 2017. № 1. 234 p. [in Ukrainian].
6. Olefir, V. Psykholohiia samorehuliatcii subiekta diialnosti : dys. ... dokt. psykhol. nauk: 19.00.01; Pivdenoukr. nats. ped. un-t imeni K.D. Ushynskoho. Odesa, 2016. 428 p. [in Ukrainian].
7. Pakhol, B. Subiektyvne ta psykholohichne blahopoluchchia: suchasni i klasychni pidkhody, modeli ta chynnyky. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal*. 2017. № 1 (3), P. 80–96 [in Ukrainian].
8. Топ-5 tekhnik borotby zi stresom. URL: <https://i.factor.ua/journals/ot/2019/november/issue-22/1/article-105683.html>.
9. Fromm, E. Liudyna dlia sebe / per. L. Chernyshovoi. Mn.: Kolehium, 2016. 324 p.
10. Kheld, B. Dosyt posmikhatysia, pochynaite khmurytysia. New York: St. Martins Griffin, 2015. 144 p.

Стаття надійшла до редакції 29.01.2025
The article was received 29 January 2025



УДК 159.922.1:[612.6.057:159.923.2]
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-3>

ОСОБЛИВОСТІ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИФІКАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Харченко Вікторія Євгенівна,

кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології

Київський інститут бізнесу та технологій

harchenko.v@kibit.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-5486-8556>

Шелестова Олена Вікторівна,

кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології

Херсонський державний університет

oshelestova@ksu.ks.ua

<https://orcid.org/0000-0001-6873-421X>

Мета. У статті проведено теоретичний аналіз поняття статевої ідентифікації в сучасній психологічній літературі, охарактеризовано етапи розвитку та формування статевої свідомості особистості, розкрито вплив стереотипів на статево соціалізацію особистості. **Методи.** Здійснено теоретичний аналіз і узагальнення особливостей статевого та психологічного становлення підлітків, описані переживання підлітків власного тіла у процесі дорослішання, розглянуто особливості формування гендерної культури особистості. **Результати.** У сучасному суспільстві відбувається поступова трансформація традиційних уявлень про маскуліність і фемінність, що зумовлює зміну гендерних ролей і моделей поведінки. В умовах глобалізації та поширення цифрових технологій молодь усе частіше орієнтується на віртуальні джерела інформації, що впливає на їхнє самосприйняття й усвідомлення власної статевої ідентичності. Корейська попкультура, що набирає популярності у світі, активно пропагує андрогінний стиль, який змінює уявлення про зовнішність, поведінку та статеві ролі. Такі явища спричиняють дискусії серед науковців, адже питання статевої ідентифікації все більше виходить за межі біологічного виміру та набуває соціально-культурного значення. **Висновки.** З огляду на ці зміни важливо аналізувати, яким чином сучасні підлітки формують власну статево ідентичність у контексті впливу соціальних мереж, глобальних культурних трендів і новітніх суспільних норм. Особливу увагу приділено впливу соціальних мереж на розвиток статевої ідентифікації особистості.

Ключові слова: *статева ідентифікація особистості, соціалізація, переживання власного тіла, стереотипи, підлітковий вік, гендерна культура.*

FEATURES OF PERSONAL GENDER IDENTIFICATION

Kharchenko Viktoriua Yevhenivna,

PhD of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology

Institute of Business and Technology

harchenko.v@kibit.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-5486-8556>

Shelestova Olena Viktorivna,

PhD of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology

Kherson State University

oshelestova@ksu.ks.ua

<https://orcid.org/0000-0001-6873-421X>

Purpose. The article provides a theoretical analysis of the concept of sexual identity in modern psychological literature, characterizes the stages of development and formation of an individual's sexual consciousness, and reveals the influence of stereotypes on gender socialization. **Methods.** The features of sexual and psychological development in adolescents are highlighted, their experiences of their own bodies during maturation are described, and the specifics of gender culture formation are examined. **Results.** In modern society, traditional perceptions of masculinity and femininity are gradually transforming,

leading to changes in gender roles and behavioral models. In the context of globalization and the spread of digital technologies, young people increasingly turn to virtual sources of information, influencing their self-perception and awareness of their sexual identity. The growing global popularity of Korean pop culture actively promotes an androgynous style, reshaping ideas about appearance, behavior, and gender roles. These phenomena spark discussions among scholars, as the issue of sexual identity is moving beyond the biological dimension and gaining socio-cultural significance. **Conclusions.** Given these changes, it is crucial to analyze how contemporary adolescents form their sexual identity in the context of the influence of social networks, global cultural trends, and evolving societal norms. Special attention is given to the impact of social networks on the development of an individual's sexual identity.

Key words: *sexual identification of individual, socialization, experience of one's own body, stereotypes, adolescence, gender culture.*

Вступ. Натепер проблеми, пов'язані зі статевою ідентифікацією та ґендерною соціалізацією, є досить актуальними. Процес становлення статевої свідомості, культури, виховання важливий у формуванні особистості. Ґендерна соціалізація є складовою частиною загальної соціалізації суспільства і здійснюється за визначених обставин, соціокультурних умов, під впливом стрімкого розвитку різних сфер цього світу. Відчуття своєї статі, прийняття свого тіла, вибір того, ким тобі бути та як виглядати, гармонія внутрішнього світу людини із зовнішнім стає основою буття. Правильні взаємини, повага до протилежної статі, здорове статеве життя та продовження роду безпосередньо залежать від того, наскільки людина ідентифікує себе зі своєю статтю та психологічно стабільна до змін в собі й оточенні.

Проблемне поле статево-рольової ідентифікації особистості у вимірах дорослішання широко представлене в науковому доробку як вітчизняних (А. Волович, Т. Говорун, О. Кікінежді, І. Романов, Т. Юферева й інші), так і зарубіжних (S. Bem, A. Eagly, R. Hartley, R. Helmreich, M. Jinn, G. Spanier, J. Spense etc.) дослідників.

Статева ідентифікація – це здатність особистості ототожнювати власну поведінку з відповідними статевими ролями, що відповідають статевій, генетичній, фізіологічній і психологічній причетності особистості. Тоді як ґендерна ідентичність виникає під впливом ґендерних стереотипів. Деякі науковці принципово розмежовують поняття статевої та ґендерної ідентифікації, хоча існують теоретичні ідеї таких дослідників, як С. Іванченко, О. Кікінежді, Н. Харламенкова, які все ж ототожнюють ці два поняття та підкреслюють їхню взаємозалежність.

За З. Фрейдом, «анатомія – це доля». Це те, що ми отримуємо на початковому етапі зародження, що, у результаті, підштовхує дівчинку наслідувати поведінку матері, а хлопчика – батька. Попередні покоління, різними методами впливу, вкладали в дитячу свідомість схему, яка дає змогу у 3–5 років усвідомлювати свою приналежність до якоїсь статі, поводитись відповідно, розділяти діяльність, права й обов'язки на чоловічі та жіночі.

Як зазначає І. Кон, поділ людей на чоловіків і жінок передбачає цілковиту відповідність особистості біологічній статі. Це включає анатомічні особливості (будову статевих органів, пропорції тіла), статеву ідентичність (усвідомлення себе як представника цієї статі), виконання відповідної статевої ролі, а також характер спрямованості статевого потягу та дотримання усталених стереотипів статевої поведінки.

Сучасна наука інакше підходить до вивчення питання ґендерної поведінки особистості. «Нова психологія статі» виникла на Заході в 1970-х рр. Дж. Стоккард і М. Джонсон висунули гіпотезу, що біологічна стать (визначена хромосомним і гормональним фоном) лише створює передумови для поведінкових особливостей людини, тоді як ключову роль відіграє соціально-психологічна стать, або ґендер. Ґендер формується протягом життя під впливом суспільних чинників, як-от класові, етнічні та расові варіації статевих ролей, культурні особливості та соціальні очікування.

У сучасному суспільстві статево-рольові стереотипи зазнали значних змін: традиційне уявлення про єдине призначення жінки як хранительки домашнього вогнища та чоловіка як суто кар'єристичного добувача вже не є панівним. Водночас ґендерні стереотипи цілком не зникли. Їх вивчення сприяло популяризації понять маскулінності, фемінності й андрогінності. Існує припущення, що андрогенна особистість, яка поєднує в собі як маскулінні, так і фемінні риси, може слугувати більш гармонійним стандартом психічного здоров'я в сучасному суспільстві. Саме через поєднання рис обох статей андрогенність більш пристосована до життя.

Мета дослідження – визначити й охарактеризувати особливості статевої ідентифікації людини.

Теоретичне обґрунтування проблеми. У дослідженнях З. Фрейда та К. Хорні ідентифікація розглядається як ключовий механізм як нормативного, так і невротичного розвитку особистості. Здоровим вважається процес ототожнення з батьком тієї ж статі. Натомість ідентифікація із представником протилежної статі розглядається як чинник, що може спри-



чиняти порушення статево-рольової поведінки, зокрема і призводити до маскулінізації жінок і фемінізації чоловіків.

Статева ідентифікація – це здатність людини ототожнювати власну поведінку з відповідними статевими ролями, що відповідають статевій, генетичній, фізіологічній і психологічній причетності особистості. Серед усіх можливих ролей, які приміряє людина протягом життя, для нормальної соціалізації в сучасному світі дуже важливими є статеві та ґендерні ролі.

У більшості людей статева ідентичність узгоджується з їхньою соціальною статевою роллю. Однак у разі розладу статевої ідентифікації особа може сприймати себе як жертву біологічної помилки, відчувати невідповідність між своїм тілом і внутрішнім уявленням про власну стать. Це явище характеризується деякою розбіжністю між анатомічною будовою та ґендерною ідентичністю. Людина може мати чітке усвідомлення своєї статевої належності, але водночас стикатися із труднощами в ґендерній ідентичності, переживати невідповідність ідеалам, стандартам, нормам «чоловічої» чи «жіночої» поведінки. Наприклад, хлопчик-підліток, який цікавиться бальетом, а не футболом, дівчинка, яка цікавиться боксом, можуть сприйматися однолітками глузливо, бо такі захоплення не відповідають стереотипним поглядам їхньої статево-рольової поведінки.

Формування ґендерної ідентичності людини відбувається під час ґендерно-рольової соціалізації, у процесі якої вона засвоює соціально значущі норми й очікування, пов'язані з ролями чоловіків і жінок. Можна сказати, що виникає ґендерна ідентифікація під впливом ґендерних стереотипів.

Деякі науковці принципово розмежовують поняття статевої та ґендерної ідентифікації, хоча існують теоретичні ідеї таких дослідників, як О. Кікінежді, О. Кізь, які все ж ототожнюють ці два поняття та підкреслюють їхню взаємозалежність (Кікінежді, Кізь, 2006). На думку української дослідниці ґендеру О. Кікінежді, ґендерна ідентичність є важливою ланкою в системі статевої самосвідомості та має особистий прояв у різних взаємодіях і ставленнях (Кікінежді, 2009).

Л. Клочек вважає, що розмежування цих двох понять є умовним, бо соціальні стереотипи, що ототожнюються з ґендером, правильно засвоюються за умови розуміння особою власної статевої приналежності та її прийняття/неприйняття (Клочек, 2005).

Формування статевої свідомості охоплює парапубертатний, передпубертатний, пубертатний та інволюційний періоди статевої зрілості. Дослідження цього питання в парапубертатному періоді вважаються недостовірними

та неточними. Важливий компонент у розвитку статевої ідентифікації та сексуальності немовляти закладений у чуттєвій близькості з батьками та реалізується через обійми, притискання немовляти до свого тіла, сповивання, грудне вигодовування (Мельник, 2021).

З перших своїх років діти отримують від батьків і соціуму знання про свою стать і притаманність поведінки. У цей період малюки проявляють зацікавленість до своїх геніталій, обстежують своє тіло та відчуття. Дуже важлива реакція батьків на такі процеси становлення статевої свідомості сина або доньки. Дорослих може спантеличити те, що дитина 1–2 років торкається своїх геніталій і досліджує себе привселюдно, бо це неприйнятно поведінка для нашого соціуму. Тут необхідно проявити розуміння до таких дій дитини і реагувати спокійно, у жодному разі не сварити. Краще відволікти малечу та перевести її увагу на щось інше. Адже дитина сприймає несхвалення з боку батьків через інтонацію їхнього голосу, вираз обличчя й інші невербальні сигнали. Малюк, який помічає, що його сексуальні ігри викликають у батьків негативну реакцію або відторгнення, може дійти висновку, що він сам чи його тіло є чимось неприпустимим або поганим. Такий негативний досвід може погано вплинути на статево-рольову ідентифікацію дитини, самооцінку та сприйняття власного тіла.

У 4 роки дитина вже точно розуміє дівчинка вона чи хлопчик. Із цими знаннями приходять і відповідна поведінка, наслідування одного з батьків ідентичної статі та зацікавленість тим, чим саме відрізняється тіло хлопчика від тіла дівчинки. На п'ятому році життя в дівчаток і хлопчиків чітко простежується відмінність в інтересах, у виборі одягу й іграшок. Хлопці віддають перевагу машинам, роботам, іграшковій зброї, рухливим іграм з елементами суперництва та порівнянням своїх навичок і вмій; дівчата частіше вибирають більш спокійні ігри лялькам, пухнастими іграшкам, забави в «доньку та матір» тощо. Коли діти разом захоплені однією справою, можна побачити у їхніх діях і проявах один до одного особисту, властиву їхній ґендерній приналежності, поведінку.

Наступний етап статевої ідентифікації відбувається в передпубертатному періоді – це період становлення стереотипів статево-рольової поведінки. Основними чинниками розвитку сексуальності цього періоду є особистісне пізнання та соціальна взаємодія з однолітками. Починають активно формуватися самоусвідомлення, рівень самооцінки, уявлення про власне «Я», його образ, які впливають на поведінку індивіда та його взаємодію із представниками протилежної статі (Васютинський, 1996).

У шкільні роки дитина опановує базові культурні норми, розвивається її здатність до логічного мислення та самоконтролю, дотримання правил, розвивається працелюбство й ототожнення себе зі своїми досягненнями. З'являються бажання подібатись, симпатія та перша закоханість, яка зазвичай не є взаємною, тому виникають страждання, закомплексованість, сором'язливість. Небезпека цієї стадії полягає в можливості виникнення почуття неповноцінності, некомпетентності, на тлі порівняння себе з однолітками, стикаючись із поразками або відсутністю навичок, досвіду. Упродовж пубертатного періоду відбуваються статеве дозрівання та суттєві зміни у психіці, зовнішності підлітка та внутрішня перебудова організму. У хлопців і дівчат статеве зрілість відбувається по-різному. Важливу роль відіграє продукування гормонів в обох статей (Бехтерева, 2022).

Основними завданнями статевого виховання в усі періоди дозрівання статевої ідентифікації є:

1. Формування зрілої гармонійної особистості.

2. Розвиток комунікативних навичок і взаєморозуміння в підлітків незалежно від статі, а також формування здатності до самостійного й усвідомленого ухвалення рішень.

3. Забезпечення підлітків науково обґрунтованою та структурованою інформацією, що сприятиме їхній адаптації до фізіологічних і психологічних змін у період статевого дозрівання, допоможе зменшити рівень стресу та забезпечити емоційний комфорт у процесі дорослішання.

4. Запобігання психосоціальної дезадаптації, створення умов для гармонійного засвоєння норм статевої соціалізації.

5. Формування усвідомленої орієнтації молоді на створення сім'ї, виховання дітей і виконання соціально значущих ролей.

6. Збереження репродуктивного здоров'я підлітків через виховні й освітні заходи, профілактика незапланованої вагітності, інфекцій, що передаються статевим шляхом, а також ВІЛ.

7. Сприяння розвитку здорового способу життя в підлітків та молоді, формування відповідального ставлення до планування сім'ї та батьківства (Гончаренко, 2022).

Термін «статеве виховання» відображає вплив соціального середовища на психосексуальний розвиток і становлення особистості. Фундаментальні уявлення про стосунки між статями формуються на основі спостережень за моделлю взаємодії батьків, їхньої поведінки, рівня поваги й емоційної підтримки одне одного. Дитина, яка зростає в атмосфері довіри та гармонії, отримує позитивні уявлення про емоційну та фізичну близькість, що

сприяє формуванню адекватного ставлення до власного тіла та протилежної статі. На соціальне становлення індивіда впливає сукупність чинників, зокрема родинне виховання, освітнє середовище, культурні та громадські інститути, а також соціально-економічний контекст суспільства.

Формуванню адекватної статевої самосвідомості сприяють такі аспекти:

1. Взаємна повага й емоційна близькість між батьками, що проявляється в щоденній взаємодії, а також гуманістичне ставлення до оточення. Діти, які виховуються в родині, де панує атмосфера любові та підтримки, мають більш стійку емоційну рівновагу, що позитивно впливає на їхній світогляд та моральні орієнтири.

2. Регулярне залучення дітей до виконання домашніх обов'язків, що сприяє набуттю життєво необхідних навичок і формує відповідальне ставлення до майбутньої сімейної ролі.

3. Формування ціннісних орієнтацій, що визначають вибір партнера та соціального оточення. До них належать як фізичні (сила, здоров'я, статура), так і морально-етичні (чесність, доброта, щедрість) характеристики.

Соціалізація особистості включає засвоєння соціальних норм, культурних цінностей і моделей поведінки, що сприяють інтеграції людини в суспільство. Гендерна соціалізація, згідно з концепцією Т. Парсонса, являє собою сукупність механізмів, що забезпечують включення індивіда в соціальну структуру шляхом засвоєння визначених норм, ролей і відповідного соціального статусу.

Можна сказати, що це засвоєння соціального досвіду попередніх поколінь, стихійно або цілеспрямовано.

Статеворольова соціалізація продовжується протягом усього життя людини, справжнього смислу набуває з дорослішанням та становленням особистих цінностей і орієнтирів. Буває, що людина переживає гендерну ресоціалізацію, коли руйнуються раніше прийняті цінності та настає процес засвоєння нових моделей поведінки.

Існує кілька концептуальних моделей ґендеру, серед яких біполярна, маскулітна й андрогінна. Останнім часом активно розробляються багатофакторні підходи, які дозволяють більш точно відобразити складну та багатовимірну природу ґендерної ідентичності. Початкові дослідження переважно на біполярній моделі «Маскулінність – Фемінність», відповідно до якої відповідність чоловіка маскулітним рисам, а жінки – фемінним уважалася ознакою найкращої психологічної адаптації (Ковальчук, 2020).



Ще в 1960-ті рр. під час вивчення даного питання вчені визначили притаманність маскулінності таких рис, як: раціональність, цілеспрямованість, прагнення до лідерства, влади, жорстокість, грубість, самовпевненість, захоплення технічними, індустріальними, цифровими напрямками діяльності. Риси, притаманні фемінності, були такі: слухняність, емоційність, чуйність, сенситивність, орієнтація на красу, спілкування та створення сім'ї.

Пізніше Сандра Бем, американський психолог, створила психологічну методику вимірювання маскулінності та фемінності, яка називається «Опис статево-рольових характеристик» ("The Bem Sex-Role Inventory") і спрямована на діагностування типу людини, незалежно від її фізіологічної статі:

1. Маскулінні (виражені чоловічі якості).
2. Фемінні (виражені жіночі якості).
3. Андрогенні (поєднання жіночих і чоловічих рис в одній особі).
4. Невизначені (без виражених якостей маскулінності та фемінності) (Бем, 1974).

Із часом природа ґендерності змінюється. Нині ми вже не можемо так однозначно розділяти риси на суто чоловічі та жіночі. Відмінність сучасного суспільства від попередніх поколінь полягає в першочерговій орієнтації на те, ким особистість себе почуває, а ні на те, ким її хоче бачити соціум. Є спостереження, що із часом жінки перейняли деякі риси маскулінності й уміло їх застосовують у досягненні своїх цілей, у професійній реалізації. Нині вони з легкістю освоюють діяльність, яка раніше була притаманна тільки чоловікам. Цілеспрямованість, наполегливість, безкомпромисність, високий інтелект, ці риси нерідко притаманні жінкам. А такі фемінні якості, як щиросердність, емоційність, інтуїтивність, м'якість, орієнтація на сімейні цінності, значною мірою властиві й чоловікам та більш виразно проявляються у зрілий період життя. Таке поєднання маскулінних та фемінних рис притаманне андрогенному типу. Високий рівень андрогенії в людини, незалежно від її статі, характеризується різноманітністю та гнучкістю рольової поведінки, розвиненими соціально-адаптивними навичками й іншими значущими якостями. Зокрема, дослідження свідчать, що обдаровані особистості часто демонструють високий рівень андрогенії (Ткалич, 2011).

Коли статева ідентифікація та ґендерна ідентичність не збігаються, оточення здійснює деякий психологічний вплив на таку особистість. Суспільство виступає як експерт статево-рольової поведінки та виказує осуд, негативну оцінку людині, яка не виправдала очікування суспільства.

Стереотипна модель покладає на жінку передусім турботу про сім'ю, створення

затишку в домі, а тільки потім розвиток її професійної діяльності та кар'єри. Відповідно до тих самих стереотипів, для чоловіка нормою є першочерговість у кар'єрному рості та суспільній активності. Жінка, яка не одружилась або не створила родину, буде розцінена соціумом як невдаха, а чоловіка, який не був одружений і не має сім'ї ніхто невдахою не називатиме.

Такі стереотипи формують світогляд дитини, яка лише починає соціалізацію. Зокрема, дівчатка нерідко виростають із переконанням, що вони поступаються чоловікам у професійній цінності, що впливає на їхню самооцінку та сприяє збереженню ґендерного дисбалансу в лідерських позиціях.

Розабет Кентер розробила торію токенизму та запропонувала приклад ґендерних ролей жіночої статі. Ці чотири варіанти неформальних ролей жінок-токенів, нав'язані соціальними групами, у яких жінки є помітною меншістю, виглядають так:

1) «мати» – від неї чекають теплої ставлення та розуміння, а не ділової активності;

2) «спокусниця» – розглядається як сексуальний об'єкт, а не як колега-фахівець, керівник і поготів;

3) «іграшка, талісман» – жінка сприймається як захоплення, така, яка приносить удачу;

4) «залізна леді» – вольова жінка, яка обіймає керівну посаду в політиці, корпорації. Їй приписуються маскулінні риси.

Чоловіча стать стикається з подоланням іншого роду випробувань і суспільного визнання. Для хлопчика прагнення відповідати маскулінним зразкам (як-от сила, хоробрість, компетентність, емоційна стриманість) є радше вимогою суспільства, ніж його власною внутрішньою потребою. Відхилення від цих норм зазвичай спричиняє більш суворе оцінювання з боку оточення (Ткалич, 2011).

За визначенням ООН, підлітковий період починається з 10 років і продовжується до 19, хоча формування мозку продовжується до 23 років.

Підлітковий вік вважається перехідним, оскільки саме в цей період відбувається зміна від дитинства до юності, від незрілості до дорослості. Цей процес охоплює фізичний, інтелектуальний, моральний, соціальний і духовний розвиток особистості. Протягом понад століття ведуться дискусії щодо того, які чинники – біологічні чи соціальні – визначають психічний і особистісний розвиток підлітка. Біологічний аспект пов'язаний із тим, що в цей період відбуваються значні зміни в організмі, зокрема статево дозрівання. Підлітковий вік є непростим випробуванням як для самих дітей, так і для їхніх батьків. Найкращий спосіб подолати труднощі цього етапу – мати

досить знань про нього й бути готовими до можливих викликів. Серед основних проблем, із якими часто стикаються підлітки, можна виокремити такі:

1. Фізичні зміни – трансформація зовнішності (у дівчат формуються груди, що може спричинити деякий дискомфорт, а також з'являється усвідомлення власної фігури; у хлопців ламається голос, починає рости волосся на обличчі, можуть з'являтися висипання на шкірі).

2. Емоційні зміни – часті зміни настрою (гормональні перебудови й особливості розвитку призводять до підвищеної дратівливості та труднощів у контролі емоцій).

3. Поведінкові зміни – конфлікти та прагнення незалежності (підлітки стають більш імпульсивними, часто сперечаються з батьками, намагаються обстоювати власні погляди; через інтенсивний розвиток мозку їхня поведінка може здаватися примхливою та впертою). Період підліткового розвитку також супроводжується стрімким, але нерівномірним фізичним зростанням. Відбувається зміцнення кісткової системи та розвиток м'язів. Однак диспропорційність у формуванні серцево-судинної системи, а також активізація роботи залоз внутрішньої секреції можуть спричинити тимчасові порушення кровообігу, підвищення артеріального тиску, перевантаження серця, що зумовлює підвищену збудливість, швидку втому, запаморочення та пришвидшене серцебиття. Нервова система підлітка ще не досить стійка до сильних і тривалих подразників, що може призводити як до стану загальмованості, так і до надмірного збудження. Відбуваються зміни в ендокринній системі, посилюється діяльність гіпофіза, а його гормони стимулюють ріст тканин і функціонування залоз внутрішньої секреції (статевих, щитовидної залози тощо), що спричинює фізичний і фізіологічний розвиток (Клочек, 2005).

Згідно із психоаналітичною теорією З. Фрейда, підлітковий період природно супроводжується як внутрішніми, так і зовнішніми конфліктами. Відсутність таких суперечностей, навпаки, може свідчити про відхилення в розвитку та можливі патологічні варіанти його перебігу.

Важливо розуміти, наскільки вагомий підлітковий період для формування статевої ідентифікації та навичок, які допоможуть у майбутньому робити відповідальний, здоровий і свідомий вибір щодо своїх стосунків, сексуальності, цінностей.

Підлітковий період супроводжується потребою дитини у вираженні своєї думки, мати такі ж самі права, як у дорослих, загострюється відчуття несправедливості до себе або власної позиції. Особливо гостро реагує особи-

стість віком 12–16 років на завищені вимоги батьків, учителів, соціуму.

У соціальному аспекті зростає роль взаємодії з однолітками та друзями, що проявляється через активне спілкування в соціальних мережах, телефонні розмови, а також зустрічі та спільне проведення часу під час прогулянок. На думку вчених, люди, які не вміють ладити з однолітками в дитинстві та юнацтві, більш схильні до неврозів, психічних розладів, кримінальної діяльності. Розлад у взаєминах з однолітками веде до різних форм соціальної дезадаптації.

Очевидно, що з батьками спілкування стане більш обмежене, відчужене. У підлітковому віці нерідко спостерігається зростання конфліктності у сімейних відносинах і у спілкуванні зі старшими. Це пов'язано з гострим усвідомленням власної дорослості, яка, проте, ще не є повноцінною, оскільки підліток залишається фінансово й емоційно залежним від батьків.

Вплив значущої для підлітка соціальної групи може мати як позитивні, так і негативні наслідки, зокрема спонукати до вживання алкоголю, тютюну, наркотичних речовин або сприяти ранньому статевому досвіду. Навіть за наявності власної думки підліток може свідомо приймати позицію групи, щоби не вирізнятися й уникнути відторгнення. Цей період характеризується розширенням самосвідомості, усвідомленням власного «Я», формуванням ідеалів і цінностей, порівнянням себе з іншими та визначенням свого місця в суспільстві, що часто супроводжується нестабільністю цих процесів. Особливу роль відіграє занепокоєння щодо власного зовнішнього вигляду, яке може переростати в надмірну тривожність стосовно ваги, пропорцій тіла, чистоти шкіри тощо. Ще однією важливою особливістю цього віку є виникнення романтичних почуттів, першої закоханості, початок романтичних стосунків. Ця сфера може бути непростю, оскільки підліток робить лише перші кроки в побудові міжособистісних відносин. І тут стануть у пригоді ті сімейні цінності, що прищеплювались у ранньому дитинстві батьками: правильно закладена статева свідомість; відповідність статевої ідентифікації з ґендерною; приклад здорових та теплих відносин між чоловіком і жінкою; сприйняття свого Я; правильне розуміння свого тіла та протилежної статі; нормальна самооцінка; довірливі відносини з батьками тощо (Мельник, 2021).

Обмежений життєвий досвід і ще не сформована система поглядів часто породжують суперечності між потребою вдосконалюватися і вмінням реалізувати цю потребу на практиці. Ось чому так важливо насамперед зрозуміти себе.



Загальновідомо, що у хлопчиків дитинство триває довше, ніж у дівчаток. Дівчата раніше, ніж юнаки, відчують і усвідомлюють свою статеву приналежність, звідси підвищений інтерес до своєї зовнішності, хворобливе сприйняття своєї фізичної недосконалості. У підлітковому віці, згадаймо ті часи, наше обличчя суттєво і часто непропорційно змінюється. Ми намагаємося знайти свою індивідуальність. Бажаємо схвалення однолітків і знайомих. Наше обличчя є життєво важливим для нас, оскільки ми намагаємося показати себе світові. Згадаймо тільки той нещасний прищик, який не давав спокою кілька днів. Звичайно, усі ці прояви підсилюються змінами гормонального фону.

У підлітковому віці завершується формування уявлень про тіло, його форми і пропорції, підліток починає оцінювати себе. Початкові уявлення зазвичай вирізняються критичністю, ригідністю та прагненням відповідати стереотипним ідеалам маскулітності та фемінності. Тілесна ідентичність – усвідомлена тотожність образу фізичного Я і уявлень про своє тіло в реальності.

Уявлення про тілесність лежать в основі формування статевої ідентичності. Необхідність побудови нового образу фізичного Я зумовлена різкими змінами в рості, пропорціях тіла і рисах обличчя. Ускладнюється завдання прийняти себе та той факт, що ти є фізіологічно дорослим, з появою ознак статевої зрілості: додаткове оволодіння, формування грудей у дівчат, мінливий голос у хлопців, запах, висип, спричинений розвитком сальних залоз, інші зовнішні ознаки, що супроводжуються внутрішніми змінами. Нерівномірність розвитку, тимчасова некоординованість, невідповідність тіла ідеалам часто ведуть до складнощів у прийнятті підлітками свого тіла.

Причини появи занепокоєння власним тілом психологічні – кепкування або критика.

Нині одним із панівних зовнішніх чинників впливу на прийняття свого фізичного Я стає вплив засобів масової інформації (далі – ЗМІ). Підлітки виявляються найбільш незахищеною від рекламних образів групою і щиро намагаються відповідати пропагованим «ідеальним» зразкам.

Гендерна культура – це система цінностей, усталених у конкретному суспільстві, які визначають очікувані норми поведінки для кожної людини відповідно до її статі (Петрушків, 2010).

Як уже зазначалось у попередніх розділах, гендерна культура формується під впливом різних груп соціуму, стереотипів, навіювань, обставин минулих літ і сучасних змін.

Гендерну культуру можна класифікувати за кількома критеріями:

1) за психологічними характеристиками – фемінна, маскулітна, андрогінна;

2) за формою прояву – жіноча, чоловіча, безстатєва тощо;

3) за владними відносинами – матриархатна, патріархатна, біархатна (егалітарна, партнерська), яка посідає особливе місце в сучасних наукових дослідженнях.

Патріархатна гендерна культура особистості є складовою частиною загальної культури людини, що ґрунтується на традиційних уявленнях про панівну роль чоловіка в родині та суспільстві.

Егалітарна гендерна культура особистості базується на принципах рівності статей і спрямована на створення партнерських відносин. Структура гендерної культури включає:

1. Когнітивний компонент – пов'язаний із формуванням статевої самосвідомості особистості, уявлень про себе як представника визначеної статі, розуміння гендерних ролей, сучасних стереотипів, а також особливостей жіночої та чоловічої психології.

2. Емоційно-ціннісний компонент – передбачає визнання загальнолюдських цінностей, рівних прав для всіх незалежно від статі, орієнтацію на партнерські відносини й егалітарний шлюб.

3. Поведінковий компонент – визначає реалізацію засвоєних гендерних моделей у повсякденному житті, зокрема і тренування у виконанні нетипових для статі ролей, прояв поваги до представників іншої статі й ефективного міжстатєвого спілкування.

Феномен гендерної ідентичності виявляється в тому, яким чином поводять себе чоловіки та жінки в сучасному суспільстві, їхня стереотипність поглядів, самоповага та зважання на свої потреби та протилежної статі (Шевченко, 2016).

Дослідники культури українського суспільства мають різні погляди щодо панівного типу гендерних взаємодій. Одні вважають, що українська культура має глибокі матриархальні корені, інші наполягають на її суто патріархальному характері, а треті стверджують, що чоловіки й жінки в Україні завжди мали рівні права, на відміну від суспільств, де патріархальні норми виражені більш чітко. Однозначно визначити панівну модель гендерної культури складно. З одного боку, українське суспільство орієнтоване на демократію, рівність, толерантність і справедливість. З іншого – сучасний соціально-політичний і культурно-інформаційний простір усе ще містить прояви шовінізму, расизму, ксенофобії, гомофобії, ейджизму та гендерної дискримінації. ЮНІСЕФ було розроблено документ «Сприяння гендерній рівності», у якому зазначено, що потреби і можливості обох статей і їхня відмінність не мають спричиняти

соціальну нерівність або обмеження прав чоловіка чи жінки.

Українська соціологиня та дослідниця ґендеру Т. Марценюк визначає ґендер як сукупність культурних і соціальних характеристик, що охоплюють усі аспекти людської діяльності. На її думку, ґендер не є вродженою властивістю, а формується поступово у процесі соціальної взаємодії. Учена підкреслює, що ролі чоловіків і жінок у суспільстві значною мірою визначаються історичними та соціокультурними умовами (Марценюк, 2019).

Методологія та методи. Тема статевого розладу натеper є дуже актуальною. Такий інтерес зумовлений протистоянням двох сторін суспільства: одна – бажає відкрито заявити про свою нетрадиційну орієнтацію; друга – наполягає на ненормальності одностатевих відносин і виступає проти вільного проявлення таких стосунків загалом. Сучасні молоді люди й особи старшого віку вже не прагнуть стати тими, ким їх хоче бачити суспільство. Пріоритет віддається свободі поглядів, висловлюванню особистої думки, власній (оригінальній) манері поведінки, прагненню бути щасливим за «власним рецептом». Звісно, така волелюбна позиція має як позитивний досвід, так і негативний. Особливо підлітковий вік відомий як період бунтарства та нехтування правилами, соціальною культурою поведінки, знеціненню сімейного ладу, з метою виділитись, вийти за межі системи, радикально змінити цей світ на свою користь. У цей період спостерігається значний вплив як на психіку людини, так і на статеvu, ґендерну ідентифікацію.

Розлад статевої ідентифікації, або дисфорія, – це дистрес, який людина відчуває через невідповідність між її статевою ідентичністю – її особистим відчуттям власної статі – та її статтю, отриманою при народженні.

Основною рисою такого порушення є переконаність особи в тому, що її стать не відповідає тій статі, що вказана в паспорті. Людина відчуває себе жертвою біологічної погрішності, унаслідок якої її помістили в тіло статі, що не відповідає внутрішній сутності цієї людини. Інші назви цього стану – транссексуалізм, трансґендеризм. Це найбільш виражене розходження між біологічною та психічною статтю. Емоційний аспект цього розладу проявляється у вигляді ґендерної дисфорії – незадоволеності своєю біологічною статтю, прагнення бути сприйнятим як представник протилежної статі, а також бажання змінити анатомічні особливості за допомогою гормональної терапії чи хірургічного втручання. Симптоми розладу статевої ідентифікації змінюються залежно від віку:

1) діти – можуть стверджувати, що належать до протилежної статі, вибирати відпо-

відний одяг та іграшки, віддавати перевагу спілкуванню із представниками протилежної статі. Молодші діти нерідко вірять, що їхня стать зміниться в майбутньому або що вони можуть легко її змінити самостійно. Старші діти можуть демонструвати манери та жести, характерні для протилежної статі, однак у віці 6–9 років починають приховувати свою поведінку через страх бути висміяними. Іноді це може призвести до гомо- або бісексуальної орієнтації чи транссексуальності в дорослому віці, хоча здебільшого такі прояви зникають;

2) підлітки – можуть відчувати тривогу, що зростає, пов'язану з розвитком небажаних вторинних статевих ознак або з усвідомленням гомосексуальної орієнтації. Ці зміни часто стають джерелом внутрішнього дискомфорту та призводять до сімейних конфліктів;

3) дорослі – зазвичай самостійно усвідомлюють свою ґендерну дисфорію. Іноді спостерігаються особистісні розлади. Деякі люди спочатку вважають себе гомосексуальними, проте можуть не відчувати себе комфортно у відповідному середовищі та сприймати себе як гетеросексуалів у стосунках. Водночас у гомосексуальних осіб у підлітковому віці можуть тимчасово проявлятися риси, пов'язані з ґендерною ідентифікацією (наприклад, стиль одягу). Якщо раніше у вихованні дітей і визначенні статево-рольових відносин суспільство покладалось на досвід попередніх поколінь і стереотипні методи, то зараз більшість людей здобуває інформацію в Мережі. Статева ідентифікація підлітків і формування ґендерної приналежності однозначно піддаються вагомому впливу шкідливого контенту. Необмежені можливості інтернету дозволяють користувачу спілкуватись і обмінюватись досвідом з іншими користувачами, вивчати культуру та традиції різних країн, розширяти свій кругозір та інтереси. Звичайно, де позитивний вплив, там є і негативний бік і загроза. Людина, яка поглинає різноплановий контент, приміряє на себе нестандартні ролі, які, можливо, не властиві її статі та суперечать традиційним поглядам рідного оточення. До дітей надходить інформація, не відповідна їхньому віку, світосприйняттю та психологічній стійкості. Такий вплив, імовірно, сколихне внутрішній дитячий світ, порушить статеvu ідентифікацію, змінить погляди на статево-рольові відносини.

Уже у віці 3–4 років дитина починає користуватись гаджетом, у 8–9 років – є повноцінним користувачем інтернету, соціальних мереж і різного роду відеоконтенту. Більш імовірно, що в разі необхідності пошуку якоїсь інформації підліток звернеться по допомогу до Google, аніж до батьків чи літератури. Статева ідентифікація підлітків та формування ґендерної приналежності однозначно підда-



ються вагомому впливу шкідливого контенту. Кожен другий юнак/дівчина захоплюється світлинами інтернету з попідолами, їхніми ідеальними принадами, відретушованою зовнішністю та навіюванням нових поглядів. Молоді люди вже не хочуть бути сірою масою, а прагнуть бути оригінальними, проявляти свою індивідуальність, привертати загальну увагу, відповідати тим трендовим міркам. Зазвичай соціальні мережі задовольняють цю потребу.

«Хто я?», «Яке моє призначення?», «Чим я кращий/гірший за однолітків?», – питають нині підлітки не себе, а пошукову систему. І вже точно знають, що в Мережі вони можуть бути ким завгодно, під будь-яким нікнеймом, не соромлячись та не виказуючи себе.

Результати та дискусії. Чіткий розподіл на маскулінність і фемінність поступово почав утрачатись і змінюватись андрогенністю. Людина, яка є андрогеном, має збалансовану ідентичність та включає в себе чоловічі та жіночі риси, чесноти. Уже декілька останніх років в інтернет-просторі є мегапопулярною корейська попкультура, яка пропагує безстатевість, тобто загальний образ, який не розпізнається як жіночий або чоловічий. Хлопці та дівчата виглядають настільки схоже, що складно розпізнати хто з них хто. Фарбування нігтів, волосся, коротка зачіска, нанесення макіяжу, одяг та поведінка цих молодих людей абсолютно ідентичні. Андрогенний ще можна описати як ґендерно нейтральний. Натепер такий образ є трендом не лише в Азії. Ця культура стає все більш популярна в Європі й Америці.

Науковці, які досліджують питання впливу Мережі на ґендерну ідентичність, наголошують на суттєвій зміні традиційних уявлень про суспільство та його зв'язки. Зараз відбуваються трансформаційні процеси соціального, культурного осередку в українському суспільстві, які спричиняють суперечності у світогляді різних поколінь.

Висновки. У результаті вивчення даного питання стає зрозуміло, як стрімко змінюються тенденція розвитку особистості, процес набуття навичок, пізнання себе, взаємини між людьми, їхні потреби. Якщо в минулому суспільство зверталось за відповідями щодо статевого виховання дітей до попереднього покоління, обсяг інформації був дуже обмежений, то нині інформаційний потік шалений. Підлітки в пошуках відповідей на питання про дорослішання, статево дозрівання, зміни в тілі та культуру сексу радше звернуться до інтернету, ніж до близьких дорослих. Суспільні норми культури з кожним роком послаблюються, дотримання сімейних цінностей втра-

чає свою важливість, світосприйняття першочергово базується на власному Я, особистому комфорту людини та принциповості її власної позиції. Люди прагнуть волі, свободи дій, свободи слова, свободи вибору.

Звичайно, передусім дитина отримує необхідні знання про статево-рольові відносини чоловіка та жінки в результаті спостереження за поведінкою та стосунками батьків. І саме від того, яка атмосфера панує в сім'ї, залежить правильність усвідомлення себе, психологічна стійкість дитини та прагнення здорових відносин із протилежною статтю в майбутньому. Ще одне джерело нових знань сьогодні – інтернет-мережі. Різноманітність інформаційного спрямування допомагає школярам та підліткам дізнатись про статево дозрівання більш наглядно та детально.

Натепер немає достовірних досліджень щодо того, чи допомагає доступність такого матеріалу правильному формуванню статевої та ґендерної ідентифікації людини чи шкодить. Але точно можна сказати, що сучасні діти сміливіші, розумніші та розкутіші.

Стрімкий ритм цього світу сприяє статевої рівності, удосконаленню фемінних і маскулінних рис, появи нових андрогенних особистостей. Індивідуальність, розум, прагнення людини покращити себе та довколишнє середовище мають велику цінність, тому суспільство намагається відходити від стереотипності мислення, а суворе розмежування на чоловіче та жіноче втрачає сенс.

Нас уже не дивує жінка, яка посідає високу керівну посаду і має вплив на своїх підлеглих чоловічої статі. Жінки-спортсменки в єдиноборствах, важкій атлетиці сприймаються абсолютно нормально. Чоловіки не соромляться виконувати хатні справи, можуть дозволити собі бути емоційними або навіть вийти у декретну відпустку замість жінки. Військова ситуація в нашій країні об'єднала обидві статі в лавах ЗСУ, де вони віддано захищають рідну землю. Свобода та право власного вибору – це сміливо йти за покликанням, незважаючи на те, чи притаманна ця сфера твоїй ґендерній приналежності.

Статева ідентифікація – це народитись із початковим комплектом інструментів, закладеним кодом усередині. З віком стандартні вміння вдосконалюються, додаються нові, а деякі можуть кардинально змінитись під впливом сучасного оточення. Прогресивний розвиток розумових, фізичних, психологічних можливостей покращує світосприйняття людей і взаємини. Важливо не занепасти природний процес народження індивідуальності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бехтерева О. Вплив батьківських установок на статево-рольову ідентичність підлітка. *Психологія і суспільство*. 2020. № 3. С. 112–124.
2. Васютинський В. Хлопці і дівчата: статево-рольове виховання у родині. *Вихователю про психологію та педагогіку сексуального розвитку дитини* : науково-методичний збірник / за ред. Т. Говорун. Київ : Ін-т змісту і методів навчання, 1996.
3. Говорун Т., Кікінежді О. Стать та сексуальність: Психологічний ракурс : навчальний посібник. Тернопіль : ТДПУ ім. В. Гнатюка, 1999.
4. Гончаренко Д. Гендерні особливості соціальної взаємодії підлітків. 2022. *Електронна бібліотека Криворізького державного педагогічного університету*. URL: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/10338> (дата звернення: 30.01.2025).
5. Кікінежді О., Кіз О. Формування гендерної культури молоді: науково-методичні матеріали до тренінгової програми : навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2006. URL: <https://scholar.google.com.ua/scholar?oi=bibs&cluster=5459068522946587564&btnI=1&hl=uk> (дата звернення: 30.01.2025).
6. Кікінежді О. Гендерні орієнтації студентської молоді як умова психологічного здоров'я. *Психологічні перспективи*. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2009. № 13. С. 23–31.
7. Ключек Л. Розвиток процесів ідентифікації і відособлення у підлітковому і ранньому юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ : Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова, 2005.
8. Ковальчук І. Гендерна ідентичність як мультіваріативний феномен. *Вісник психологічних наук*. 2020. № 4. С. 45–58.
9. Марценюк Т. Інтеграція гендерної складової : аналітичні матеріали. Київ : Міжнародний фонд «Відродження», 2019. URL: https://www.irf.ua/wp-content/uploads/2019/09/zvit_integracya-gendernoy-skladovoy_02.pdf (дата звернення: 30.01.2025).
10. Мельник Л. Формування гендерної ідентифікації у процесі соціалізації підлітків. *Технології розвитку інтелекту*. 2021. № 4 (6). С. 89–101.
11. Петрушкевич М. Гендерна тематика: особливості висвітлення у дисертаційних дослідженнях Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Філософія». 2010. № 7. С. 264–272.
12. Сидоренко В. Особливості гендерної ідентичності в сучасних студентів-психологів. *Психологічні науки: сучасні дослідження*. 2021. № 18. С. 67–79.
13. Ткалич М. Гендерна психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2011. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/165934/1/Dis_Tkalych.pdf (дата звернення: 30.01.2025).
14. Шевченко З. Словник гендерних термінів. Черкаси : видавець Ю.В. Чабаненко, 2016. URL: <http://a-z-gender.net/ua/genderna-kultura.html> (дата звернення: 30.01.2025).
15. Bem S.L. The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1974. № 42. P. 115–200.

REFERENCES:

1. Bekhtereva, O. (2020). Influence of parental attitudes on the gender-role identity of adolescents. *Psychology and Society*, (3), 112–124 [in Ukrainian].
2. Vasiutynskiy, V. (1990). On some regularities of the formation of gender-role characteristics of boys and girls in the family. *Psychology: Republican Scientific and Methodological Collection*, (1), 45–52. Kyiv: Soviet School [in Ukrainian].
3. Govorun, T., & Kikinezhdi, O. (1999). Sex and sexuality: A psychological perspective (Textbook). Ternopil: Ternopil State Pedagogical University named after V. Hnatiuk. Retrieved from https://scholar.google.com.ua/scholar?hl=uk&as_sdt [in Ukrainian].
4. Honcharenko, D. (2022). Gender characteristics of social interaction among adolescents. *Electronic Library of KDPU [Dissertation research]*. Retrieved from <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/10338> [in Ukrainian].
5. Kikinezhdi, O., & Kiz, O. (2006). Formation of gender culture among youth: Scientific and methodological materials for the training program (Approved by the Ministry of Education and Science of Ukraine). Vinnytsia: Nova Knyha. Retrieved from <https://scholar.google.com.ua/scholar?oi=bibs&cluster=5459068522946587564&btnI=1&hl=uk> [in Ukrainian].
6. Kikinezhdi, O. (2009). Gender orientations of student youth as a condition for psychological health. *Psychological Perspectives*, (13), 23–31. Lutsk: Lesya Ukrainka Volyn National University [in Ukrainian].
7. Klochek, L. (2005). Development of identification and separation processes in adolescence and early youth (Abstract of the dissertation for the degree of Candidate of Psychological Sciences, 19.00.07). Kyiv: National Pedagogical University named after M.P. Drahomanov. Retrieved from https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/D_26.053.10/Klochek.pdf [in Ukrainian].
8. Kovalchuk, I. (2020). Gender identity as a multivariate phenomenon. *Bulletin of Psychological Sciences*, (4), 45–58 [in Ukrainian].
9. Martsenyuk, T. (2019). Integration of the gender component: Analytical materials. Kyiv, Ukraine: International Renaissance Foundation. Retrieved from https://www.irf.ua/wp-content/uploads/2019/09/zvit_integracya-gendernoy-skladovoy_02.pdf.



10. Melnyk, L. (2021). Formation of gender identification in the process of adolescent socialization. *Technologies for the Development of Intelligence*, 4 (6), 89–101 [in Ukrainian].
11. Petrushkevych, M. (2010). Gender Issues: Features of Coverage in Dissertation Research Scientific Notes. Series “Philosophy”. *Scientific Notes of the National University “Ostroh Academy”*, (7), 264 – 272. Ostroh: Publishing House of the National University “Ostroh Academy” [in Ukrainian].
12. Sydorenko, V. (2021). Features of gender identity in modern psychology students. *Psychological Sciences: Modern Research*, (18), 67–79 [in Ukrainian].
13. Tkalych, M. (2011). *Gender Psychology (Textbook)*. Kyiv: Akademydav. Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/165934/1/Dis_Tkalych.pdf [in Ukrainian].
14. Shevchenko, Z. (Ed.) (2016). *Dictionary of Gender Terms*. Cherkasy: Publisher Chabanenko Y.V. Retrieved from <http://a-z-gender.net/ua/genderna-kultura.html> [in Ukrainian].
15. Bem, S.L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42 (2), 115–200. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/18344204_The_Measurement_of_Psychological_Androgyny [in English].

Стаття надійшла до редакції 31.01.2025
The article was received 31 January 2025

СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-4>**РОЛЬ РЕКРЕАЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У ПРОЦЕСІ АКТУАЛІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ПІДЛІТКА**

Сватенкова Тетяна Іванівна,
кандидат психологічних наук,
психолог у програмі відпочинку
«Дитячий табір «Зефір»», м. Ніжин
tatianasvatenkova@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-4921-9033>

Узагальнено підходи до вивчення рекреації як процесу, систематизовано концептуальні підходи та виокремлено ключові особливості змістовної рекреації: концептуалізація суб'єктивного досвіду побудови соціальних відносин з опануванням нових психосоціальних конструктів; підвищення комунікативної компетентності, розвиток соціального інтелекту та підвищення загальних показників добробуту і благополуччя; зміцнення здоров'я та профілактика захворювань, покращення міжособистісної комунікації та навичок соціальної інтеграції. **Мета** – представити експериментально новий підхід до роботи з дітьми в рекреаційно-розвивальному середовищі на основі концепції розвитку особистості, яка враховує психосоціальний, культурно-інтелектуальний і нейрофізіологічний аспекти, у поєднанні з індивідуальним підходом до особистості. **Методи:** соціометричне опитування (Дж. Морено) (Злобіна, 2003); діагностика емоційного інтелекту (Н. Холл). **Результати.** Констатовано тісні перехресні зв'язки між результатами методик у пробах 1 і 2, які показали кількісну динаміку змін показників до та після реалізації програми роботи з підлітками, що доводить результативність і актуальність застосування методів і форм роботи програми актуалізації психологічного потенціалу особистості. **Висновки.** Обґрунтовано застосування технології активізації психологічного потенціалу підлітка та розкрито основні етапи впровадження її. Утілення технології активізації психологічного потенціалу підлітка інтерпретується як підкреслення актуальності організації рекреаційно-розвивального простору для всебічного розвитку, актуалізації психологічного потенціалу та забезпечення потреби відновлення у психосоціальному, культурно-інтелектуальному та нейрофізіологічному аспектах. Доведено, що підхід до роботи з підлітками, що враховує психосоціальний, культурно-інтелектуальний і нейрофізіологічний аспекти рекреаційно-розвивального середовища, у поєднанні з індивідуальним підходом, циклом трансформаційної взаємодії, використанням технології активізації психологічного потенціалу, методом «рівний рівному» є важливим інструментом актуалізації психологічного потенціалу підлітка.

Ключові слова: рекреація, психологічний потенціал підлітка, технології активізації психологічного потенціалу, цикл трансформаційної взаємодії, соціометричний статус, емоційний інтелект.

THE ROLE OF THE RECREATIONAL AND DEVELOPMENTAL ENVIRONMENT IN THE PROCESS OF ACTUALIZATION OF THE PSYCHOLOGICAL POTENTIAL OF A TEENAGER

Svatenkova Tetyana Ivanivna,
PhD in Psychological Sciences,
Psychologist in the Recreation Program
"Children's Camp "Zefir", Nizhyn,
tatianasvatenkova@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-4921-9033>

The approaches to studying recreation as a process are generalized, conceptual approaches are systematized, and key features of meaningful recreation are identified: building social relationships subjective experience's conceptualization with the mastery of new psychosocial constructs; increasing communicative competence, developing social intelligence, and increasing general indicators of well-being; improving health and preventing diseases, improving interpersonal communication and social integration skills. **Purpose** – to present a new approach to working with children in a recreational and developmental environment is developed based on the concept of personality development, which takes into account psychosocial, cultural-intellectual, and neurophysiological aspects, combined with an individual approach to the personality. **Methods:** sociometric



survey (J. Moreno) (Zlobina, 2003); diagnostics of “Emotional Intelligence” (N. Hall). **Results.** Close cross-connections between the results of the methods in samples 1 and 2 were noted, which showed the quantitative dynamics of changes in indicators before and after the implementation of the work program with adolescents, which proves the effectiveness and relevance of the methods application and forms of the individual’s psychological potential actualization program. **Conclusions.** The application of the adolescent’s psychological potential activating technology is substantiated and the main stages of its implementation are revealed. The implementation of the adolescent’s psychological potential activating technology is interpreted as emphasizing the relevance of organizing a recreational and developmental space for comprehensive development, the psychological potential actualization and ensuring the need for recovery in psychosocial, cultural-intellectual and neurophysiological aspects. It has been proven that an approach to working with adolescents that takes into account the psychosocial, cultural-intellectual and neurophysiological aspects of the recreational and developmental environment, combined with an individual approach, a cycle of transformational interaction, the use of technology for activating psychological potential, the peer-to-peer method, is an important tool for actualizing the psychological potential of an adolescent.

Key words: recreation, adolescent’s psychological potential, psychological potential activating technologies, transformational interaction’s cycle, sociometric status, emotional intelligence.

Вступ. Однією з основних причин інтересу підлітків до участі в розважальних і рекреаційних заходах є спілкування з іншими, що може привести до підвищення комунікативної компетентності, розвитку соціального інтелекту та підвищення загальних показників добробуту і благополуччя (Hofer, Busch, & Kärtner, 2011). Через участь у рекреативних заходах підлітки дізнаються, ким вони є як окремі особи та ким вони є як члени групи. Вони вивчають взаємини, відповідні манери та звичаї, а також навички, необхідні для того, щоб формувати дружні стосунки та підтримувати друзів.

Рекреація, як і дозвілля, є складним поняттям у літературі (Lee et al., 1994), сутність і його актуальність у розвитку підлітка має велике значення (Caldwell & Witt, 2011). З екологічного погляду Тереза Фрейре з колегами (Freire, 2013; Freire et al., 2016; Freire & Teixeira, 2018) висвітлювали досвід проведення дозвілля як такий, що пов’язаний зі щоденним суб’єктивним досвідом, зосереджувались на розумінні того, як люди концептуалізують реальний світ, кожного дня, у контексті свого життя, діяльності, соціальних відносин та індивідуальних характеристик, і як цей досвід дозвілля виражається та впливає на психосоціальні конструкти особистості підлітка.

Рекреаційно-розвивальне середовище дитячого табору – це місце і ситуація, що не просто так була обрана для апробації

моделі актуалізації психологічного потенціалу особистості. Рекреаційно-терапевтичне середовище набуває неабиякого значення зараз, у пролонгованій ситуації високої тривоги, небезпеки та психологічної напруги. Дане середовище є потенційно важливим не тільки для відпочинку і психологічного розвантаження підлітків, скероване й організоване відповідним чином, воно створює можливості для переоцінки життєвих цінностей, здобуття важливих навичок налагодження і підтримки суб’єкт-суб’єктної взаємодії, апробації власного досвіду в безпечному середовищі, опанування нових актуальних навичок із розкриття й активізації власних потенцій, випробування нових поведінкових стратегій і закріплення цього досвіду в тимчасовій групі однолітків (Kononchuk et al., 2021: 2744).

Теоретичне обґрунтування проблеми.

Спираючись на досвід численних досліджень щодо актуальності та безпрецедентного значення рекреаційно-дозвіллевої діяльності для розвитку особистості підлітка, програму актуалізації психологічного потенціалу підлітків розроблено на основі концепції M. Ragheb та J. Beard (1982 р.) з урахуванням відповідних вимірів рекреаційно-дозвіллевого процесу (рис. 1).

Рекреаційний етап програми актуалізації та розвитку психологічного потенціалу підлітків має на меті організувати та реалізувати комплексний підхід змістовно-дозвілле-

Психосоціальний аспект	<ul style="list-style-type: none"> • психологічний • соціальний
Культурно-інтелектуальний	<ul style="list-style-type: none"> • освітній • естетичний
Нейрофізіологічне відновлення	<ul style="list-style-type: none"> • фізіологічний • релаксаційний

Рис. 1. Аспекти рекреаційно-дозвіллевого процесу

вого характеру для активізації психологічних потенцій особистості. Дана концепція реалізується через ефективне поєднання різних форм і методів роботи з дітьми з урахуванням усіх вищезазначених вимірів рекреаційно-дозвіллевого процесу. У проєкті, що реалізується на базі програми відпочинку «Дитячий табір «Зефір»», ураховано усі виміри вищезазначеної концепції для задоволення потреб у змістовній рекреації та варіативному дозвіллі дітей і підлітків. Проаналізовані компоненти аспектів рекреаційно-дозвіллевого процесу втілюємо за такими напрямками (Svatenkova & Svatenkov, 2021: 2738):

– *психологічним*: спрямований на зменшення симптомів психологічної напруги та стресу, підвищення навичок резильєнтності, розвиток комунікативних, лідерських якостей, уміння поводитися в конфліктних ситуаціях тощо. Реалізується через використання тренінгових вправ у програмі роботи з дітьми, безпосередньо тренінгів відповідно до віку, вечірніх «свічок» – обговорень емоційного стану та вражень, психологічних квестів, психологічного клубу для підлітків, фільмотерапії;

– *соціальним*: спрямований на підвищення соціального інтелекту, розвиток навичок самостійності, адаптивності, асертивності, наставництва та підтримки. Реалізується через чергування різних видів діяльності, перебування у змішаних різновікових групах, наставництво та лідерство в конкурентних видах діяльності, підтримку старших наставників і вожатих;

– *освітнім*: отримання нових актуальних знань із різних тем. Реалізується через інтелектуальні ігри, квести, вікторини, змагання та змістовне спрямоване спілкування з наставниками й однолітками;

– *естетичним*: спрямований на розвиток естетичних почуттів, культурної асиміляції через досвід традицій рідного народу, виховання культури спілкування та смаку. Реалізується через тематичні заходи «Українські традиції», «Fashion is my profession», Hand-made-студії, створення костюмів, декорацій, відео- та фотоквести, конкурси, тематичні зачіски, фейс-арт;

– *релаксаційним*: спрямований на переключення на інші види діяльності, відмінні від повсякденних обов'язків, відновлення внутрішніх ресурсів дітей. Реалізується через дотримання чіткого розпорядку дня, чергування різних видів діяльності, прогулянки просто неба, перегляд мультфільмів, танці, спорт, анімацію, книжкові й ігрові клуби;

– *фізіологічним*: розвиток фізичних навичок у різних напрямках, підвищення фізіологічної стійкості до різних видів навантажень, дотримання культури здорового харчування. Використовуємо різні види фізичної активності (танці, спорт, плавання, туризм), прово-

димо спортивні змагання (теніс, шахи, шашки, футбол, волейбол тощо), пропонуємо широкий вибір студій (стретчинг, танці, тренажерний зал, ігри просто неба, басейн, шахи, шашки тощо).

Комплексний підхід у рекреаційному етапі поєднує в собі також індивідуальний підхід до кожної особистості. Мета рекреаційного етапу програми актуалізації та розвитку психологічного потенціалу підлітків реалізується через виконання таких завдань, як:

1) організація процесу відпочинку та відновлення дитини з урахуванням нейрофізіологічних особливостей і психосоціальних потреб;

2) розроблення та застосування форм і методів змістовного дозвілля відповідно до здібностей та інтересів;

3) ефективно впровадження різних видів виховного впливу в рекреаційний етап роботи з тимчасовими дитячими групами;

4) побудова індивідуальної та групової роботи з дітьми на основі рівня розвитку здібностей і спрямуванні мотивів і домагань особистості для сприяння різнобічному розвитку останньої;

5) активізація психологічних потенцій особистості через реалізацію компетентнісного підходу до організації рекреаційно-психокорекційної роботи із застосуванням циклу трансформаційної міжособистісної взаємодії.

Окрім вищезазначених компонентів, велика увага приділяється дотриманню власного підходу до організації спілкування та дозвілля в таборі. Це форма соціально-психологічного супроводу дитини протягом перебування її в рекреаційному закладі, що заснована, з одного боку, на індивідуально-психологічному підході до дитини, а із другого – на суспільних групових цінностях і неперервній взаємодії дитини, дорослого й колективу (рис. 2).

Наставник власним прикладом впливає на особистість кожної дитини у групі: через індивідуальні форми взаємодії з підлітком забезпечується потреба у «значущому

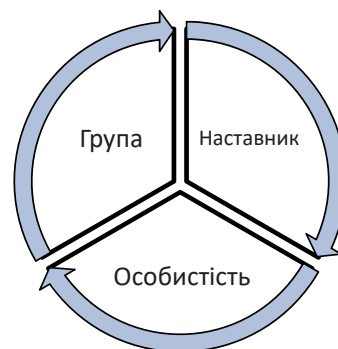


Рис. 2. Цикл трансформаційної взаємодії



дорослому», у ситуаціях успіху та колективних творчих справах підтримка та віра наставника є беззаперечно актуальною. У свою чергу, група впливає на кожного члена групи і на наставника також шляхом досягнення спільних цілей, командних перемог і групової підтримки кожного. І, звичайно, кожна особистість впливає на групу власною поведінкою, судженнями, емоціями та ціннісною позицією.

Методологія та методи. Протягом шести років (2016–2022 рр.) у рамках програми відпочинку «Дитячий табір «Зефір»» реалізується особливий підхід до організації рекреаційно-психокорекційної роботи з дітьми, що базується на гармонійному поєднанні психологічних і педагогічних методів впливу на розвиток особистості дитини. За ці роки в дослідженні взяло участь 2 022 дитини.

Діагностичний інструментарій складається з таких методик:

1. Соціометричного опитування (Дж. Морено) (Злобіна, 2003).

2. Діагностики емоційного інтелекту (Н. Холл).

Тестування проходило на початку роботи з дітьми (на 2-й день приїзду) та в останній день (11 або 12 день) перебування дитини на відпочинку. За результатами першого тестування маємо:

1) за показниками соціометричного тесту: 667 дітей із 2 022 мали низький соціометричний статус (33%); 788 – задовільний і в межах норми (39%), 303 – вище за середній (15%), лише 263 мали високий соціометричний статус (13%);

2) за показниками рівня емоційного інтелекту (інтегративний рівень) маємо: 1 051 опитаний мали низький рівень емоційного інтелекту (52%); 748 – середній рівень (37%), лише 222 опитуваних мали високий рівень емоційного інтелекту (11%).

З одного боку, прийнято вважати, що рекреація – це процес і спосіб відтворення людини у фізичному, розумовому, культурному та духовному аспектах. З іншого – рекреація також пов'язана з актуалізацією та реалізацією психологічного потенціалу, сутнісних сил особистості, а саме – із прагненням індивіда відтворити себе до рівня ідеального, цілісного «образу Я». Він складається з таких компонентів:

1) раціонально-пізнавального (власний досвід, теоретичні уявлення);

2) емоційно-сенсорного (емоційне реагування на прояви особистісного Я);

3) сенсорно-перцептивного (адекватне сприйняття сигналів тіла, які формуються на основі «схеми тіла» і доповнюються звуковими, візуальними й іншими сигналами);

4) мотиваційного (потреба бути творчою особистістю, міра відповідальності, готовність

до творчої діяльності на благо особистого духовного, психічного та фізичного здоров'я) (Костюченко, 2019).

Сформованість цих компонентів визначає індивідуальні якості прояву психологічного потенціалу підлітка, які характеризують те, як особистість планує і організовує досягнення мети, ураховує значущі зовнішні та внутрішні умови, оцінює результати та налаштовує свою діяльність на досягнення суб'єктивно прийнятних результатів (Костюченко, 2015). Це забезпечує оптимальний розвиток особистості та розгортання її психологічного потенціалу.

Робота проводилася в тимчасових групах дітей, що відпочивали за програмою «Дитячий табір «Зефір»», згідно з технологією активізації психологічного потенціалу.

Етап перший. Психологічна діагностика. Дослідження психологічних особливостей кожної дитини. Це був другий день перебування дітей у команді. Ми використовували подані вище тести.

Етап другий. Аналітичний. Ми підбирали кожній команді відповідні психологічні вправи і завдання відповідно до віку для розвитку окремих психологічних особливостей. Склали психолого-педагогічні рекомендації щодо роботи індивідуально з кожною дитиною та у груповій взаємодії.

Етап третій. Формувальний. Протягом усього терміну перебування дітей наставники разом із психологом проводили тренінги в командах, індивідуальні консультації з дітьми, вправи на розвиток креативності, згуртованості, підвищення комунікативної та емоційної компетентності, взаємопідтримки – усіх важливих компетентностей дитини.

Етап четвертий. Контрольний. Діагностика психологічних особливостей дитини за допомогою методики, описаної вище. Проводимо в останній день перебування дітей у тимчасовому колективі. Результати дають змогу оцінити якість проведеної роботи.

Етап п'ятий. Аналітично-корекційний. Аналізуємо результати тестів і проведеної роботи. Корегуємо подальшу програму роботи з дітьми.

Важливий етап психодіагностики дає розгорнуту інформацію про потреби, здібності, бажання та можливості опитованого. Результати лягають в основу формування індивідуального підходу до дитини. Потреба в самопізнанні сприяє застосуванню у процесі тестування методик, що дають змогу одержати цікаву інформацію про себе (Абдюкова, 2010: 8). Саме через це підлітки адекватно сприймають навіть нецікаві тести. Через суб'єктивне особистісне сприйняття і сильне бажання знаходити в собі позитивні риси, тести, які пропонують підліткам, повинні



Рис. 3. Технологія активізації психологічного потенціалу підлітка в рамках рекреаційного розвивального середовища

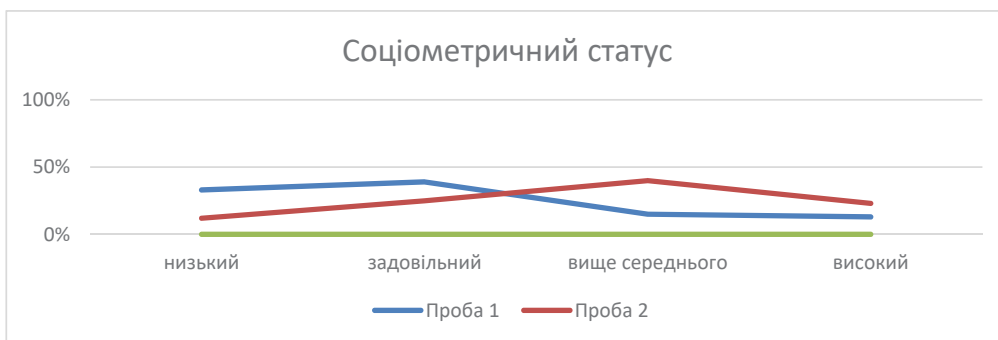
мінімізувати вплив суб'єктивних настанов на результати тестування (Євдокимова, Тарасова, 2020: 11).

Результати та дискусії. Відповідно до вищеописаної програми, проводилася систематична планомірна робота з дітьми щодня. Після реалізації програми маємо суттєві зміни (діаграми 1, 2):

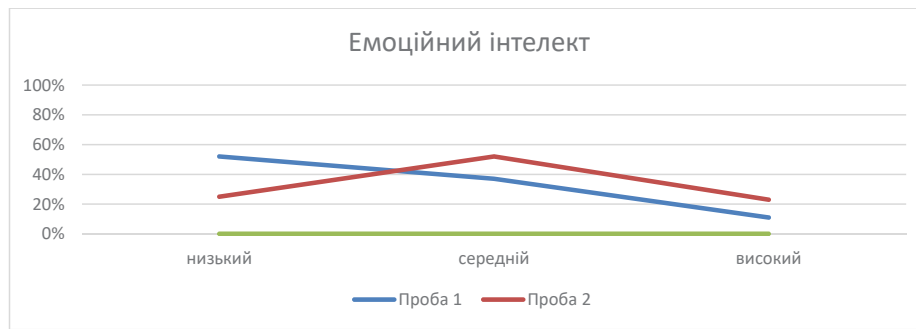
1) за показниками соціометричного тесту: лише 242 дітей мають незадовільний (нижчий норми) соціометричний статус у групі (12%); 506 – задовільний і середній (25%); 809 – вище середнього (40%), 465 – високий соціометричний статус (23%);

2) за показниками рівня емоційного інтелекту (інтегративний рівень) маємо теж позитивні зрушення: лише 505 опитуваних залишилися з низьким рівнем емоційного інтелекту (25%); 1 051 розвинули рівень емоційного інтелекту до середнього (52%), 465 мали високий рівень емоційного інтелекту (23%).

Варто звернути увагу на те, що на обох графіках показники Проби 1 показують значення результатів тестування діагностичного етапу роботи, а показники Проби 2 показують результати тестування контрольного етапу роботи згідно з технологією активізації психологічного потенціалу підлітка. Технологія



Діаграма 1. Діагностика соціометричного статусу



Діаграма 2. Діагностика емоційного інтелекту

активізації психологічного потенціалу підлітка розроблялася на основі даних систематичних досліджень підлітків (описаних вище), відгуків учасників і батьків, удосконалювалася згідно з технологією системного психологічного супроводу підлітків-спортсменів (Євдокимова, Тарасова, 2020).

Концепція ставлення до рекреаційних заходів була розроблена М. Ragheb та J. Beard (1982 р.). На формування готовності або схильності, як вони виявили, впливає ставлення людей до відповідних заходів щодо їхніх когнітивних, афективних і поведінкових компонентів, що ми враховували під час створення програми. Декілька досліджень показали, як задоволення від дозвілля пов'язане з іншими вимірами індивідуального життя, що підкреслює важливість цих асоціацій у розвитку підлітка. За даними S. Kim зі співавторами (Kim et al., 2015), задоволення, отримане від участі в дозвіллі, наявність позитивного ставлення до рекреаційних заходів були пов'язані з підвищенням самооцінки та впливали на соціальний статус, що підтверджується результатами нашого дослідження. Окрім того, є дослідження, зосереджені на перевагах ставлення до дозвілля та задоволення від рекреаційних заходів, що показали позитивні результати в підвищенні рівня благополуччя та загальної задоволеності життям у підлітків (Hartmann, 2002; Wang et al., 2008; Freire, 2013).

За даними K. Shin та S. You (2013 р.), задоволення від дозвілля має довготривалий вплив на психологічне благополуччя та задоволеність життям підлітків. S. Trainor, P. Delfabbro, S. Anderson і A. Winefield (2010 р.) досліджували зв'язок між участю підлітків у дозвіллі та психологічним благополуччям, що вони трактували як підвищення показників самооцінки та задоволеності життям, стану позитивного настрою, відсутність значного рівня депресії, тривоги та стресу. У їхньому дослідженні диспозиційні змінні були кращими показниками благополуччя підлітків, ніж використання вільного часу. Окрім того, типи діяльності, до яких залучаються підлітки,

виявилися важливим питанням у розумінні психологічного благополуччя. Згідно з результатами досліджень, здається очевидним, що рекреаційні заходи, зокрема задоволення від дозвілля, можуть відігравати впливову роль у покращенні позитивного функціонування, вираженого в термінах самооцінки, актуалізації психологічного потенціалу, задоволеності життям і психологічного благополуччя, з очевидним зв'язком між ними.

Висновки. Досвід утілення технології активізації психологічного потенціалу підлітка в рамках рекреаційного розвивального середовища підтвердив результати попередніх досліджень учених у даному напрямі. Зокрема те, що соціально активне дозвілля в підлітковому віці було пов'язане з меншою частотою психічних розладів і зміною соціальної позиції підлітка у групі, підвищенням самооцінки й актуалізації психологічного потенціалу; аналогічно – соціально неактивний вільний час був пов'язаний зі збільшенням частоти психічних розладів, частими пригніченими станами, зниженням самооцінки та зменшенням соціальної активності (Timonen et al., 2021).

Отже, результати поточного дослідження можна інтерпретувати як підкреслення актуальності організації розвивального рекреаційно-дозвілльового простору для підлітків із використанням особистісно орієнтованого підходу та технології розвитку психологічного потенціалу як захисного чинника не тільки від психічних розладів, а й для всебічного розвитку особистості в підлітковому віці, актуалізації психологічного потенціалу її та забезпечення потреби у відновленні, у психосоціальному, культурно-інтелектуальному та нейрофізіологічному аспектах. Це узгоджується з попередніми дослідженнями, які доводять, що участь у громадських рекреаційних заходах із покращенням фізичного здоров'я також має позитивний вплив на психічне здоров'я серед молодих людей, що розглядається як підвищення психологічного благополуччя та покращення соціального здоров'я (Rochelle et al., 2013).

Перспективи подальшого дослідження автор убачає в розробленні фундаментальної комплексної моделі рекреаційно-розвивальної програми для підлітків пропедевтичного змісту для розвитку навичок

актуального й ефективного використання психологічного потенціалу для планування та реалізації життєвих перспектив у даному віці, що вважаємо актуальним у реаліях сьогодення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абдюкова Н. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05, 2010. Київ : КДОУ. 21 с.
2. Євдокимова Н., Тарасова Н. Особливості мотиваційної сфери спортсменів підлітково-юнацького віку. *Теорія і практика сучасної психології* : збірник наукових праць. 2020. № 1 (2). С. 8–12.
3. Злобіна О. Особистісна складова суспільних змін: соціологічний контекст. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2003. № 3. С. 32–45.
4. Костюченко О. Художня перцепція в системі рекреації. *Актуальні проблеми психології*. 2015. № 12 (21). С. 174–183. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsuh_2015_12_21_19 (дата звернення: 30.01.2025).
5. Костюченко О. Творчий та адаптивний потенціал метафоризації у проектному менеджменті в соціокультурній сфері. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. Київ : Фенікс, 2019. XII (26) : Психологія творчості. С. 139–148.
6. Холл Н. Тест на визначення рівня емоційного інтелекту. URL: <https://hrliga.com/index.php?id=5034&module=news&op=view> (дата звернення: 30.01.2025).
7. Caldwell L.L., Witt P.A. Leisure, recreation, and play from a developmental context. *New directions for youth development*. 2011. № 2011 (130). P.13–27. <https://doi.org/10.1002/yd.394>.
8. Freire T. Leisure experience and positive identity development in adolescents. *Positive Leisure Science: From Subjective Experience to Social Contexts* / T. Freire (Eds.) Dordrecht : Springer, 2013. P. 61–79. DOI: 10.1007/978-94-007-5058-6_4.
9. Freire T., Teixeira A. The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*. 2018. № 9. Article 1349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01349>.
10. Freire T., Tavares D., Silva E., Teixeira A. Flow, leisure, and positive youth development. *Flow experience: Empirical research and applications* / L. Harmat, F.Ø. Andersen, F. Ullén, J. Wright, G. Sadlo (Eds.). Springer International Publishing / Springer Nature, 2016. P. 163–178. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28634-1_11.
11. Hartmann H. Ego-psychology and the problem of adaptation. New York : International Universities Press, 2002. URL: <https://archive.org/details/egopsychologypr00hart/page/n5/mode/2up> (дата звернення: 30.01.2025).
12. Hofer J., Busch H., Kärtner J. Self-regulation and Well-being: The Influence of Identity and Motives. *European Journal of Personality*. 2011. № 25. P. 211–224. <https://doi.org/10.1002/per.789>.
13. Kim S., Sung J., Park J., Dittmore S.W. The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2015. № 15 (1). P. 70–76. DOI: 10.7752/jpes.2015.01012.
14. Kononchuk A., Svatenkova T., Svatenkova T., Kononchuk D., Waltz M. Youth health management sphere. *Wiadomości Lekarskie*. Warsaw, Poland, 1960. LXXIV (1). Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, 29, 05–510, Konstancin-Jeziorna, Poland, 2021. P. 2743–2749. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100> (дата звернення: 30.01.2025).
15. Lee Y.H., Ryff C.D., Essex M.J., Schutte P.S. My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*. 1994. № 9 (2). P.195–205. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.9.2.195>.
16. Ragheb M.G., Beard J.G. Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*. 1982. № 14 (2). P. 155–167. DOI: 10.1080/00222216.1982.11969512.
17. Rochelle M., Young J., Harvey J., Charity M., Payne W. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition & Physical Activity*. 2013. № 10. P. 98–118. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.
18. Shin K., You S. Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*. 2013. № 7 (2). P. 53–62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>.
19. Svatenkova T., Svatenkova O. Emotional potential in the children's team. *Wiadomości Lekarskie*. № 74 (11 p. I). Konstancin-Jeziorna, Poland : Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, 2021. P. 2738–2742. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100> (дата звернення: 30.01.2025).
20. Timonen J., Niemelä M., Hakko H., Alakokkare A., Räsänen S. Associations between adolescents' social leisure activities and the onset of mental disorders in young adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*. 2021. № 50 (9). P. 1757–1765. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01462-8>.
21. Trainor S., Delfabbro P., Anderson S., Winefield A. Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of adolescence*. 2010. № 33 (1). P.173–186. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>.
22. Wang E., Chen L., Lin J., Wang M.C. The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Adolescence*. 2008. № 43. P. 177–184. URL: <https://www.researchgate.net/publi>



cation/5405551_The_relationship_between_leisure_satisfaction_and_life_satisfaction_of_adolescents_concerning_online_games (дата звернення: 30.01.2025).

REFERENCES:

1. Abdyukova, N.V. (2010). Psykholohichni osoblyvosti sotsializatsiyi suchasnoho pidlitka: avtoref. dys. na здобuttya nauk. stupenya kand. psykhol. nauk: spets. [Psychological features of socialization of a modern teenager: author's abstract of dissertation for the degree of candidate of psychological sciences: special] 19.00.05, K. KDOU, 21. [in Ukrainian].
2. Caldwell, L.L., & Witt, P.A. (2011). Leisure, recreation, and play from a developmental context. *New directions for youth development*, 2011 (130), 13–27. <https://doi.org/10.1002/yd.394>.
3. Freire, T. (2013). Leisure experience and positive identity development in adolescents. *Positive Leisure Science: From Subjective Experience to Social Contexts*, Freire T. (Eds.) (Dordrecht: Springer), 61–79. DOI: 10.1007/978-94-007-5058-6_4.
4. Freire, T., & Teixeira, A. (2018). The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 1349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01349>.
5. Freire, T., Tavares, D., Silva, E., & Teixeira, A. (2016). Flow, leisure, and positive youth development. In L. Harmat, F. Ø. Andersen, F. Ullén, J. Wright, & G. Sadlo (Eds.), *Flow experience: Empirical research and applications*. Springer International Publishing/Springer Nature, 163–178. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28634-1_11.
6. Hartmann, H. (2002). Ego-psychology and the problem of adaptation. New York: International Universities Press. URL: <https://archive.org/details/egopsychologypr00hart/page/n5/mode/2up>.
7. Hofer, J., Busch, H., & Kärtner, J. (2011). Self-regulation and Well-being: The Influence of Identity and Motives. *European Journal of Personality*, 25, 211–224. <https://doi.org/10.1002/per.789>.
8. Khol, N. Test na vyznachennya rivnya emotsiynoho intelektu. [Test for determining the level of emotional intelligence]. URL: <https://hrliga.com/index.php?id=5034&module=news&op=view> [in Ukrainian].
9. Kim, S., Sung, J., Park, J., & Dittmore, S.W. (2015). The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students. *Journal of Physical Education and Sport*. 15 (1), 70–76. DOI: 10.7752/jpes.2015.01012.
10. Kononchuk, A., Svatenkov, O., Svatenkova, T., Kononchuk, D., & Waltz, M. (2021). Youth health management sphere, *Wiadomosci lekarskie* (Warsaw, Poland: 1960), LXXIV (1), Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, 29, 05–510, Konstancin-Jeziorna, Poland., pp. 2743–2749. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100>.
11. Kostyuchenko, O.V. (2015). Khudozhnya pertsepsiya v systemi rekreatsiyi [Artistic perception in the recreation system]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi – Current problems of psychology*, 12 (21). 174–183. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsubh_2015_12_21_19 [in Ukrainian].
12. Kostyuchenko, O.V. (2019). Tvorchy ta adaptyvnyy potentsial metaforyzatsiyi u proektnomu menedzhmenti v sotsiokul'turniy sferi [Creative and adaptive potential of metaphorization in project management in the socio-cultural sphere]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi. Zbirnyk naukovykh prats' Instytutu psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny – Current problems of psychology. Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine*. Kyiv: Feniks, KHII (26). Psykholohiya tvorchosti. 139–148 [in Ukrainian].
13. Lee, Y.H., Ryff, C.D., Essex, M.J., & Schmutte, P.S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*, 9 (2), 195–205. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.9.2.195>.
14. Ragheb, M.G., & Beard, J.G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*. 14 (2), 155–167. DOI: 10.1080/00222216.1982.11969512.
15. Rochelle, M., Young, J., Harvey, J., Charity, M., & Payne, W. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition & Physical Activity*, 10, 98–118. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.
16. Shin, K., You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7 (2), 53–62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>.
17. Svatenkova, T., & Svatenkov, O. (2021). Emotional potential in the children's team. *Wiadomosci Lekarskie*, № 74 (11 p. I), Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, Konstancin-Jeziorna, Poland, pp. 2738–2742. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100>.
18. Timonen, J., Niemelä, M., Hakko, H., Alakokkare, A., & Räsänen, S. (2021). Associations between adolescents' social leisure activities and the onset of mental disorders in young adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 50 (9), 1757–1765. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01462-8>.
19. Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of adolescence*, 33 (1), 173–186. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>.
20. Wang, E., Chen, L., Lin J., & Wang, M. C. (2008). The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Adolescence*, 43 177–184. URL: https://www.researchgate.net/publication/5405551_The_relationship_between_leisure_satisfaction_and_life_satisfaction_of_adolescents_concerning_online_games.



21. Yevdokymova, N.O., & Tarasova, N.V. (2020). Osoblyvosti motyvatsiynoyi sfery sportsmeniv pidlitkovo-yunats'koho viku [Peculiarities of the motivational sphere of adolescent and young adult athletes.] *Teoriya i praktyka suchasnoyi psykholohiyi: zbirnyk naukovykh prats'* – *Theory and practice of modern psychology: collection of scientific papers*, 1 (2), 8–12 [in Ukrainian].

22. Zlobina, O. (2003). Osobystisna skladova suspil'nykh zmin: sotsiolohichnyy kontekst [The personal component of social changes: sociological context]. *Sotsiolohiya: teoriya, metody, marketynh* – *Sociology: theory, methods, marketing*, 3, 32–45 [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 31.01.2025
The article was received 31 January 2025



УДК 159.922.76-053.6-056.34-021.464-047.64
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-5>

ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ

Яковлева Світлана Дмитрівна,
докторка психологічних наук, професорка,
професорка кафедри спеціальної освіти
Херсонський державний університет
cdyakovleva@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7620-098X>

Коллі-Шамне Анжеліка Володимирівна,
докторка психологічних наук, професорка,
професорка кафедри психології
Херсонський державний університет
ashamne1968@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-1541-6079>

У статті представлено результати теоретичного аналізу стану дослідження проблеми саморегуляції в підлітковому віці дітей із порушенням розумового розвитку. **Мета** – розкриття поняття й особливостей підліткового періоду розвитку дітей із порушеним інтелектом і стану їх саморегуляції. Зазначено, що підлітковий вік є складним, проходить пасивний або активний розвиток, характеризується важливими психофізіологічними перетвореннями: формуванням ціннісного «Я», самовихованням, емоційно-вольовими та комунікативними взаємодіями, потребує володіння собою, регуляції поведінки та власних емоцій. **Результати.** Обґрунтовано, що підлітки з порушеннями розумового розвитку характеризуються недорозвиненням мисленневих процесів, мовлення та комунікації, а спілкування з однолітками, з одного боку, є своєрідним джерелом інформації, із другого – це колективна взаємодія і специфічний вид емоційного спілкування, воно сприяє становленню особистості. Спільна діяльність виробляє навички соціальної взаємодії, вчить співвідносити власні інтереси із суспільними. Усе це здійснюється завдяки вмінню володіти собою та регулювати свої поведінкові й емоційні процеси. Нестійкість емоційно-вольової сфери та поведінки, неналежна соціалізованість, усе це спричиняє несформованість саморегуляції, яка особливо необхідна саме цій категорії дітей. Обґрунтовано психофізіологічні механізми, що забезпечують самоорганізацію підлітків із порушеним інтелектом, яка залежить від часу виникнення порушення, міжфункціональної взаємодії та внутрішньомозкових зв'язків, які лежать в основі психічного розвитку. Зазначено тісний зв'язок саморегуляції з функцією самозбереження та рефлексією, яка проходить перетворення завдяки розширенню знань про навколишній світ. Саморегуляція та самозбереження еволюційно тісно взаємопов'язані, адже в умовах постійно мінливого навколишнього середовища в підлітків із наявністю психофізіологічних порушень це забезпечує виживання й адаптацію. **Висновки.** Саморегуляція тісно пов'язана з рефлексією, яка спочатку має неусвідомлений характер, а з розвитком особистості, з набуттям знань про навколишній світ відбувається розвиток самостійності, активної діяльності й усвідомлення зовнішніх процесів.

Ключові слова: підлітки, підлітковий вік, порушений інтелектуальний розвиток, саморегуляція, когнітивний розвиток, рефлексія.

PECULIARITIES OF SELF-REGULATION OF ADOLESCENTS WITH MENTAL DISORDERS

Yakovleva Svitlana Dmitrievna,

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor of the Department of Special Education

Kherson State University

cdyakovleva@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7620-098X>

Kolli-Shamne Anzhelika Volodymyrivna,

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor of the Department of Psychology

Kherson State University

ashamne1968@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1541-6079>

The article presents the results of a theoretical analysis of the state of research on the problem of self-regulation in adolescence of children with intellectual disabilities. **Purpose.** The concept and features of the adolescent period of development are revealed. It is noted that adolescence is complex and undergoes either passive or active development and is characterized by important psychophysiological transformations: the formation of a value-based “I”, self-education, emotional-volitional and communicative interactions and requires self-control, regulation of behavior and one’s own emotions. **Results.** It is substantiated that adolescents with intellectual disabilities are characterized by underdevelopment of thought processes, speech and communication, and communication with peers, on the one hand, is a kind of source of information, and on the other hand, it is collective interaction and a specific type of emotional communication, and it contributes to the formation of personality. Joint activity develops social interaction skills, teaches to correlate one’s own interests with public ones. All this is done at the expense of the ability to control oneself and regulate one’s behavioral and emotional processes. The instability of the emotional-volitional sphere and behavior, insufficient socialization, all this causes the lack of self-regulation, which is especially necessary for this category of children. Psychophysiological mechanisms that ensure the self-organization of adolescents with impaired intelligence, which depends on the time of onset of the disorder, interfunctional interaction and intracerebral connections that underlie mental development, are substantiated. The close connection of self-regulation with the function of self-preservation and reflection, which undergoes transformation due to the expansion of knowledge about the surrounding world, is noted. **Conclusions.** Self-regulation and self-preservation are evolutionarily closely interconnected, because in a constantly changing environment, in adolescents with psychophysiological disorders this ensures survival and adaptation. Self-regulation is closely related to reflection, which is initially unconscious, and with the development of the personality, with the acquisition of knowledge about the world around, the development of independence, active activity and awareness of external processes occurs.

Key words: *adolescents, adolescence, impaired intellectual development, self-regulation, cognitive development, reflection.*

Вступ. Формування морально-духовних цінностей характеризує процес становлення особи, яка вміє регулювати свою поведінку, ухвалювати довільні рішення, ставити перед собою адекватні цілі та досягати поставленої мети, таким чином самостверджуватись. Це завдання нашої освіти, яке нині, у час складних державних перетворень, набуває нового значення. У час підвищеного психологічного напруження, пов’язаного з постійними стресовими ситуаціями, особливого значення набувають процеси саморегуляції емоційного стану. Саморегуляція є однією із ключових психологічних характеристик особистості, яка забезпечує адаптивну поведінку, здатність до управління емоціями, увагою, діями та взаємодією із соціальним середовищем. Особливої актуальності дослідження саморегуляції набуває в підлітковому віці,

оскільки цей період характеризується інтенсивними змінами в когнітивній, емоційній і соціальній сферах. Для підлітків із порушеннями розумового розвитку саморегуляція виступає одним із найважливіших чинників їх соціальної адаптації та формування життєвої компетентності. Однак численні дослідження вказують на труднощі цих підлітків у контролі поведінки, емоційній стійкості, ухваленні рішень і плануванні дій, що значно ускладнює їх інтеграцію в суспільство й ефективне навчання.

Незважаючи на науковий інтерес до проблеми розвитку саморегуляції, особливості її формування в підлітків із порушеннями розумового розвитку залишаються малодослідженими. Відсутність системних підходів до вивчення цього феномену обмежує розроблення ефективних корекційно-розвивальних



програм, що сприяють покращенню адаптаційних можливостей таких підлітків.

Отже, актуальність цього дослідження зумовлена необхідністю глибшого аналізу механізмів саморегуляції в підлітків із порушеннями розумового розвитку, визначення їхніх специфічних труднощів і пошуку ефективних шляхів корекції та підтримки. Отримані результати можуть сприяти вдосконаленню психологічної допомоги, навчальних підходів і соціалізації цієї категорії дітей.

Теоретичне обґрунтування проблеми.

Проблема психічної саморегуляції цікавить багатьох дослідників, з огляду на її опосередкований вплив на велику кількість змінних психічного розвитку. Саморегуляція психічних станів нині становить інтерес для наукової спільноти. Психічний стан є непостійним, швидкоплинним і не вважається властивістю особистості. Він детермінований зовнішніми впливами і може регулюватися. Водночас він залежить від характерологічних особливостей, мотивів, настанов суб'єкта, отже, його основою є функціональний стан мозкових систем, які забезпечують психічну діяльність. Уся психічна діяльність зумовлена регуляцією, складовими частинами якої є наполегливість, рефлексивність, самостійність тощо. Усі вони визначають суть саморегуляції особистості.

Саморегуляція – це здатність особистості контролювати власну поведінку, емоції, думки та дії. Особистість характеризується своїми можливостями щодо планування, процесу активності та досягнення результату і має усвідомлювати ці процеси та послідовність дій для досягнення мети, урахувати всі можливі негаразди на шляху до отримання бажаного результату. Отже, в ефективний процес саморегуляції вплітається мотиваційна й емоційна складові частини. Однак мотиваційна складова частина не завжди може бути реалізована в наміченій програмі дій. Ця проблема може бути вирішена за умови включення у процес механізмів захисту саморегуляції, які полягають у подоланні напруження та тривожності, або зміни мети та способів її досягнення. Тобто саморегуляція залежить від багатьох усвідомлених і неусвідомлених чинників (Галаян, 2016). Завдяки саморегуляції людина здатна до спілкування, вирішення складних завдань, можливості протидіяти негативним викликам. Дослівно «саморегуляція» означає «наводити порядок», який має бути в думках, емоціях, поведінці, комунікації тощо. Якщо маємо на увазі саморегуляцію конкретної особи, то вона буде характеризуватися тим, як людина планує, програмує досягнення мети, проходить шлях до отримання результату дії.

Мета теоретичного дослідження полягає в розкритті психофізіологічних і психологіч-

них процесів саморегуляції в підлітковому віці дітей із порушеннями розумового розвитку.

Методологія та методи. Методологічні проблеми наукового дослідження мають визначену спрямованість. Водночас вони підпорядковуються загальним методологічним принципам, які застосовуються під час побудови будь-якого наукового дослідження. А розвиток саморегуляції є складовою частиною психічного розвитку, який відповідає принципам загального онтогенезу, що висунуто Л. Виготським (1931 р.) та підтверджено з боку психофізіологічного розвитку О. Лурією (1960 р.), детермінуючи стійкість і чутливість підліткового віку.

Результати та дискусії. Проблема саморегуляції навчальної діяльності дітей становить незмінний інтерес, оскільки навчальна діяльність є провідною, об'єднує цілісну систему з великою кількістю складників. У дітей молодшого шкільного віку не завжди може реалізуватися готовність до навчання, оскільки дитина ще не встигла опанувати способи виконання нової для неї форми діяльності. Підлітковий вік вирізняється тим, що саморегуляція даного вікового періоду набуває усвідомленого характеру, охоплює передбачення, рефлексію, планування, способи дії для досягнення результату.

Великого значення саморегуляція набуває в підлітковому віці, коли її тісно пов'язують із мотивацією, рефлексією, яка є механізмом її становлення, емоційно-вольовою діяльністю, спрямовують на психологічний розвиток підлітка, в основі якого лежить «Я-ціннісне», що відрізняє підлітковий вік від інших періодів розвитку, коли дитина ще не доросла, але вже намагається позиціонувати власне «Я». Дана концепція підліткового віку була запропонована А. Маслоу та К. Роджерсом (Маслоу, 1943).

Стан сформованості саморегуляції в підлітковому віці висвітлений у роботах як вітчизняних (Я. Гошовський, І. Бех, М. Боришевський, Г. Костюк, С. Максименко й інші), так і зарубіжних учених, серед яких Д. Аткинсон, Д. Роттер, Х. Хекхаузен та інші.

Значний внесок у вивчення саморегуляції підліткового віку зробив вітчизняний психолог М. Боришевський (2010 р.), який зазначив, що саморегуляція поведінки підлітків визначає їхній особистісний розвиток. Розвиток особистості починається відразу після народження і проходить фази пасивного й активного розвитку. Пасивний розвиток – це зміни, які відбуваються в людини в так званій «зоні комфорту», тоді як активний розвиток передбачає активну ініціативу особистості.

Підлітковий вік – це період, коли спостерігається свідоме прагнення до розвитку, коли підліток не хоче бути подібним до загальної

підліткової «маси». Водночас він може не усвідомлювати наявності внутрішніх резервів щодо реалізації своїх прагнень. Це потребує цілісної системи формування складових частин саморегуляції, до яких відносимо рефлексію, цілісність когнітивних процесів, емоційно-вольову діяльність і протистояння проблемам.

Є. Шпрангер (1925 р.) підрозділяв підлітковий вік на три типи. Першим типом він уважав «підліткову кризу», пов'язану зі змінами переходного етапу розвитку. Другий тип, на думку автора, вирізняється стабільним і поступовим зростанням, так званім залученням до дорослого віку. А третій тип – це самовиховання із залученням волі, тривоги та кризових проявів. Період підліткового віку вважається періодом швидкої стомлюваності через ендокринні впливи, що може проявлятися неадекватною самооцінкою та завищеним рівнем вимог. Така поведінка утруднює комунікацію, отже, і соціалізацію. Спілкування з однолітками є своєрідним джерелом інформації, з одного боку, із другого – це колективна взаємодія та специфічний вид емоційного спілкування, воно сприяє становленню особистості. Спільна діяльність виробляє навички соціальної взаємодії, вчить співвідносити власні інтереси із суспільними. Усе це здійснюється завдяки вмінню володіти собою, регулювати власні поведінкові й емоційні процеси.

Дитина-підліток має деякі особливості, які формуються завдяки активізації ендокринної системи, що зумовлює перебудову організму, особливостям центральної нервової системи та впливу соціалізації. Залежно від того, як буде здійснюватися цей вплив, відбуватиметься становлення особистості підлітка. Це критичний період розвитку, формування навичок ментальності, регулювання емоцій і поведінки. Як зазначає І. Загурська (2006 р.), він характеризується низьким рівнем самоконтролю та самооцінки, які зумовлюють і низький рівень саморегуляції. Підлітковий вік – це період формування психологічної особистості, яка буде володіти активною поведінкою, цілями, самостійністю та саморегуляцією.

Особистісна саморегуляція набуває серйозної проблеми тоді, коли йдеться про дітей із порушеннями розумового розвитку. Особливо це стосується підліткового віку, коли формується здатність до саморегуляції.

Як зазначає Л. Прохоренко (2017 р.), від сформованості саморегуляції школярів залежать всі етапи здійснення поставленої мети та досягнення результату дії. А розвиток мотивації, самоконтролю та самооцінки впливає на формування навальної діяльності. У підлітків із затримкою психічного розвитку, як зазначає автор, не відбувається усвідомлення своїх дій, отже, не формується перебудова,

тому несформованість самоконтролю негативно впливає на продуктивність навчальної діяльності цих дітей. Результати теоретичних даних доводять несформованість саморегуляції дітей із затримкою психічного розвитку, що проявляється в демотивації навчання, несформованості самоконтролю та поведінки, як зазначалося вище.

Саморегуляція в підлітків із порушенням розумового розвитку, на думку Н. Макарчук (Макарчук, 2014: 215), визначається типами розвитку людини як особистості та враховує загальні закономірності психічного розвитку дитини. А в підлітків із порушеннями розумового розвитку залежить від часу виникнення порушення, міжфункціональної взаємодії, а також тих внутрішньомозкових зв'язків, які зумовлюють розумовий розвиток, тобто в основі саморегуляції осіб із порушенням розвитку лежить психічний дизонтогенез.

Саморегуляція та самозбереження еволюційно тісно взаємопов'язані, адже в умовах постійно мінливого навколишнього середовища в підлітків із наявністю психофізіологічних порушень це забезпечує виживання й адаптацію.

Саморегуляція тісно пов'язана з рефлексією, яка спочатку має неусвідомлений характер, а з розвитком особистості, з набуттям знань про навколишній світ відбувається розвиток самостійності, активної діяльності й усвідомлення зовнішніх процесів.

М. Боришевський (2010 р.) зазначав, що здатність до рефлексії поєднує в собі функцію поведінки й управлінську функцію, що дає можливість до сприйняття інших людей. Саме рефлексія дозволяє формувати образ «Я». Тому можна сказати, що саморегуляція відображає рівень розвитку та можливості взаємодії з навколишнім середовищем.

Саморегуляція визначає можливості взаємодії людини із залученням її внутрішніх резервів до мотивованої сформованої особистості. Це процес розвитку, який поступово ускладнюється і знаходить своє відображення у сформованому «Я-образі» підлітка. У підлітковому віці формується особистість, яка може відповідати за самостійність, критично оцінювати цінності та норми, гнучко мислити, формувати власні враження та встановлювати соціальні зв'язки.

Виявлення особливостей розвитку психологічних механізмів саморегуляції поведінки дало можливість розробити теоретичні підходи та конкретні програми індивідуальної та групової роботи з підлітками, що спрямовані на актуалізацію та вправління цих механізмів, як зазначає автор (Кириченко, 2011).

Стан саморегуляції контролюється комплексом регуляторних механізмів психічної діяльності та свідомості на тлі розвитку мис-



ленневої діяльності, яка в осіб із порушеннями розумового розвитку розвинена слабо. У підлітків із порушеним інтелектом наявні проблеми мисленнєвої діяльності та мовленнєвого розвитку, а саморегуляція є компенсаторним процесом і, як зазначає Н. Макарчук (2016 р.), «є штучним утворенням відповідно до генетичної природи формування психіки і соціальної активності особистості <...>».

Підлітки з порушеним інтелектом вирізняються своєю поведінкою, яка може проявлятися неадекватними психогенними реакціями, дезадаптивними діями, які потребують керівного впливу. Поступ власного «Я» властивий не лише підліткам із нормотиповим розвитком, але й підліткам із порушеннями розумового розвитку. І саме рефлексія дозволяє сформуватися образу «Я». Отже, саморегуляція відображає рівень розвитку та можливі зв'язки із залученням її внутрішніх резервів взаємодії з навколишнім середовищем як вмотивованої сформованої особистості. Це процес розвитку, який проходить етапи ускладнення, як і будь-який розвиток, і знаходить своє відображення у сформованому «Я-образі». Ця особистість може проявляти самостійність, критично оцінювати цінності та норми, гнучко мислити та формувати власні враження, установлювати соціальні зв'язки. Поведінка підлітків характеризується виразними змінами й емоційними проявами.

О. Вовченко (Вовченко, 2020: 48), яка вивчала саморегуляцію емоційного інтелекту в підлітків із порушеннями розумового розвитку, зауважує, що вони мають низьку здатність до розпізнавання та диференціації емо-

цій і управління ними, що потребує корекції їх формування, емоційної саморегуляції.

Саморегуляція, як особистісна, так і емоційно-вольова, розглядається як складова частина діяльності особистості і формується відповідно до сформованості нервових процесів, рухливості та пластичності нервової системи, стану сформованості когнітивних, рухових систем і впливу зовнішніх чинників.

Спілкування з однолітками є своєрідним джерелом інформації, це колективна взаємодія та специфічний вид емоційного спілкування, воно сприяє становленню особистості. Спільна діяльність виробляє навички соціальної взаємодії, вчить співвідносити власні інтереси із суспільними. Усе це здійснюється завдяки вмінню володіти собою, регулювати свої поведінкові й емоційні процеси.

Висновки. У результаті розгляду наукових публікацій дослідників щодо саморегуляції підлітків із порушеннями розумового розвитку можна зазначити, що саморегуляція – це системний процес, який здатний забезпечити підліткам із порушеннями розумового розвитку адекватну поведінку, життєдіяльність, комунікацію, адаптацію та соціалізацію. Вона реалізується на всіх рівнях психічної діяльності підлітка, регулюється станом нервової системи та вищих психічних функцій. Саморегуляція підлітків із порушеним інтелектом дозволяє дітям цієї групи захистити себе як особистість у складному зовнішньому середовищі. Підлітковий вік – складний і не досить вивчений період розвитку, подальшого вивчення потребують засоби психологічної допомоги з метою активізації процесів самоконтролю і самоорганізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Боришевський М. Дорога до себе. Від основ суб'єктності до вершин духовності. Київ : Академвидав, 2010. 158 с.
2. Вовченко О. Саморегуляції базових емоцій підлітками з порушеннями розумового розвитку як основа формування емоційного інтелекту. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія». 2020. № 11. С. 44–49.
3. Галян І. Ціннісно-сміслова саморегуляція особистості: генеза та механізми функціонування : монографія. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. І. Франка. 2016. 402 с.
4. Загурська І. Розвиток рефлексії як передумова розвитку самооцінки творчих здібностей. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12 «Психологічні науки». Київ, 2005. Вип. 6 (30). Ч. 1. С. 267–277.
5. Кириченко Т. Механізми саморегуляції поведінки як психологічні умови формування особистості. *Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди*. 2011. Вип. 21. С. 385–389.
6. Макарчук Н. Взаємообумовленість особистісної саморегуляції та типів особистісної організації при ментальних порушеннях розвитку в підлітковому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12 «Психологічні науки». 2016. Вип. 4 (49). С. 32–39.
7. Макарчук Н. Теоретико-методологічні основи дослідження особистісної саморегуляції підлітків з порушеннями розумового розвитку. Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання. 2014. Т. 9. С. 213–222.
8. Maslow A.H. A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*. 1943. № 50. P. 370–396.
9. Spranger E. Psychology of Adolescence. Fourth Through ed. 13th – 17th thousand Verlag / Jahr Ig. Quelle u. Meyer ; Leipzig, 1925. Originalleinen. XVI. 359 S. URL: <https://www.ebay.com/itm/335837589998> (дата звернення: 30.01.2025).

REFERENCES:

1. Boryshevskiy, M. Doroha do sebe. Vid osnov subiektnosti do vershyn dukhovnosti. The Road to Yourself [From the Foundations of Subjectivity to the Peaks of Spirituality]. Kyiv: Akadem vydav, 2010. 158 s. [in Ukrainian].
2. Vovchenko, O. Samorehuliatzii bazovykh emotsii pidlitkamy z porushenniamy rozumovoho rozvytku yak osnova formuvannia emotsiinoho intelektu [Self-regulation of basic emotions by adolescents with intellectual disabilities as the basis for the formation of emotional intelligence]. Naukovi zapysky Natsionalnoho uniwersytetu "Ostrozka akademiia". Seriiia "Psykhologiiia". 2020. № 11. S. 44–49 [in Ukrainian].
3. Halian, I. Tsinnisno-smyslova saorehuliatziiia osobystosti: heneza ta mekhanizmy funktsionuvannia. Monohrafiia. Drohobych: Redaktsiino vydavnychiy viddil DDPU im. I. Franka. 2016. 402 s. [in Ukrainian].
4. Zahurska I. Rozvytok refleksii yak peredumova rozvytku samoostinky tvorchykh zdibnostei [Development of reflection as a prerequisite for the development of self-esteem of creative abilities]. Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Seriiia 12 "Psykhologichni nauky": Zbirnyk naukovykh prats. Kyiv: NPU imeni M.P. Drahomanova, 2005. Vyp. 6 (30). Ch. 1. S. 267–277 [in Ukrainian].
5. Kyrychenko, T. Mekhanizmy samorehuliatzii poviedinky yak psykhologichni umovy formuvannia osobystosti [Mechanisms of self-regulation of behavior as psychological conditions for personality formation]. Humanitarnyi visnyk DVNZ "Pereiaslav-Khmelnyskyi derzhavnyi pedahohichniy uniwersytet imeni Hryhoriia Skovorody": zbirnyk naukovykh prats. Pereiaslav-Khmelnyskyi, 2011. Vyp. 21. S. 385–389 [in Ukrainian].
6. Makarchuk, N. Vzaiemoobumovlenist osobystisnoi samorehuliatzii ta typiv osobystisnoi orhanizatsii pry mentalnykh porushenniakh rozvytku v pidlitkovomu vitsi. [Interdependence of personal self-regulation and types of personal organization in mental disorders of development in adolescence fundamentals of research on personal self-regulation of adolescents with disorders]. Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu imeni M.P. Drahomanova. Seriiia 12 "Psykhologichni nauky". 2016. Vypusk 4 (49). S. 32–39 [in Ukrainian].
7. Makarchuk, N. Teoretyko-metodolohichni osnovy doslidzhennia osobystisnoi samorehuliatzii pidlitkiv z porushenniamy rozumovoho rozvytku [Theoretical and methodological foundations of research into personal self-regulation of adolescents with intellectual disabilities]. Mizhnarod. Chelpanivski psykhologo-pedahohichni chytannia. 2014. Tom 9. S. 213–222 [in Ukrainian].
8. Maslow, A.H. A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 1943. 50, 370–396 [in English].
9. Spranger, Eduard. Psychology of Adolescence. Fourth Through ed. 13th – 17th thousand Verlag / Jahr lg. Quelle u. Meyer; Leipzig, 1925. Originalleinen. XVI; 359 S. URL: <https://www.ebay.com/itm/335837589998> [in English].

Стаття надійшла до редакції 31.01.2025
The article was received 31 January 2025



СЕКЦІЯ 3. ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК [331.546:657-051]:159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-6>

ПРОБЛЕМА ПРОФДОБОРУ КАДРІВ ДО БУХГАЛТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Шелестова Олена Вікторівна,кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології*Херсонський державний університет*

oshelestova@ksu.ks.ua

<https://orcid.org/0000-0001-6873-421X>**Харченко Вікторія Євгенівна,**кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології,*Київський інститут бізнесу та технологій*

harchenko.v@kibit.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-5486-8556>**Цюра Ольга Вікторівна,**

студентка 2 курсу кафедри психології

Київський інститут бізнесу та технологій

tsyura.o@kibit.edu.ua

У статті розглянуто необхідність удосконалення психологічних методів профдобиру персоналу для бухгалтерської діяльності, які виникли за останні п'ятнадцять років, у зв'язку з економічною й політичною нестабільністю з кінця 1980-х до початку 1990-х років, яка характеризувалась серйозним спадом народжуваності в Україні, з воєнним конфліктом в Україні із 2014 року, повномасштабним вторгненням 2022 року, глобальними змінами у світі на рівні взаємодій між керівником і співробітником. **Мета** – теоретично обґрунтувати особливості професійного відбору кадрів для бухгалтерської діяльності. **Методи.** У статті були використані теоретичні методи дослідження: аналіз – для систематизації та вивчення наукових джерел із проблематики профдобиру персоналу; синтез – для поєднання отриманих знань про методи та заходи відбору співробітників; узагальнення – для формулювання висновків щодо основних проблем і шляхів удосконалення системи профдобиру персоналу для бухгалтерської діяльності. **Результати** дослідження дозволили описати методи пофдобиру, їх валідність і застосування, розглянути стратегії підбору методів для профдобиру персоналу, було висвітлено основні теоретико-методологічні підходи до вивчення управління профдобиру кадрів. **Висновки.** Було з'ясовано, що точних і усталених методик натепер не існує. Є окремі напрями та деякі висновки щодо окремих досліджень із профвідбору кадрів бухгалтерської діяльності та профдобиру взагалі – це структуроване інтерв'ю, аналіз формальних даних, асесмент-центр, психологічні тести. Психологічні тести були розроблені суто для клінічних досліджень, а не для діагностики професійної придатності, проте можна припустити, що психологічні тести, як частина професіографії та професіограми, будуть відроджені в електронному рекрутингу, тому є потенційні можливості для подальшого дослідження та визначення більш структурованої та валідної методики з підбору персоналу.

Ключові слова: профдобиру персоналу, валідність, керівник, співробітник, менеджер, структуроване інтерв'ю, аналіз формальних даних, психологічні тести, професіографія, професіограма, асесмент-центр, темперамент.

THE CHALLENGE OF VOCATIONAL RECRUITMENT FOR ACCOUNTING ACTIVITIES

Shelestova Olena Viktorivna,PhD of Psychological Sciences,
Associate Professor of the Department of Psychology,*Kherson State University,*oshelestova@ksu.ks.ua
<https://orcid.org/0000-0001-6873-421X>**Kharchenko Viktoriua Yevhenivna,**

PhD (Psyc.), Associate Professor,

*Institute of Business and Technology*harchenko.v@kibit.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0002-5486-8556>**Tsiura Olha Viktorivna,**

2nd year student of the Department of Psychology

Institute of Business and Technology

tsyura.o@kibit.edu.ua

The article examines the need to improve psychological methods of personnel selection for accounting activities, which have emerged over the last fifteen years, in connection with economic and political instability from the late 1980s to the early 1990s, characterized by a serious decline in birth rates in Ukraine, the military conflict in Ukraine since 2014, and the full-scale invasion of 2022, as well as global changes in the world in terms of interactions between managers and employees. The **purpose** of the research is to theoretically substantiate the features of professional personnel selection for accounting activities. **Methods.** The article used theoretical research methods: analysis – to systematize and study scientific sources on the personnel selection problem; synthesis – to combine the obtained knowledge about methods and measures of employee selection; generalization – to formulate conclusions regarding the main problems and ways to improve the personnel selection system for accounting activities. **Results.** The research results allowed describing the methods of personnel selection, their validity, and application, considering strategies for selecting methods for personnel selection, and highlighting the main theoretical and methodological approaches to studying personnel selection management. **Conclusions.** As a general conclusion, it was found that there are no precise and established methodologies today. There are certain directions and some conclusions regarding specific studies on personnel selection for accounting activities and personnel selection in general, including structured interviews, analysis of formal data, assessment centers, and psychological tests. Psychological tests were developed exclusively for clinical research, not for diagnosing professional suitability; however, it can be assumed that psychological tests, as part of professional profiling and professional profiles, will experience a revival in electronic recruiting, thus offering potential opportunities for further research and the development of more structured and valid methods for personnel selection.

Key words: *personnel selection, validity, manager, employee, manager, structured interview, formal data analysis, psychological tests, professional profiling, professional profile, assessment center, temperament.*

Вступ. Найближчими роками у світі роботодавців знайти таланти на ринку труда буде все важче і важче. «Правильні» співробітники, які компетентні у своїй організації, мотивовані, навчені, визначають успіх усього бізнесу.

Тому питання професійного відбору висвітлюється в державних документах і програмах. Так, у Концепції державної системи професійної орієнтації населення, що ухвалена постановою Кабінету Міністрів України від 17 вересня 2008 р. № 84, зазначено: «професійний відбір» – це «науково обґрунтована система заходів, що створює умови для встановлення професійної придатності особи до провадження конкретних видів професійної діяльності та посад згідно з нормативними вимогами».

З кінця 1980-х до початку 1990-х рр. у зв'язку з політичною й економічною нестабільністю, яка характеризувалась серйозним спадом народжуваності в Україні, кадровим голодом і дефіцитом потенційних співробітників, пошук і вибір працівників стали ще складнішими (Іванова, 2021).

Із 24 лютого 2022 р. понад 14,5 млн українців, а це практично третина населення нашої країни, залишили свої дома. Понад 6,5 млн громадян із них розкидано по всьому світу як біженці, приблизно 3,8 млн залишаються внутрішньо переміщеними особами в Україні, як звітує Міжнародна організація з міграції ООН. Незважаючи на безпекові ризики на лютий 2024 р. вже понад 4,6 млн повернулися додому. Але, згідно з висновками Gradus



Research (Gradus Research Plus, 2024), у разі загострення ситуації, зумовленого воєнними діями, 18% українців можуть виїхати за кордон на період війни. Навесні 2022 р. тільки 8% громадян казали, що вони хотіли б залишитися у країнах перебування. Натепер кількість зросла до 18%. Секретар РНБО зазначив, що загалом до складу Сил оборони було мобілізовано 1,5 млн громадян. Планується мобілізувати протягом трьох наступних місяців ще понад 160 тисяч.

Отже, ситуація на ринку праці дуже складна. Набагато складніше вибрати з напівпрофесійних фахівців, ніж із декількох сильних, бо доводиться порівнювати мало зіставні характеристики, наприклад: один працівник гарно впишеться в колектив, але він не такий професійний, другий – профі, але конфліктний. Отже, актуальність використання більш ускладнених високоефективних технологій під час відбору тільки зростає.

Мета статті – теоретично обґрунтувати та визначити роль психологічних методів у професійному відборі кадрів для бухгалтерської діяльності.

Теоретичне обґрунтування проблеми.

Рішення із професійного добору кадрів – одне з найбільш важливих на підприємствах, бо інтернаціональна конкурентоспроможність усе більше залежить від кваліфікації та мотивації працівників. У сучасному управлінні кадрами людські ресурси впевнено претендують на головуюче місце. Людина відіграє центральну роль у довгострокових концепціях майбутнього, але таке становище тільки починає знаходити відображення в організаційній практиці. Зі зростанням конкуренції більшість керівників і власників бізнесу усвідомили, що в епоху знань першочергове значення має кваліфікація працівників. У результаті, їхнім головним завданням стало залучення й утримання талановитих співробітників (Кравченко, Кравченко, 2024). Це підтверджує наявність таких тенденцій, як:

- *потреба у висококваліфікованих співробітниках, незважаючи на скорочення кількості робочих місць.* Останніми роками, з переходом від індустріального суспільства до суспільства знань, виникли нові напрями у сферах технологій, інжинірингу, маркетингу, а також у відносинах із клієнтами, наданні фінансових послуг, роботі з персоналом, в інтернет-бізнесі (електронна комерція) або інтернет-послугах. У роботі майбутнього зросло значення знань і якісних вимог до співробітників;

- *зміщення демографічної піраміди.* У травні 2024 р. Мінсоцполітики України для громадського обговорення розмістило проєкт Стратегії демографічного розвитку України до 2040 р. Відповідно до прогнозів,

викладених у Стратегії, до 2040 р. в Україні може залишитися лише 29 млн громадян, а до 2050 р. – 25 млн. Зміниться також вікова структура населення, до 2036 р. середній вік для жінок становитиме 48 років, а для чоловіків – 43 роки;

- *зміна ціннісних уявлень і очікувань випускників вищих навчальних закладів і молодих професіоналів.* У дослідженнях вищих комерційних шкіл у Лейпцигу й онлайн-проєкту e-ftllows.net проаналізували вимоги «високого потенціалу» щодо майбутніх роботодавців і отримали цікаві результати (вибірка з 1 020 найуспішніших студентів) (Kirchgeorg, Lorbeer, 2010). Велике значення для молодих фахівців має балансу між особистим життям і роботою. Лідери вимог – «дружній робочий клімат», «свобода для особистого розвитку», «добрі можливості для кар'єри та розвитку», «різноманітні можливості для підвищення кваліфікації», «гнучкий, багатий, різноманітний за завданнями дизайн робіт». Заробітна плата, соціальний пакет, чітко встановлений робочий час і відпустка відіграють для молоді другорядну роль;

- *глобальність ринку праці.* Відкритість для кваліфікованих претендентів організацій і підприємств по всьому світу; мобільність кадрів. Можливість пошуку привабливих пропозицій робочих місць і висунання своєї кандидатури за допомогою інтернету;

- *завчасний підбор молодих спеціалістів.* У майбутньому на ринку талантів успішні будуть ті організації та підприємства, які будуть випереджати конкурентів у пошуку молодих спеціалістів.

Радикальні зміни в організації підбору персоналу мають свої наслідки в радикальній зміні ринку праці, ролі керівників та співробітників. М. Хаммер та Дж. Чампі (Hammer, Champy, 2006) винайшли бізнес-реінжиніринг. Вони описали ці зміни так:

- *змінюються організаційні одиниці* – роботу над проєктом більше не розподіляють штучно між спеціалізованими підрозділами, проте таку роботу доручають виконувати від «А» до «Я» у командах, що об'єднують фахівців різних спеціальностей;

- *змінюється характер робочого місця* – прості завдання поступаються місцем комплексним, тобто кожний учасник процесу – команди виконує не окремі, прості завдання, а разом з іншими учасниками команди відповідає за весь процес, має загальне уявлення про те, що відбувається та здатен виконати різні завдання;

- *змінюється роль співробітників:* замість контролю – делегування, тобто співробітники діють не за вказівкам, а уповноважені самостійно ухвалювати рішення, необхідні для виконання завдання;

– змінюється підготовка до виконання завдань – від засвоєння до освіти та підвищення кваліфікації, тобто співробітники не засвоюють та набувають навичок для виконання окремих завдань, а під керівництвом кваліфікованих колег і безпосередньо шляхом безперервного навчання та «шліфовки» набутих навичок підвищують свою кваліфікацію;

– концентрація на вимірюваному успіху та зміні системи оплати – за результатами, а не за процес діяльності, тобто оплату нараховують за досягнуті результати, а не за «відсиджений» робочий час або за посаду, що обіймають;

– змінюються критерії для визначення розміру винагороди – не тільки за виконану роботу, а й за здібності, тобто стимулюється розвиток здібностей, а не тільки збільшення кількості виконаних завдань;

– змінюються ціннісні уявлення – від упевненості в робочому місці до продуктивності, тобто співробітники працюють для клієнтів, а не для керівників;

– змінюються функції менеджерів (керівників) – від наглядча до коуча, тобто команді надається підтримка під час виконання завдань, замість контролю;

– змінюються організаційні структури – ієрархія поступає місцем горизонтальній / плоскій організації, тобто право ухвалювати рішення делегують працівникам, які виконують завдання;

– змінюється позиція менеджерів (керівників) – вони нараховують бали особистості, тобто менеджери своїми словами та діями впливають на цінності, уявлення та переконання співробітників, створюють умови для їх відповідальної поведінки.

У нових організаціях – нове керівництво. Головним завданням керівництва є створення умов, завдяки яким співробітники мали можливість самостійно й ефективно виконувати завдання. Кожний працівник повинен навчитися разом з іншими, добиватися поставлених цілей, нести відповідальність за результати особистих дій і дій усієї команди. Робота

в команді – це великий виклик для працівників, оскільки вони звикли самостійно виконувати свою роботу та будувати кар'єру. Безперервно зростає вимога до якості підбору персоналу. Нині під час підбору персоналу необхідно звертати увагу на індивідуальні характеристики кандидата, зокрема і його особисті якості. Надалі ця тенденція буде тільки посилюватися.

Методологія та методи. Підбір персоналу має проходити за критеріями, які впливають на конкурентоспроможність усієї організації: дешево, швидко та якісно.

У більшості організацій найчастіше використовують метод інтерв'ю. Ефективність цього методу залежить від того, *структуровано інтерв'ю чи ні*. Аналіз досліджень валідності методу інтерв'ю дозволяє зробити висновок, що неструктуроване інтерв'ю не дає можливості зробити задовільні прогнози щодо професійної ефективності майбутнього працівника, їх кореляція варіює від $r = 0,14$ до $r = 0,30$. Для структурованих інтерв'ю кореляція змінюється в діапазоні між $r = 0,35$ і $r = 0,63$. Отже, саме структуроване інтерв'ю задовольняє вимоги до інструментів діагностики придатності претендента вакансії (Hartmann, 2025).

До методів профдодбору кадрів вважаємо за можливе віднести:

1. *Інтерв'ю.*
2. *Аналіз формальних даних.*
3. *Проведення психологічних тестів.*
4. *Професіографію.*
5. *Асесмент-центр.*

Reilly and Chao (1982 p.) та Hunter and Hunter (1984 p.) дослідили кореляцію методів профдодбору співробітників (Йетер, 2018) (див. табл. 1).

Аналіз формальних даних

На практиці формальні дані важливі насамперед на етапі попереднього добору. Окрім того, це важливе джерело інформації під час підготовки до інтерв'ю.

Психологічні тести.

Психологічне тестування дозволяє оцінити поведінку чи досягнення кандидата в контрольованих умовах.

Таблиця 1

Дослідження методів профдодбору

Метод відбору	Професійний успіх	(критерій)
Формальні дані	$r = 0,14-0,20$	–
Установча бесіда	$r = 0,00-0,25$	$r = 0,14$
Тести на інтелект	$r = 0,10-0,30$	–
Тести успішності(досягнень)	$r = 0,10-0,20$	$r = 0,53$
Особистісні тести	$r = 0,20-0,40$	–
Біографічні опитувальники	$r = 0,30-0,70$	$r = 0,44$
Робочі проби	–	$r = 0,54$
Асесмент-центр	$r = 0,40-0,75$	$r = 0,43$



Станом натепер психологічні тести лише умовно відповідають вимогам для добору персоналу, вони є тільки частиною професіографічного методу аналізу трудової діяльності.

Професіографія. Поняття «професіографія» містить професіографічне дослідження та його результат – карту – професіограму. Професіографія є невід'ємним розділом таких наук, як професіологія та психологія праці.

Професіограма – це спеціалізована карта, яка містить перелік умов і характеристик трудової діяльності за заданою професією, її конкретних вимог та важливих для професії якостей, які мають бути у працівника. Психограма професій складається з досить конкретних вимог до професії, до психіки співробітника, його здібностей. Професійними здібностями називають стійкі властивості особистості, які можуть змінюватися у процесі діяльності, надають їй вдосконалення й успішності.

Асесмент-центр – це метод симуляції, близької до реальності ситуації, з організаційно специфічними вимогами. Триває асесмент-центр зазвичай як 2–3 дні.

Результати та дискусії. Огляд методів профдобору показує, що їх соціальна валідність не відповідає вимогам до сучасних методів добору персоналу. Але можна припустити, що на психологічні тести, як частину професіографії та професіограми, очікує ренесанс в електронному рекрутингу.

Технічним і соціальним критеріям валідності відповідає лише один із представлених методів – асесмент-центр, але цей метод досить складний, тривалий і здебільшого економічно не вигідний.

З урахуванням усіх названих обмежень різних методів підбору постає питання про ефективну альтернативу.

Бухгалтер – це спеціаліст, який супроводжує бухгалтерський облік на підприємстві згідно з вимогами чинного законодавства. Бухгалтер в організації веде фінансовий, податковий, інколи й управлінський облік господарської діяльності компанії, контролює використання трудових, матеріальних і фінансових ресурсів на підприємстві.

Бухгалтер – це професія для людей, які вміють думати логічно, уміють і не бояться ухвалювати рішення, стресостійкі, можуть обстоювати свою думку перед керівником, знайти відповіді на різні питання, що виникають у процесі роботи. Професія бухгалтера вимагає від людини максимум скрупульозності, відповідальності, уважності та посидючості.

Бухгалтер може бути податковим інспектором, економістом, фінансистом, аудитором, викладачем у навчальному закладі із цих спеціальностей, фінансовим аналітиком, податковим консультантом, радником з економічних питань, в організаціях приватного бізнесу.

Коли комерційна компанія шукає співробітників, то правильно сформульоване завдання визначає підбір методів оцінювання. Питання до стратегії, вибудовування й організації пріоритетів на багато років попереду.

Відомості про умови щодо кандидата на вакансію мають бути структуровані, зведені в єдину систему критеріїв і вимог (особистісних і професійних) до потенційного співробітника, яка враховує водночас корпоративні традиції компанії щодо властивостей робочого місця, персоналу, кадрової політики.

Профіль вакансії – це опис змісту досвіду, компетенцій, а також формальних анкетних даних, для залучення для визначеної роботи, необхідної в даній організації. Під компетенціями маються на увазі індивідуально-особистісні характеристики (схильність до командної роботи, стресостійкість, креативність тощо), а також навички, уміння вести переговори з потенційними клієнтами та будувати бізнес-план.

Компетенція, яка загальна для вакансії – застосовувати вміння, знання, діяти успішно на основі практичного особистого досвіду у процесі виконання завдань широкого загального профілю.

Професійна компетенція – здатність уміло діяти на основі знань і умінь у процесі виконання завдань професійної скерованості та практичного досвіду.

Мета інтерв'ю, як і будь-якого іншого методу відбору, – підібрати для організації таких працівників, які, з одного боку, найкраще відповідають вимогам, із другого – «підійдуть» для підприємства. Розмова з кандидатами обіцяє інтерв'юєру релевантну інформацію про їхню професійну придатність. Інтерв'ю дає хорошу можливість отримати інформацію про кандидата, на додаток до формальних даних або поглибити її. Цілі установчого інтерв'ю або співбесіди такі: визначення професійної відповідності кандидата для виконання конкретних функцій (прогноз професійного успіху); особисте знайомство (симпатія, ідентифікація тощо); інформування кандидата про підприємство, функції, команду («продаж організації»); обговорення умов укладання договору (Eder et al., 2009).

Традиційне інтерв'ю – не тільки найуживаніший і найулюбленіший, але й, на жаль, найненадійніший метод підбору персоналу.

Низька прогностична валідність настановного інтерв'ю спричинена суб'єктивними «перешкодами» в обробці інформації інтерв'юєром: інтерв'юєр створює стереотип «хорошого» кандидата; на інтерв'юєра більше впливає негативна, ніж позитивна інформація; інтерв'юєр говорить більше, ніж той, хто інтерв'ює; інтерв'юєр виносить свою оцінку вже в перші 3–4 хвилини; на оцінку відпові-

дей впливає налаштування інтерв'юера; на результати інтерв'ю суттєво впливає послідовність питань (ефект розмаїття).

Структуроване інтерв'ю як метод підвищить прогностичну валідність до того рівня, який притаманний нині лише асесмент-центру.

У метааналізі всіх значущих досліджень із цієї теми як вирішальні успіху виділили такі елементи структурування інтерв'ю (Sackett et al., 2022):

Елементи структурування інтерв'ю: створення профілю вимог та питань, що відображають мету інтерв'ю; стандартизація інтерв'ю; застосування найбільш відповідних форм питань і техніки їх постановки; виділення досить часу на проведення інтерв'ю та зміну кількості питань залежно від цільової групи; робота з додатковою інформацією про кандидата, окрім тієї, що отримана в інтерв'ю; відповіді на запитання кандидата.

Елементи структурування роботи інтерв'юера: ведення записів у процесі

інтерв'ювання (відео- чи аудіозапис із дозволу кандидата; участь кількох інтерв'юерів; інтенсивний тренінг інтерв'юерів.

Елементи структурування процесу: оцінювання результатів інтерв'ю: оцінювання відповідей і критеріїв вимог; застосування оціночних шкал.

Схильність до позиціонування себе в робочих взаєминах: одинак – менеджер – командний гравець (див. табл. 2).

Виявити пропорційність «зміст – оточення» (це параметри співвідношення з досить великим діапазоном варіантів відповідей) можна, якщо поставити спеціалізовані питання чи дивитись за мовленням кандидата поза межами спеціальних запитань. Відповіді можуть бути згруповані в різні варіанти й інтерпретовані (див. табл. 3).

Активність – рефлексивність

У цьому параметрі є також співвідношення, але тривимірні, у яких видно такі параметри, як активність – рефлексивність – аналітизм – пасивність. Так само, як і в інших захо-

Таблиця 2

Позиціонування в робочих взаєминах

Особливості	Одинак	Командний гравець	Менеджер
Можливості	Здатний до самостійної роботи. Спокійно сприймає роботу, територіально віддалену від колективу («поля» для торгового представника, інше місто). Менше схильний перекидати відповідальність на інших. Орієнтований переважно на індивідуальний результат.	Добре взаємодіє з іншими людьми. Схильний до створення позитивного мікроклімату. Потребує схвалення, тому ним легко керувати за допомогою розумного співвідношення визнання та доган. Більше за всіх зацікавлений у спільному результаті для команди.	За складом характеру є лідером і нині сприймає себе як лідера. Сприймає успіхи команди під своїм керівництвом як власні. Зазвичай готовий брати відповідальність на себе за всі дії всієї команди.
	Якщо результат чи винагорода значною мірою пов'язані з діями оточення, може бути дуже демотивований. Можуть виникати конфлікти через розподіл зони відповідальності. Потребує усамітнення, щоб усе обдумати; якщо такої можливості не отримує, може відчувати сильний стрес.	У ситуації роботи в ізоляції/ частковій ізоляції від колективу може демотивуватися. За умов відсутності позитивної підтримки ззовні розчаровується. Імовірно, схильний до розмивання зони відповідальності. Не завжди здатний впоратися зі стресовою ситуацією самотужки, потребує поради й підтримки.	За відсутності належних навичок керівництва може перетворитися на деспота. Якщо менеджер насправді зараз домінує, то робота без підлеглих може його демотивувати аж до пошуку нової роботи. Якщо не має підлеглих, може стати неформальним лідером і змагатися за владу з керівником.
Рекомендації	Найкраща праця – та, де можна виокремити індивідуальний результат; але цей результат не дуже залежав від інших працівників (звісно, наскільки це взагалі можливо в компанії). Є можливість працювати не в офісі. Індивідуальний результат, украй важливо оцінювати.	Найкраща праця в офісі або ж у «полі», за умови, що можна інколи зустрічатись із керівництвом і колегами. Мати схему відносин із колегами у процесі виконання командної роботи. Для такого працівника важливо його оцінювання та внесок у спільний результат команди	Найкраща праця керівником (коучем – наставником для новачків чи куратором персоналу партнера/ дистриб'ютора, якщо перший варіант неможливий). Водночас необхідне навчання навичок менеджменту, інакше лідерство може набути невдалих форм.



Таблиця 3

Варіанти відповідей – «активність – рефлексивність»

Відповідь	Інтерпретація
Уживання дієслів у формі першої особи однини активного стану: «роблю», «намагаюся», «вивчаю» тощо.	Схильність до активних і досить автономних дій; здебільшого означає готовність брати на себе обов'язки й відповідальність за застосовані дії та кроки.
Уживання дієслів у формі першої особи множини активного стану: «робимо», «намагаємося», «вивчаємо» тощо.	Схильність до активних дій; водночас зазвичай віддається перевага командній роботі. Така людина може дискомфортно почуватися, якщо довго працює поза колективом.
Уживання віддієслівних іменників: «вивчення», «оброблення», «дії» тощо.	Людина переважно схильна до аналізу, може бути менш активною, якщо потрібно вдатися до якихось кроків. Ретельно обдумує свої дії.
Уживання форм на кшталт «треба зробити».	Як попередній варіант; але може також означати втечу від персональної відповідальності.
Уживання пасивного стану й безособових форм: «мені скажуть», «мене познайомлять», «буде зроблено», «буде вивчено» тощо.	Втеча від відповідальності; людина не схильна самостійно діяти й ухвалювати рішення. Може ефективно працювати тільки за наявності чітких інструкцій і постійного контролю. Однак ці риси передбачають високий рівень старанності й безвідмовну керованість. Якщо промайнуло у відповіді раз, це може свідчити про некомпетентність у цьому конкретному питанні.

дах, можна формулювати запитання, а можна проаналізувати монолог кандидата.

Чимало видів діяльності вимагає від працівника налаштування на спілкування з людьми, людський чинник має багато для нього важити. На інших посадах, навпаки, співробітник переважно взаємодіє з документами, технікою, цифрами, ніж із людьми. Від того залежить, що саме буде основним предметом діяльності, тому більше підійдуть кандидати з перевагою змісту або оточення (див. табл. 4).

Співробітники процедурного типу (консерватор, контролер) діють за стандартними, повторюваними етапами робіт на підприємстві, а співробітники типу можливості (революціонер, еволюціонер) генерують ідеї та удосконалюють роботу, що підвищує конкурентоспроможність компанії на ринку.

Значна перевага методу аналізу метапрограм у мовленні кандидата – неможливість передбачити соціально бажану відповідь, отже, ми маємо змогу отримати відповіді з високим ступенем достовірності, які надають уявлення про індивідуально-особистісні риси кандидата, тобто саме про ті якості, які найважче змінюються в дорослому житті.

Лінгвістичний аналіз мовлення

Один із вдалих способів дізнатися, як насправді кандидат оцінює свій досвід, переваги щодо видів діяльності, стилів менеджменту, як позиціонує себе – провести лінгвістичний аналіз мовлення, який ґрунтується на виокремленні й оцінюванні так званої оцінної частини слів.

Кожне слово містить у собі номінативну, або називну, частину та конотативну, або оцінну. Оцінка може бути позитивною, негативною

і нейтральною. Зазвичай людина у процесі мовлення значно більше контролює називну (номінативну) частину й меншою мірою оцінну (конотативну). Власне це дає нам можливість зрозуміти, як саме кандидат оцінює те, що відбувається.

Раціональний розподіл трудових ресурсів і професійна орієнтація за видами зайнятості ґрунтуються на зіставленні знань про професійний простір і про індивідуально-психологічні риси, якості людини. Тому в теорії та практиці професійної орієнтації відмічають, що основою й обов'язковим кроком для вирішення організаційно-методичних питань є професіографічне визначення основних видів професійної діяльності, вимог, що висувають до співробітника як суб'єкта праці (Сергеєнкова, Васильєв, 2022).

Є два види професіограм: повні професіограми та професіокарти. Функцію загальної професійної орієнтації виконують професіокарти. Професіограма – це повне описання технологічних, виробничо-технічних, психологічних, психофізіологічних вимог, медично-гігієнічних умов профдіяльності, соціально-психологічних, щодо працівника, яких потребує професія (див. табл. 5).

Психологічна психограма складається в результаті психологічного вивчення професійної діяльності (див. табл. 6).

Згідно із класифікацією, залежно від діяльності професії поділяються на п'ять різновидів: «людина – людина» (відносини в малій соціальній групі) – спрямованість праці представників цього типу професій – окремі представники чи групи людей, громада, колектив, клас, військовий підрозділ тощо; «людина – техніка» (техномічні) – спря-

Таблиця 4

Варіанти відповідей – схильність до позиціонування кандидата

	Процедурний тип	Тип можливостей
Схожість	<p>Консерватор Для працівника характерний високий рівень консерватизму, він схильний до дії у стабільному середовищі, до повторюваної роботи та ситуацій, може тяжко пристосовуватися до нових середовищ і діяльності. Треба пам'ятати, що такий працівник не дуже ефективний в умовах мінливих середовищ, а також практично непридатний до дій, що потребують новітнього, нетривіального підходу. Такі люди дуже ефективні у видах діяльності, де потрібні посидючість, уміння дотримуватися точних технологій і процедур, середовище стабільне, рутинне. Значною перевагою таких працівників є їхня сталість як співробітників, а недоліком – небажання професійному розвитку та кар'єри. Найкраще для:</p> <ul style="list-style-type: none"> – діловода; – бухгалтера на деяких (не на всіх) ділянках; – оператора з уведення даних у ПК; – робітника на виробничій лінії. 	<p>Еволюціонер Це одне з найуспішніших поєднань, що дає великий діапазон видів діяльності. Передбачає собою розвиток або бажання до нових ресурсів, поліпшення з використанням усього найкращого минулого досвіду, сталий перехід з одного щабля на інший. Це відповідає всім видам діяльності, за винятком дуже рутинних, де власне немає можливості, і тих, де потрібен узагалі новий погляд, цілковита відмова від звичних речей і настанов. Оптимально для:</p> <ul style="list-style-type: none"> – продажу; – маркетингу; – гол. бухгалтера; – керівників; – фін. відділу, логістики й інших варіантів.
Відмінність	<p>Контролер Це, з одного боку, схильність до поетапного характеру праці, з іншого — налаштованість на розшук невідповідностей і відмінності. Тому можна зробити висновок, що такі працівники консервативні, налаштовані дотримуватися встановлених стандартів і знаходити задоволення в цьому, але до компромісів не схильні, гарно бачать зроблені помилки та суперечності. Звідси й випливає перелік рекомендованих для них робіт. Проте варто пам'ятати про небезпеку прояву підвищеної конфліктності й не надто добру комунікабельність. Оптимально для:</p> <ul style="list-style-type: none"> – контролера з якості; – аудитора внутрішнього; – контролера в податковій; – техредактора (інколи). 	<p>Революціонер Такі працівники схильні до значних змін, до взагалі нового бачення подій, можуть бути радикально націлені щодо стандартного порядку речей, не дотримуються процедури, легко йдуть на ризикові дії. Такі працівники потрібні, щоб знайти взагалі нові шляхи розвитку для бізнесу, вони нестандартно мислять, креативні. Оптимально для:</p> <ul style="list-style-type: none"> – креативних робіт (у рекламі, дизайні тощо); – винахідників (конструкторське бюро); науковців; – проектної групи. <p>Деякі великі організації спеціально запрошують до себе таких людей або навіть групи і ставлять перед ними завдання на висування нестандартних ідей і розроблення нових підходів до бізнесу, навіть без аналізу їхнього практичного використання, це дає результати для бізнесу.</p>

Таблиця 5

Професіограма бухгалтера

Компоненти професіограми	Зміст компонентів професіограми
1	2
1. Зміст праці:	Бухгалтер проводить та перевіряє бухоблік грошей організації, фінконтроль, достовірність наданої інформації, щодо витрати грошей – дотримання законності.
2. Професійні якості співробітника:	
2.1. Психофізіологічні параметри працівника:	концентрована увага та стабільність; працевитривалість щодо монотонної роботи; короткочасна пам'ять із гарними показниками.
2.2. Особистісні якості співробітника:	інтраверсія, консерватизм, інтернальний локус контролю, обачність, пильність, сумлінність, організованість.
2.3. Інтелектуальні якості співробітника:	здатність до обчислень, вербальний інтелект, логічне мислення.
3. Знання, уміння, навички:	знання зі статистики, фінансів, кредитування, технології конкретної галузі організації, методики складання звітності, нормативних документів. Уміння швидко та правильно рахувати в умі.



Продовження таблиці 5

1	2
4. Умови праці:	в офісі; сидяча робота, робота на ПК; обмежені соціальні контакти, найчастіше робота одну зміну, але можлива понаднормова робота; має індивідуальний характер, робота жорстко регламентована інструкціями.
5. Медичні протипоказання для співробітника:	захворювання вегетативної нервової системи (головний біль, гіпертонія, мігрень, дистонія); порушення психіки – прикордонні (недовірливість надмірна, тривожність тощо), поганий зір.
6. Вимоги до професійної підготовки співробітника:	хороші математичні здібності; навчання та кваліфікаційні вимоги: коледжі та ЗВО, фінансово-економічні та торгові технікуми, бухгалтерські курси.
7. Займаний сегмент на ринку праці	
7.1. Родинні професії:	економіст, аудитор, фінансист, викладач із цих спеціальностей у навчальному закладі, податковий інспектор.
7.2. Діапазон посад:	бухгалтер – керівник підрозділу – головний бухгалтер.
7.3. Можливість індивідуальної та підприємницької трудової діяльності.	Ведення обліку, в аудиторській компанії бухгалтер може виконувати функцію аудитора та залучатися за договором для складання звітів і балансів у комерційних структурах.
7.4. Затребуваність професії на ринку праці.	У бухгалтерів затребуваність досить висока, в основному потрібні фахівці з досвідом роботи та головні бухгалтери.

Таблиця 6

Психограма професії бухгалтера

Професійні якості	Психодіагностичні методики	Діагностичні показники
1. Професійна спрямованість	Тест Дж. Голланда	К+, С+
2. Сенсомоторна сфера: – координація рухів; – точність рухів.	«Сенсомоторна проба» «Лабіринт»	середній рівень
3. Увага: – концентрація; – стійкість; – переключення.	Тест Анфімова «Додавання чисел із переключенням»	високий рівень
4. Пам'ять: – наочно-образна; – зорова; – оперативна.	«Шкали приладів» ОП-1 КНОП-1	високий рівень, вище за середній рівень
5. Мислення: – аналітично-логічне.	«Числові ряди»	вище за середній рівень
6. Емоційно-вольові якості: – емоційна стійкість; – відповідальність; – дисциплінованість; – наполегливість; – практичність; – високий самоконтроль; – увічливість.	Тест Кеттела 16ФО-187-А	G+, E+, C+, Q3+, H+

мованість праці представників цього типу професій – механізми, машини, транспортні засоби, техоб'єкти; «людина – природа» (біономічні) – представники цих професій мають справу з рослинним світом ті тваринами, мікроорганізмами, об'єктами неживої та живої природи; «людина – знакова система» (сігномічні) – представники цього типу працюють із цифрами, текстами, звуковими сигналами, кодами, схемами, природними та штучними мовами, формулами; «людина – художній образ» (артономічні) – представники цих про-

фесій взаємодіють із предметами мистецтва, музикою, технічною естетикою, скульптурою.

Професії бухгалтерської спрямованості належать до групи професій «людина – знакова система».

Професії типу «людина – знакова система» вимагають від співробітника таких в основному базових професійних якостей: зосередженості уваги; образного й оперативного мислення, оперативної пам'яті, словесно-логічної пам'яті; невербального мислення, швидкості сприйняття, точності рухів, посидю-

чості та терплячості, точності рухів, організованості тощо.

Щоби зрозуміти психологічний портрет особистості бухгалтера, необхідно поетапно розглянути його складники, вивчити, який темперамент підходить для професії бухгалтера. Найвідомішу класифікацію запропонував І. Павлов, який виділив чотири типи нервової системи та приписав кожному із цих типів назву відповідного темпераменту за Гіппократом, як-от: сангвінік, флегматик, холерик і меланхолік (Кришталь, Ган, 2024).

Сангвініки, які володіють енергійністю та мінливим настроєм, швидко набувають навичок у роботі, але також швидко їх забувають. Але щодо роботи їм не вистачає чіткості. *Холерики* підходять для керівних посад. Роботу засвоюють повільно, але досконало та надовго. Взятись до роботи, доводять її до кінця. *Флегматики* працюють як машини, засвоєну роботу тримають при собі та розкручують її як задану програму. Флегматик – рекордсмен із працездатності, може довго та якісно виконувати монотонну роботу та роботу, що потребує ретельності. Флегматику підійде професія бухгалтера. У *меланхоліків* робота часто валиться з рук, вони незадоволені своїм робочим місцем, колегами, зарплатою тощо. Меланхоліки успішні в діяльності, що потребує уваги до деталей, спостережливості, але не пов'язаної з великою кількістю спілкування, тому вони може підійти на роль бухгалтера чи аудитора.

Під час розгляду мети праці бухгалтера було виявлено, що частина фахівців вважають, що нею є гностична, інші дотримуються думки, що мета праці бухгалтера перетворювальна. Гностичні професії пов'язані з розпізнаванням, визначенням, оцінюванням, перевіркою та контролем. Необхідними схильностями та здібностями для даного класу професій є: виражена пізнавальна активність; стійкість уваги; спостережливість; уміння брати на себе відповідальність, аналізувати, вивчати, досліджувати, спостерігати, контролювати та відстежувати роботу інших; висока працездатність органів чуття.

Перетворювальні професії пов'язані з перетворенням, обробкою, упорядкуванням, організацією, впливом і обслуговуванням. Для цього класу професій характерні: схильність до практичного впливу на довкілля; активність; працездатність; спостережливість.

Така невизначеність віднесення професії бухгалтера до того чи того класу виникла через те, що посаду головного бухгалтера можна віднести до класу гностичних професій, оскільки вона потребує більшої відповідальності, адже головний бухгалтер – керівник підрозділу, за яким він повинен здійснювати контроль, тоді як посада бухгалтера, що нале-

жить до класу перетворювальних, не вимагає від працівника контролю інших представників бухгалтерії. Отже, можна скласти формулу, яка характеризуватиме професію бухгалтера: *Знак – Ручний – Побутовий мікроклімат – Перетворювальна*.

Із професіограми випливає, що існують якості, які перешкоджають розвитку ефективності професійної діяльності: відсутність математичних і аналітичних здібностей; швидка стомлюваність; неухважність; недисциплінованість; відсутність морально-етичних норм; відсутність схильності до роботи із цифрами.

Отже, можна сказати, що ухвалене ним те чи те рішення, сформоване на основі професійного судження, виявляється результатом взаємодії багатьох чинників, зокрема, психологічного й особистого.

У виборі фахівця на бухгалтерську посаду необхідно розуміти компетентність кандидата. Під час первинного відбору можна використовувати бухгалтерські тести, залежно від посади кандидата вибирається спрямування тестів. На заключному етапі, під час структурованого інтерв'ю кандидату пропонується зробити експрес-тест на бухгалтерській програмі з визначенням ключових моментів для даної бази даних і помилок, які виявив претендент на цю посаду.

Висновки. Оптимальний варіант вибору кадрів у бухгалтерській діяльності – поетапний профдобр, який охоплює:

1 етап – зателефонувати кандидату, на основі наданого резюме проговорити та проввести первинний лінгвістичний аналіз;

2 етап – згідно із психограмою провести психологічні тести (онлайн);

3 етап – провести бухгалтерські тести, згідно із запропонованою посадою;

4 етап – провести структуроване інтерв'ю (онлайн, офлайн);

5 етап – на основі проведених заходів і методик провести психологічний і професійний аналіз кандидата, вибрати найбільш успішних кандидатів;

6 етап – для керівних посад або за бажанням керівника організації провести заключне структуроване інтерв'ю онлайн або офлайн;

7 етап – проаналізувати проведені заходи та методики.

У минулому витрати на підбір персоналу ніхто не рахував. Натепер профвідбір кадрів оцінюють з економічного погляду. Було доведено, що працівники, яких відібрали за допомогою структурованого інтерв'ю, на 45% рідше звільнялися з організації, отримували вищі оцінки із продуктивності, ніж ті, кого відібрали методом традиційного інтерв'ю. Зміна методів підбору мала для організацій значні економічні наслідки, отже, на підборі праців-



ників відбулося зменшення затрат, удалося скоротити витрати на заробітну плату, найм і тренінги. Прогностична валідність неструктурованого інтерв'ю – $r = 0,14$, а прогностична валідність спланованого структурованого інтерв'ю – $r = 0,63$.

Аналіз метапрограм і лінгвістичний аналіз мовлення ґрунтуються на особливій побудові запитань, які дають змогу отримати відповіді в заданому діапазоні, також під час проведення аналізу формулювань, оцінювання метапрограм кандидата під час співбесіди є можливість зрозуміти особливості його мислення, ухвалення рішень, мотивації та ставлення до робочих взаємин. Для якісного профвідбору кадрів до бухгалтерської діяльності використовують професіограму, психограму, які розробляються конкретно для бухгалтерської посади. Під час відбору на бухгалтерську посаду необхідно зрозуміти професійну

компетентність кандидата. У первинному відборі можна використовувати бухгалтерські тести, залежно від посади кандидата вибирається спрямування тестів.

Як загальний висновок із проведених досліджень літератури на цю тему можна сказати, що точних і усталених методик натепер не існує. Є окремі напрями та деякі висновки щодо деяких досліджень із профвідбору кадрів бухгалтерської діяльності та профвідбору взагалі – це структуроване інтерв'ю, аналіз формальних даних, асесмент-центр, психологічні тести. Психологічні тести були розроблені суто для клінічних досліджень, а не для діагностики професійної придатності, але можна припустити, що психологічні тести, як частина професіографії та професіограми, переживуть відродження в електронному рекрутингу, тому є потенційні можливості для подальшого дослідження та визначення більш структурованої та валідної методики з підбору персоналу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дашко І., Череп О., Михайліченко Л. Співбесіда як ефективний інструмент відбору персоналу на підприємстві. *Економічний вісник Запорізького національного університету*. 2022. Вип. 1. С. 45–50.
2. Іванова С. Мистецтво добору персоналу. Як оцінити людину за годину. *Моноліт*, 2021.
3. Йеттер В. Эффективный отбор персонала. Метод структурированного интервью. *Гуманитарный центр*, 2018.
4. Калениченко Р., Коханець А., Берташ М. Професійний відбір та професійний добір у профорієнтаційній роботі. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. Вип. 9. С. 78–84.
5. Кравченко О., Кравченко Ю. Інвестиція в майбутнє: розвиток та утримання талановитих працівників. *Економіка та суспільство*. 2024. Вип. 62. С. 102–108.
6. Кришталь А., Ган М. Вплив темпераменту на вибір майбутньої професії. 2024.
7. Маслюк Є. Сучасні технології добору фахівців для аудиторських компаній : магістерська робота ; Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана. Київ, 2020.
8. Постанова Кабінету Міністрів України від 17.09.2008 р. № 84.
9. Сергеєнкова О., Васильєв О. Робоча програма «Психологія бізнесу та підприємництва». 2022.
10. Смарт Д., Стріт Р. Хто. Як наймати найкращих. *Лабораторія*, 2008.
11. Стельмах О. Особливості професійно-психологічного відбору кадрів. *Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності*. 2016. Вип. 3. С. 110–115.
12. Церковна А., Харламова В. Використання соціально-психологічних методів управління персоналом. *Ринкова економіка: сучасна теорія і практика управління*. 2017. Вип. 4. С. 134–140.
13. Чорна І., Приступа А. Психологічні засоби профдіагностики професійно важливих якостей працівників. *Психологічний вісник Ужгородського національного університету*. 2019. Вип. 8. С. 75–80.
14. Професійна мобільність українців на тлі кризи людського капіталу. *Gradus Research Plus*. 2024. URL: <https://gradus.app/uk/open-reports/professional-mobility-of-ukrainians-amid-the-human-capital-crisis/> (дата звернення: 30.01.2025).
15. Hartmann F. Mean differences in test scores, gender bias, and threats to fairness. *Zeitschrift für Arbeits und Organisationspsychologie*. 2025. № 69 (1). P. 36–41.
16. Ross W.A.B., Litardo B.I.D. Selección de personal: Relevancia de las entrevistas vs. las pruebas psicológicas. *Revista Publicando*. 2022. № 9 (34). P. 41–56.
17. Sackett P.R., Zhang C., Berry C.M., Lievens F. Revisiting meta-analytic estimates of validity in personnel selection: Addressing systematic over-correction for restriction of range. *Journal of Applied Psychology*. 2022. № 107 (11). P. 2040.
18. Schmidt F.L., Oh I.S. Select on intelligence. *Principles of Organizational Behavior: The Handbook of Evidence-Based Management*. 2023. 3rd ed. P. 1–25.
19. Van Iddekinge C.H., Lievens F., Sackett P.R. Personnel selection: A review of ways to maximize validity, diversity, and the applicant experience. *Personnel Psychology*. 2023. № 76 (2). P. 651–686.

REFERENCES:

1. Dashko, I.M., Cherep, O.G., & Mykhailichenko, L.V. (2022). The interview as an effective tool for personnel selection in an enterprise. *Economic Bulletin of Zaporizhzhia National University*, (1), 45–50 [in Ukrainian].
2. Ivanova, S.I. (2021). The art of personnel selection. How to assess a person in an hour. *Monolith* [in Ukrainian].

3. Yetter, V. (2018). Effective personnel selection. The structured interview method. Humanitarian Center [in Ukrainian].
4. Kalenichenko, R., Kokhanets, A., & Bertash, M. (2021). Professional selection and professional recruitment in career guidance work. *Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, (9), 78–84 [in Ukrainian].
5. Kravchenko, O., & Kravchenko, Yu. (2024). Investment in the future: Development and retention of talented employees. *Economy and Society*, (62), 102–108.
6. Kryshchal, A.O., & Han, M. (2024). The influence of temperament on the choice of a future profession.
7. Maslyuk, Ye.V. (2020). Modern technologies for specialist selection in audit companies. Master's thesis, Vadym Hetman Kyiv National Economic University. Retrieved from <https://ir.kneu.edu.ua/items/b6bf3e06-f3f8-48d9-af07-45a80356e074> [in Ukrainian].
8. Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine № 84, dated September 17, 2008.
9. Serhiienkova, O.P., & Vasyliev, O.O. (2022). Working program “Psychology of business and entrepreneurship”.
10. Smart, D., & Street, R. (2008). Who: The A Method for Hiring. Laboratory.
11. Stelmakh, O.V. (2016). Features of professional-psychological personnel selection. *Bulletin of Lviv State University of Life Safety*, (3), 110–115 [in Ukrainian].
12. Tserkovna, A.V., & Kharlamova, V.V. (2017). The use of socio-psychological methods in personnel management. *Market Economy: Modern Theory and Management Practice*, (4), 134–140 [in Ukrainian].
13. Chorna, I.M., & Prystupa, A.M. (2019). Psychological tools for professional diagnostics of employees' professionally important qualities. *Psychological Bulletin of Uzhhorod National University*, (8), 75–80 [in Ukrainian].
14. Gradus Research Plus (2024). Professional mobility of Ukrainians amid the human capital crisis. Retrieved from <https://gradus.app/uk/open-reports/professional-mobility-of-ukrainians-amid-the-human-capital-crisis/>.
15. Hartmann, F. (2025). Mean differences in test scores, gender bias, and threats to fairness. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 69 (1), 36–41 [in Ukrainian].
16. Ross, W.A.B., & Litardo, B.I.D. (2022). Selección de personal: Relevancia de las entrevistas vs. las pruebas psicológicas. *Revista Publicando*, 9 (34), 41–56 [in English].
17. Sackett, P.R., Zhang, C., Berry, C.M., & Lievens, F. (2022). Revisiting meta-analytic estimates of validity in personnel selection: Addressing systematic over-correction for restriction of range. *Journal of Applied Psychology*, 107(11), 2040 [in English].
18. Schmidt, F.L., & Oh, I.S. (2023). Select on intelligence. In *Principles of Organizational Behavior: The Handbook of Evidence-Based Management* (3rd ed.), pp. 1–25 [in English].
19. Van Iddekinge, C.H., Lievens, F., & Sackett, P.R. (2023). Personnel selection: A review of ways to maximize validity, diversity, and the applicant experience. *Personnel Psychology*, 76 (2), 651–686 [in English].

Стаття надійшла до редакції 31.01.2025

The article was received 31 January 2025



СЕКЦІЯ 4. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК [316.62:614.8]:159.9.019.4
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-7>

ПСИХОЛОГІЧНІ КОНЦЕПЦІЇ РИЗИКУ ТА РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ

Бондзик Дмитро Миколайович,
старший викладач кафедри соціології та психології
Навчально-науковий інститут № 5
Харківського національного університету внутрішніх справ
dbondzik@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6462-6585>

Стаття присвячена розгляду поширених у психології підходів до розуміння ризикованої поведінки. Розглянуто теорії, розроблені у психології здоров'я, праці й ухвалення рішень, проведено аналіз підходів до розуміння понять «ризик» і «ризикована поведінка» у різних галузях науки, описано особливості цих визначень та межі їх застосовності в моделях ризикованої поведінки. **Мета** дослідження – провести аналіз психологічних концепцій ризику та ризикованої поведінки, що представлені в науковій літературі. Особлива увага приділяється теоріям, розробленим у контексті психології здоров'я, праці й ухвалення рішень, а також визначенню особливостей понять «ризик» та «ризикована поведінка» у різних наукових галузях. **Методи.** У статті використовуються методи теоретичного аналізу, класифікації та узагальнення. Розглядаються психофізіологічні, когнітивні та змішані моделі ризику та ризикованої поведінки. Особлива увага приділяється суб'єктивним аспектам сприйняття ризику, когнітивним механізмам ухвалення рішень, їх залежності від контексту. **Результати.** Автором виявлено, що поняття ризику є багатограним і варіюється залежно від галузі застосування. Розглянуто основні моделі, як-от гомеостатична теорія ризику, модель переконань у сфері здоров'я, теорія цілеспрямованої поведінки. Визначено, що суб'єктивне сприйняття ризику є ключовим елементом у формуванні ризикованої поведінки. Також описано механізми когнітивної обробки ризикованих ситуацій, які можуть спричинити помилки у виборі рішень. **Висновки.** У роботі акцентовано увагу на складності та багатоаспектності ризикованої поведінки. Підкреслюється, що жодна з наявних моделей не є універсальною і пояснює лише окремі аспекти цього явища. Необхідність комплексного підходу до вивчення ризику та ризикованої поведінки обґрунтована як теоретичними, так і практичними викликами.

Це дослідження є корисним для фахівців у галузі психології здоров'я, праці, безпеки й ухвалення рішень, а також для науковців, що цікавляться проблематикою ризику в поведінкових моделях.

Ключові слова: ризик, ризикована поведінка, ухвалення рішень, психологічні концепції, психологія здоров'я, суб'єктивне сприйняття ризику.

PSYCHOLOGICAL CONCEPTS OF RISK AND RISKY BEHAVIOR

Bondzyk Dmytro Mykolayovych,
Senior Lecturer at the Department of Sociology and Psychology,
Educational and Scientific Institute № 5, Kharkiv National University of Internal Affairs
dbondzik@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6462-6585>

The article is devoted to the examination of existing psychological approaches to understanding risky behavior. It reviews theories developed in the psychology of health, labor, and decision-making, analyzes approaches to the concepts of “risk” and “risky behavior” in various scientific fields, and describes the specific features and applicability of these definitions in models of risky behavior. **Purpose.** The aim of the study is to analyze psychological concepts of risk and risky behavior presented in the scientific literature. Special attention is given to theories developed in the context of health psychology, labor psychology, and decision-making, as well as the unique characteristics of the concepts of “risk” and “risky behavior” in different scientific domains. **Methods.** The research employs methods of theoretical analysis, classification, and generalization. The study examines psychophysiological, cognitive, and mixed models of risk and risky behavior. Particular attention is paid to subjective aspects of risk perception, cognitive decision-making mechanisms, and their dependence on context. **Results.** The author identifies that the concept of risk is multifaceted and varies depending on the field of application. Key models such as the homeostatic risk theory, the health belief model, and the theory of planned behavior are reviewed. Subjective risk perception is determined to be a critical element in the formation

of risky behavior. Cognitive processing mechanisms in risky situations, which can lead to decision-making errors, are also described. **Conclusions.** The study highlights the complexity and multifaceted nature of risky behavior. It emphasizes that none of the existing models is universal and each explains only specific aspects of this phenomenon. The necessity for a comprehensive approach to the study of risk and risky behavior is justified by both theoretical and practical challenges.

This research is valuable for specialists in health psychology, labor psychology, safety, and decision-making, as well as for scholars interested in the issue of risk in behavioral models.

Key words: risk, risky behavior, decision-making, psychological concepts, health psychology, subjective risk perception.

Вступ. Ризик є невід'ємною частиною людського існування, проявляється в різних аспектах життя: від природних катастроф до свідомих ризикованих дій. Незважаючи на прагнення до самозбереження, людина часто добровільно піддається ризику, що зумовлює необхідність вивчення чинників, які впливають на таку поведінку. Проблема визначення понять «ризик» і «ризикована поведінка» залишається складною, адже в різних наукових дисциплінах ці терміни трактуються по-різному, що створює труднощі у формуванні єдиної теоретичної бази (Алексєєнко, Кушнар'ова, 2013).

Людство прагне до безпеки, однак ризикована поведінка нерідко є свідомим вибором, який базується на індивідуальних, соціальних і культурних чинниках. Визначення понять «ризик» і «ризикована поведінка» є складним завданням, оскільки кожна наукова дисципліна пропонує власний підхід до інтерпретації цих явищ. Це створює виклик для формування єдиної теоретичної бази, яка могла б об'єднати різноманітні підходи до аналізу ризику (Susca, 2018).

Теоретичне обґрунтування проблеми. Наукові концепції ризику, розроблені у психології здоров'я, праці й ухвалення рішень, пропонують різні підходи до аналізу цього явища. Проте наявні моделі часто зосереджені на окремих аспектах ризикованої поведінки, ігнорують вплив суб'єктивного сприйняття, когнітивних помилок, емоційних і біологічних чинників. Це створює потребу в інтегративному підході до розуміння ризику, який урахував би багатоаспектність людської діяльності.

Основною проблемою є відсутність універсальних теоретичних моделей, здатних пояснити всі аспекти ризикованої поведінки, і брак емпіричних даних для підтвердження наявних теорій. Це зумовлює необхідність комплексного аналізу психологічних концепцій ризику та розроблення підходів, які могли б бути застосовані в різних соціальних і культурних контекстах (Вовкогон, Лисенко, 2008).

Тематика ризику та ризикованої поведінки була досліджена багатьма українськими й іноземними вченими, які зробили суттєвий внесок у розвиток цієї галузі. Сергій Максименко – видатний український психолог, який вивчав питання поведінкової психології та розуміння

людської мотивації в умовах ризику. У своїх роботах розглядав вплив суб'єктивних оцінок і соціокультурних чинників на ризиковану поведінку. Ірина Сідашенко – досліджувала психологію ризику в контексті безпеки праці, зокрема в умовах професійної діяльності. Людмила Клименко – працювала над питаннями психології здоров'я, аналізувала взаємозв'язок між ризикованою поведінкою та здоров'ям. Даніель Канеман – лауреат Нобелівської премії, відомий за свої дослідження у сфері когнітивної психології та економічної поведінки. Його роботи стосуються евристик і упереджень у процесах ухвалення рішень в умовах ризику. Геральд Вайльд – розробив гомеостатичну теорію ризику, яка пояснює поведінку людей як результат прагнення до підтримання бажаного рівня ризику. Майкл Аптер – один з авторів теорії реверсивної активності, яка аналізує мотивацію і зміни психологічних станів у контексті ризикованої поведінки.

Ризикована поведінка найчастіше розглядається крізь призму таких аспектів, як саморегуляція, емоційна стійкість і вплив середовища. У роботах Т. Цюман і О. Нагули відзначається, що молодь є найбільш схильною до ризикових дій через незавершеність процесу формування когнітивних механізмів самоконтролю. Цей висновок підтверджується також міжнародними дослідженнями, які вказують на важливість соціальної підтримки у зниженні ризикованих дій серед молодих людей (Цюман, Нагула, 2021).

Дані сучасних досліджень також демонструють, що суб'єктивне сприйняття ризику має значний вплив на поведінкові стратегії людини. Наприклад, дослідження К. Machluf і D.F. Bjorklund показують, що люди оцінюють ризику не лише раціонально, але і крізь призму власного досвіду й емоційних реакцій. У цьому контексті важливу роль відіграє соціокультурний вплив, який формує схильність до деяких типів поведінки (Machluf, Bjorklund, 2015).

Незважаючи на значні досягнення в дослідженні психологічних аспектів ризику, залишаються нерозв'язаними питання, пов'язані з розробленням універсальних моделей, які б інтегрували різні підходи до аналізу ризикованої поведінки. Зокрема, у дослідженні О. Крав-



цовой наголошується, що багато сучасних теорій мають обмежене практичне застосування через неналежну емпіричну перевірку (Кравцова, 2019).

Отже, вивчення ризику потребує комплексного підходу, який урахував би когнітивні, емоційні, соціальні та культурні аспекти. Лише за умови такого аналізу можна створити ефективні інструменти для прогнозування й управління ризикованою поведінкою.

Метою статті є дослідження психологічних концепцій ризику та ризикованої поведінки, представлених у науковій літературі. Автор прагне провести аналіз основних підходів до розуміння цих понять у різних наукових галузях, зокрема у психології здоров'я, праці й ухвалення рішень, а також визначити рамки їх застосовності в моделях ризикованої поведінки.

Результати та дискусії. Протягом життя людина постійно піддається різним видам ризику, часто добровільно й цілеспрямовано створює умови ризикованої ситуації, незважаючи на те, що прагнення до самозбереження можна вважати однією з основних властивостей людської природи. Причини ризику можна поділити на зовнішні, які не контролюються індивідом і коли ризик є або ситуаційно необхідним, або неминучим (наприклад, пожежа, війна), та причини, через які людина добровільно піддає себе ризику. До останніх належить широкий спектр психологічних, фізіологічних та інформаційних чинників, як-от готовність до ризику та його сприйняття, помилки в оцінюванні наслідків, бажання орієнтуватися на думку оточення, гормональний фон, гедоністичний тонус, брак інформації тощо (Starr, 1980).

Ці чинники тією чи іншою мірою враховуються в концепціях ризику та ризикованої поведінки, які умовно можна поділити на моделі очікуваної корисності (модель переконань, теорія цілеспрямованої поведінки), психофізіологічні (гомеостатична теорія ризику Г. Вайльда (Wilde, 1982), теорія реверсивної активності М. Аптера та К. Сміта (Apter, Smith, 1985)) та когнітивні моделі (схема стратегій ризикованої та неризикованої поведінки Ф. Буркардта (Burkhardt, 1990)).

Розглянемо основні поширені моделі та концепції ризику і ризикованої поведінки, починаючи з аналізу поняття «ризик».

Поняття ризику, незважаючи на всю його буденність, насправді є надзвичайно складним, про що свідчить відсутність єдиного визначення, яке можна було б застосовувати в усіх галузях науки. Існує лише загальне розуміння ризику як імовірності реалізації несприятливого результату.

Застосування такого визначення пов'язане з низкою суттєвих труднощів, найбільш

значущою з яких є те, що людина водночас піддається всім, що існують, видам ризику, незважаючи на дуже малу, але все ж відмінну від нуля ймовірність реалізації багатьох із них. Отже, постає необхідність визначення порогового значення ймовірності, після якого ризик потрібно враховувати, що складно реалізувати під час розгляду більшості реальних видів ризику (Маркова, 2019).

У психології існують власні визначення ризику, які умовно можна розділити на такі типи: ризик як умова (невизначеність результату ситуації, за Б. Фішхоффом) (Fischhoff, 1978), як дія (діяльність, пов'язана з подоланням невизначеності в ситуації неминучого вибору, під час якої є можливість кількісно та якісно оцінити ймовірність досягнення очікуваного результату, невдачі та відхилення від мети, за В. Вітлінським), як ціль, як мотивація і як потреба. Практично всі найбільш розроблені теорії ґрунтуються на ймовірнісному розумінні ризику (Вітлінський, 2000). Наприклад, у психології ухвалення рішень ризик розглядається як невизначеність результату будь-якої ситуації (О. Макаревич) (Макаревич, 2001); у психології здоров'я його визначають як імовірність реалізації небажаної події, яка може завдати шкоди (Б. Фішхофф) (Fischhoff, 1978). Варто зазначити, що часто поняття «ризик» і «ризикована поведінка» залишаються нерозкритими.

Також варто відзначити, що всі психологічні концепції та теорії ризику, на відміну від непсихологічних моделей (модель очікуваної цінності, теорія Дж. фон Неймана й О. Моргенштерна), оперують суб'єктивним уявленням про ризик, який має свої специфічні особливості та механізми формування (Neumann, Morgenstern, 2004).

У психології здоров'я найчастіше згадуються такі широковідомі теорії, як теорія цілеспрямованої поведінки (А. Айзен, М. Фішбейн) (Чепурко та ін., 2023) та модель переконань у сфері здоров'я (М. Беккер, І. Розеншток) (Becker, 1974). Варто зазначити, що всі названі теорії належать до класу теорій виду «очікування – цінність». Їхньою особливістю є припущення, що вибір між різними варіантами дій здійснюється свідомо на основі суб'єктивної оцінки ймовірності події та її значущості.

А. Айзен, додавши до теорії змінну «сприйнятий контроль», припустив, що її величина прямо впливає і на намір індивіда здійснити ту чи іншу поведінку, і на його дії. Якщо людина вважає, що вона здатна контролювати свою поведінку, то докладатиме більше зусиль для реалізації такого виду діяльності (Баєва, Кряж, 2019).

Усі вищезазначені моделі розроблені в рамках когнітивного підходу та передбачають, що у процесі ухвалення рішення людина

оцінює привабливість і ймовірність реалізації кожної з альтернатив. Проте цей підхід дозволяє лише частково описувати процес вибору й ухвалення рішень, оскільки не враховує вплив емоцій, помилок оцінювання, біологічних чинників тощо. Також варто зазначити, що моделі базуються на уявленні про здоров'я як про безумовну цінність, не враховують того, що кожна людина протягом життя добровільно наражає себе на фізичний, економічний та інші види ризику. Така поведінка досить добре пояснюється моделями, що використовуються у психології ухвалення рішень і психології праці, де розроблення концепцій ризикованої поведінки почалася значно раніше, ніж у психології здоров'я (Векс, 1992).

Гомеостатична теорія ризику Г. Вайльда. Основним положенням теорії є припущення, що в кожній людині існує свій, найбільш прийнятний для неї рівень ризику, до якого вона прагне. Отже, якщо в якійсь ситуації рівень ризику буде занадто низьким, то людина прагнучиме привести його до прийнятного рівня, коли ж рівень буде занадто високим, людина намагатиметься його зменшити (Wilde, 2011).

До недоліків цієї теорії можна віднести те, що вона оперує лише суб'єктивним уявленням про ризик, не враховує того, що бажаний рівень ризику може змінюватися, іноді досить швидко, що накладає обмеження на її застосування.

Схема стратегій ризикованої та неризикованої поведінки Ф. Буркардта. Як видно зі схеми (рис. 1), настанова на захисну (неризиковану) поведінку залежить від трьох чинників, ступеня передбачуваного ризику, мотивації, що переважає, досвіду роботи.

Отже, настанову на захисну поведінку, тобто на зниження рівня ризику в подальшій діяльності, посилюють випадки, коли без ризику вдається досягти бажаного результату, а також коли ризикована поведінка призводить до нещасного випадку. Досягнення безпечного результату за умов ризику послаблює настанову на захист, що згодом може спричинити нещасний випадок, який, у свою чергу, посилить настанову на захисну поведінку (Burkhardt, 1990).

Теорія реверсивної активності М. Аптера та К. Сміта. Автори висунули припущення, що в нервовій системі людини діють дві альтернативні системи, які управляють активацією нервової системи, кожна з них породжує свій гедонічний тонус. Одна із цих систем сприяє уникненню активації: під її впливом суб'єкт відчуває найприємніший стан за мінімальної активації та найменш приємний за її максимуму. Друга система спрямована на пошук активації; під її впливом найприємніший стан людина відчуває за максимуму активації, а найменш приємний – за її мінімуму (рис. 2).

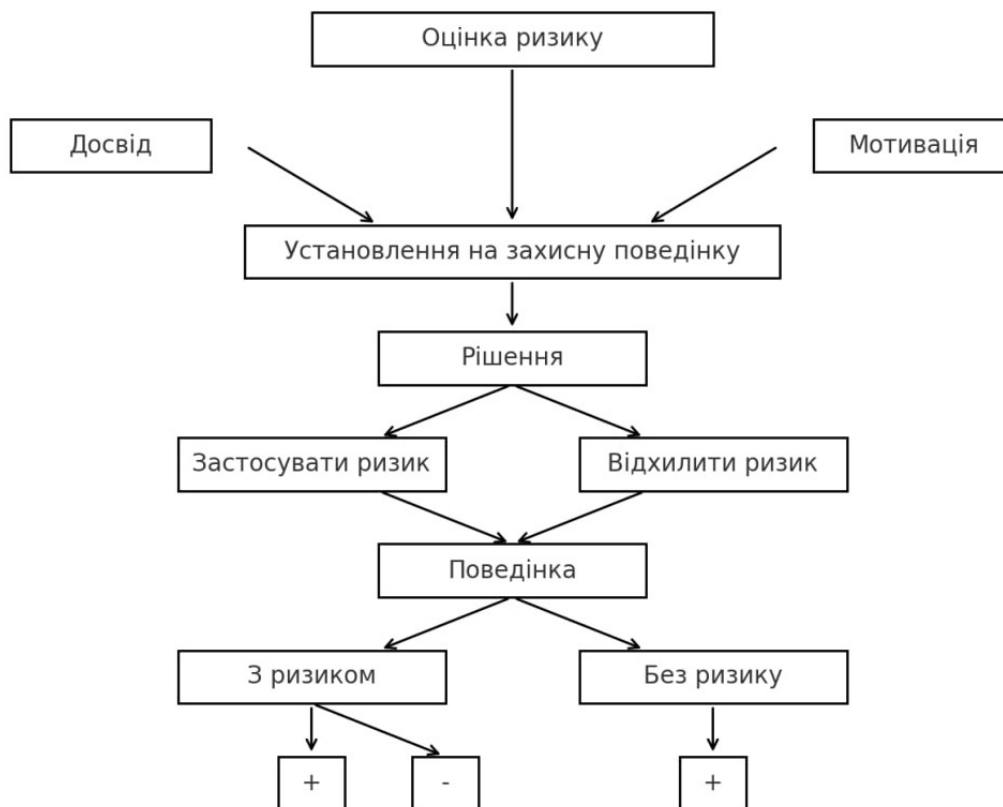


Рис. 1. Схема ухвалення рішень (за Ф. Буркардтом)

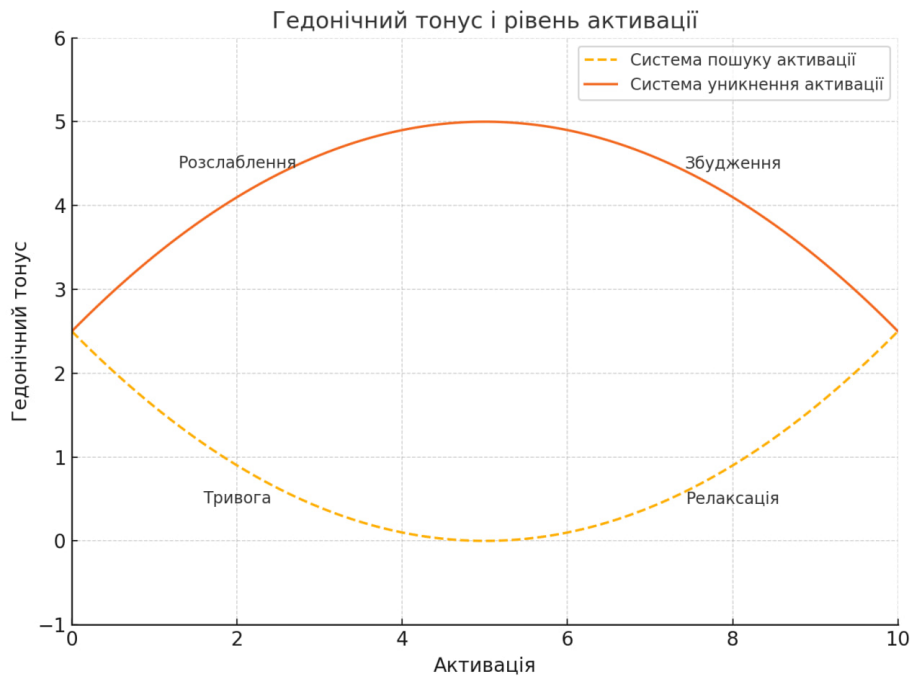


Рис. 2. Системи пошуку й уникнення активації

Виходячи з наведених залежностей, можна зробити висновок, що в умовах діяльності з елементами мотивованого ризику відбувається пошук активності за дії системи пошуку активації. Після вирішення складного та небезпечного завдання в суб'єкта настає приємний стан релаксації. Відповідно до теорії М. Аптера та К. Сміта, водночас відбувається реверс активності – різке переключення організму із системи пошуку активації на

систему її уникнення зі збереженням високого гедонічного тону (рис. 3).

Можна припустити, що суб'єкт із часом адаптується до вирішення завдань деякого рівня складності (небезпеки), а приємний гедонічний тонус почне зникати. Для його підтримання суб'єкт почне шукати завдання з вищим рівнем складності та небезпеки (Apter, 1984).

Визначення ризику є центральним для всіх психологічних концепцій ризикованої пове-

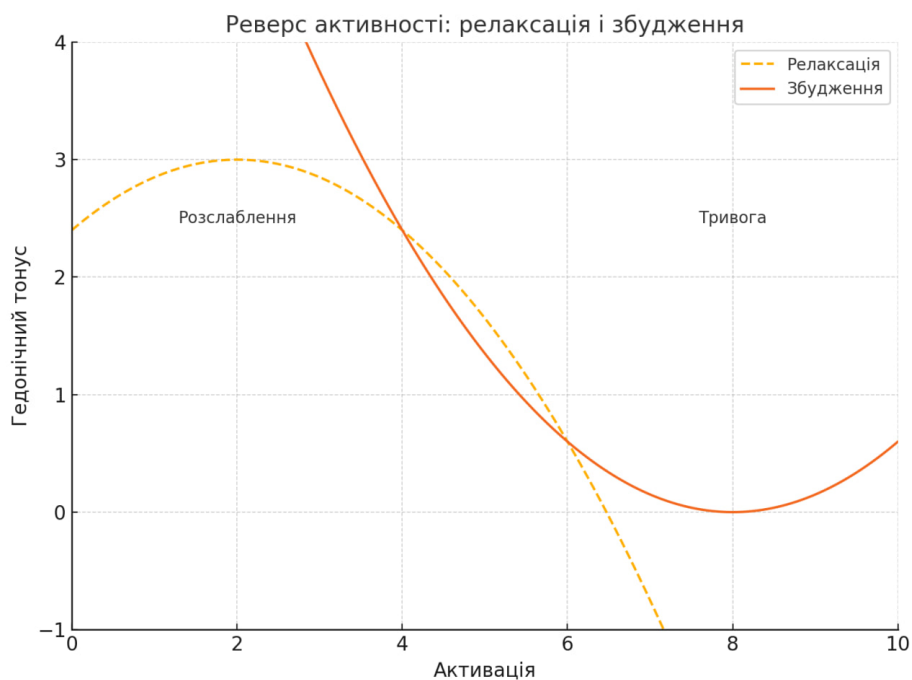


Рис. 2. Системи пошуку й уникнення активації

дінки, однак використання в деяких моделях імовірнісного визначення ризику накладає обмеження на умови та можливості їх застосування. Окрім того, через специфічність багатьох моделей виникають обмеження їх застосування до різних видів діяльності та соціально-культурних прошарків суспільства, що вказує на фрагментарність цих моделей. Більшість когнітивних моделей, що є їхнім недоліком, від початку припускають деяку раціональність вибору людини в умовах ризикованої ситуації, не враховують того, що часто людиною можуть керувати не лише суб'єктивні оцінки ризику (навіть якщо ці оцінки точні), але й імпульсивні пориви. Причиною таких поривів можуть бути особливості особистості, гормональний фон, самопочуття, стан здоров'я тощо. Такі чинники враховуються переважно у психофізіологічних моделях, які надають надто великого значення фізіологічній складовій частині ризикованої поведінки і не враховують особистісний і когнітивний аспекти.

На основі аналізу наявних теоретичних концепцій ризику та ризикованої поведінки автор пропонує власний інтегративний підхід, який ураховує багатовимірний характер цього явища. Ризикована поведінка розглядається як результат взаємодії когнітивних, емоційних і соціокультурних аспектів, що визначають вибір індивіда в конкретних обставинах.

Когнітивний рівень цього феномену пояснюється тим, що людина часто ухвалює рішення в умовах невизначеності, спирається на суб'єктивне сприйняття ризику. У процесі оцінювання ризиків значний вплив мають когнітивні помилки, наприклад евристика доступності чи ефект якоря, які можуть спотворювати реальну картину і впливати на ухвалення рішень.

Емоційні чинники також відіграють важливу роль у ризикованій поведінці. Емоції, як-от страх, азарт чи адреналін, можуть як стимулювати, так і стримувати дії, залежно від їхньої інтенсивності та контексту. Зокрема, емоційні стани часто змінюють рівень когнітивного контролю, посилюють або послаблюють його, що впливає на поведінкові стратегії.

Соціокультурні аспекти формують індивідуальне сприйняття ризику та стратегій поведінки, оскільки соціальне середовище і культурні норми визначають ставлення до ризикованих дій. Наприклад, у деяких культурах ризикована поведінка може сприйматися як прояв сміливості, тоді як в інших вона оцінюється як необдуманість.

Автор пропонує концепцію «динамічного балансу ризику», згідно з якою індивід постійно адаптує свої дії до умов середовища, коригує рівень прийняттого ризику залежно від особистих цілей, ресурсів і зовнішніх впливів. Цей

підхід дає змогу розглядати ризиковану поведінку як динамічний процес, що змінюється відповідно до ситуаційних чинників.

Запропонована концепція інтегрує наявні підходи в єдину модель, яка може слугувати основою для подальших емпіричних досліджень і практичних інтервенцій. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти ризиковану поведінку, створює можливості для розроблення ефективних інструментів її прогнозування й управління.

Висновки. Ризик є багатозначним поняттям, його розуміння варіюється залежно від контексту. У різних наукових галузях термін «ризик» трактується по-різному, що ускладнює створення єдиної теоретичної бази.

Суб'єктивне сприйняття ризику виявлено як ключовий чинник формування ризикованої поведінки. Людина часто керується індивідуальними уявленнями, що впливають на ухвалення рішень у ситуаціях ризику.

Когнітивні моделі (модель переконань, теорія цілеспрямованої поведінки) зосереджені на оцінюванні ймовірностей і наслідків.

Психофізіологічні підходи (гомеостатична теорія ризику, теорія реверсивної активності) акцентують увагу на фізіологічних реакціях організму.

Змішані моделі намагаються інтегрувати різні аспекти, але часто мають обмежену сферу застосування.

Наявні моделі не враховують усіх аспектів ризикованої поведінки, як-от емоції, когнітивні помилки, біологічні чинники та соціокультурні впливи. Це робить необхідним розроблення комплексного підходу до дослідження ризику.

У результаті проведеного дослідження автором було здійснено аналіз основних теоретичних концепцій ризику та ризикованої поведінки, представлених у сучасній психологічній літературі. Особливу увагу приділено визначенню понять «ризик» та «ризикована поведінка» у різних наукових галузях, зокрема й у психології здоров'я, праці й ухвалення рішень.

Автором з'ясовано, що жодна з наявних моделей не є універсальною, оскільки вони охоплюють лише окремі аспекти феномену ризикованої поведінки. Визначено ключову роль суб'єктивного сприйняття ризику у формуванні поведінкових стратегій, підкреслено важливість ураховання когнітивних помилок, емоційних станів і соціокультурних чинників у процесі ухвалення рішень.

На основі проведеного аналізу запропоновано власний інтегративний підхід до вивчення ризикованої поведінки, який ураховує багатовимірність цього явища. Підхід базується на врахуванні когнітивних, емоційних і соціокультурних аспектів ризику, що дозволяє розглядати ризиковану поведінку як динамічний процес. На особливу увагу заслу-



гове запропонована концепція «динамічного балансу ризику», згідно з якою індивід адаптує свою поведінку відповідно до змінних умов середовища.

Результати дослідження можуть бути використані для вдосконалення методоло-

гічних підходів до аналізу ризикованої поведінки та створення ефективних інструментів її прогнозування й управління. Запропонована модель також може стати основою для подальших емпіричних досліджень у галузі психології ризику.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексєнко Т., Кушнарєва С. Ризикована поведінка. Вінниця : ТОВ «Фірма «Планер»», 2013. 172 с.
2. Баєва К., Кряж І. Екологічна сензитивність та сприйнятий контроль як чинники біо-орієнтованої активності особистості. *Актуальні проблеми психології* / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. 7 : Екологічна психологія. 2019. № 7 (47). С. 35–46. URL: https://lib.iitta.gov.ua/717673/1/Aktual_prob_l_psychol_Vol_7_Issue_47.pdf (дата звернення: 30.01.2025).
3. Вовкогон О., Лисенко О. Розвиток життєвих навичок як фактор попередження ризикованої поведінки підлітків. *Соціальна робота і охорона здоров'я*. 2008. № 32. С. 3–10. URL: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/14412> (дата звернення: 30.01.2025).
4. Вітлінський В. Аналіз, моделювання та управління економічними ризиками : навчально-методичний посібник для самостійного вивчення дисципліни. Київ : КНЕУ, 2000. 293 с.
5. Кравцова О. Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2019. Вип. 7. С. 98–117.
6. Макаревич О. Психологія регуляції поведінки особистості у складних ситуаціях. Київ : Оріяни, 2001. 223 с.
7. Маркова М. Постстрессова психологічна дезадаптація: закономірності розвитку і специфіка клінічних проявів дезадаптивних станів в окремих специфічних груп населення, вразливих до дії макросоціального стресу. Харків : Друкарня «Мадрид», 2019. 492 с.
8. Цюман Т., Нагула О. Психологічна формула безпеки як концептуальна основа формування навичок безпечної поведінки особистості. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка* : збірник наукових праць. 2021. № 35 (1). С. 94–100. <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2021>.
9. Поведінкові стратегії населення в умовах поширення соціально небезпечних хвороб / Г. Чепурко та ін. Київ : Інститут соціології НАН України, 2023.
10. Apter M.J., Smith K. *The Reversal Theory: Motivation, Emotion, and Personality*. London : Academic Press, 1985. 312 p.
11. Apter M.J. Reversal theory and personality : A review. *Journal of Research in Personality*. 1984. № 18. P. 265–288.
12. Beck U. From Industrial Society to the Risk Society. *Theory, Culture and Society*. 1992. № 9 (1). P. 97–123.
13. Becker M.H. The health belief model and personal health behavior. *Health Education Monographs*. 1974. № 2 P. 324–508.
14. Burkhardt F. *Strategies for Risky and Non-Risky Behavior: Theoretical Foundations and Practical Applications*. Berlin : Springer, 1990. 284 p.
15. Fischhoff B. Fault trees: sensitivity of estimated failure probabilities to problem representation. *Journal of Experimental Psychology*. 1978. № 4.
16. Machluf K., Bjorklund D.F. The importance of evolutionary perspectives in understanding risk-taking behavior: Insights from cognitive and social development. *Developmental Review*. 2015. № 38. P. 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2015.07.001>.
17. Starr C. Risks of Risk Decisions. *Science*, 1980. P. 208.
18. Susca P.T. Using processes to prevent and predict risk. *Professional Safety*. 2018. № 63 (8). P. 18–21.
19. Von Neumann J., Morgenstern O. *Theory of games and economic behavior*. Sixtieth-Anniversary Edition. Princeton University Press, 2004. URL: https://www.academia.edu/download/57711552/John_von_Neumann_and_Oskar_Morgenstern_T.pdf (дата звернення: 30.01.2025).
20. Wilde G.J.S. *The Theory of Risk Homeostasis: Implications for Safety and Risk Regulation*. New York : Springer, 1982. 256 p.
21. Wilde G.J.S. Risk Homeostasis Theory and Traffic Accidents: Propositions, Deductions and Discussion of Recent Commentaries. *Ergonomics*. 2011. № 31. P. 441–468.

REFERENCES:

1. Aleksienko, T., & Kushnarova, S. (2013). *Ryzykova povedinka [Risky Behavior]*. Vinnytsia: TOV "Firma "Planer"" [in Ukrainian].
2. Baeva, K.O., & Kryazh, I.V. (2019). Ekolohichna senzytyvnist ta spryiniaty kontrol yak chynnyky bio-orientovanoi aktyvnosti osobystosti [Ecological Sensitivity and Perceived Control as Factors of Bio-Oriented Personality Activity]. *Aktualni problemy psykholohii Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuks NAPN Ukrainy, T. 7. Ekolohichna psykholohiia – Actual Problems of Psychology. H.S. Kostiuks Institute of Psychology, Ecological Psychology, Vol. 7, 7 (47)*, 35–46. URL: https://lib.iitta.gov.ua/717673/1/Aktual_prob_l_psychol_Vol_7_Issue_47.pdf.
3. Vovkohon, O., & Lysenko, O. (2008). Rozvytok zhyttievkykh navychok yak faktor poperedzhennia ryzykova povedinka pidlitkiv [Life Skills Development as a Factor in Preventing Risky Adolescent Behavior]. *Sotsialna robota i okhorona zdorovia – Social Work and Health Care*, (32), 3–10. URL: <http://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/14412>.

4. Vitlinskyi, V.V. (2000). Analiz, modeliuvannya ta upravlinnia ekonomichnymy ryzykamy [Analysis, Modeling, and Management of Economic Risks]. Kyiv: KNEU [in Ukrainian].
5. Kravtsova, O.K. (2019). Stressostyikist osobystosti yak psykhologichnyi fenomen: osnovni teoretychni pidkhody [Personality Stress Resistance as a Psychological Phenomenon: Main Theoretical Approaches]. *Visnyk Pisladyplomnoi Osvity. Seriya: Sotsialni ta Povedinkovi Nauky – Bulletin of Postgraduate Education. Series: Social and Behavioral Sciences*, (7), 98–117 [in Ukrainian].
6. Makarevych, O.P. (2001). Psykholohiia rehuliatcii povedinky osobystosti u skladnykh sytuatsiakh [Psychology of Personality Behavior Regulation in Complex Situations]. Kyiv: Oriiany [in Ukrainian].
7. Markova, M.V. (2019). Poststresova psykhologichna dezadaptatsiia: zakonimirosti rozvytku i spetsyfika klinichnykh proiaviv dezadaptatyvnykh staniv u okremykh hrup naselennia [Post-Stress Psychological Maladaptation: Development Patterns and Clinical Features of Maladaptive States in Specific Groups]. Kharkiv: Drukarnia “Madryd” [in Ukrainian].
8. Tsiuman, T., & Nahula, O. (2021). Psykhologichna formula bezpeky yak kontseptualna osnova formuvannia navychok bezpechnoi povedinky osobystosti [The Psychological Formula of Safety as a Conceptual Basis for Forming Safe Behavior Skills of the Individual]. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka. Psykholohiia. Pedahohika – Pedagogical Education: Theory and Practice. Psychology. Pedagogy*, (35) (1), 94–100. <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2021> [in Ukrainian].
9. Chepurko, H., Klymenko, O., Pryvalov, Yu., & Trofymenko, O. (2023). Povedinkovi stratehii naselennia v umovakh poshyrennia sotsialno nebezpechnykh khvorob [Behavioral Strategies of the Population Amid the Spread of Socially Dangerous Diseases]. Kyiv: Instytut sotsiologii NAN Ukrainy [in Ukrainian].
10. Apter, M.J., & Smith, K. (1985). *The Reversal Theory: Motivation, Emotion, and Personality*. London: Academic Press.
11. Apter, M.J. (1984). Reversal theory and personality: A review. *Journal of Research in Personality*, 18, 265–288.
12. Beck, U. (1992). From Industrial Society to the Risk Society. *Theory, Culture and Society*, 9 (1), 97–123.
13. Becker, M.H. (1974). The health belief model and personal health behavior. *Health Education Monographs*, 2, 324–508.
14. Burkhardt, F. (1990). *Strategies for Risky and Non-Risky Behavior: Theoretical Foundations and Practical Applications*. Berlin: Springer.
15. Fischhoff, B. (1978). Fault trees: Sensitivity of estimated failure probabilities to problem representation. *Journal of Experimental Psychology*, 4.
16. Machluf, K., & Bjorklund, D.F. (2015). The importance of evolutionary perspectives in understanding risk-taking behavior: Insights from cognitive and social development. *Developmental Review*, 38, 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2015.07.001>.
17. Starr, C. (1980). Risks of Risk Decisions. *Science*, 208.
18. Susca, P. T. (2018). Using processes to prevent and predict risk. *Professional Safety*, 63 (8), 18–21.
19. Von Neumann, J., & Morgenstern, O. (2004). *Theory of Games and Economic Behavior*. Sixtieth-Anniversary Edition. Princeton: Princeton University Press. URL: https://www.academia.edu/download/57711552/John_von_Neumann_and_Oskar_Morgenstern_T.pdf.
20. Wilde, G.J.S. (1982). *The Theory of Risk Homeostasis: Implications for Safety and Risk Regulation*. New York: Springer.
21. Wilde, G.J.S. (2011). Risk Homeostasis Theory and Traffic Accidents: Propositions, Deductions and Discussion of Recent Commentaries. *Ergonomics*, 31, 441–468.

Стаття надійшла до редакції 31.01.2025
The article was received 31 January 2025



СЕКЦІЯ 5. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.942.5-021.464-047.44:355.01-056.265
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-8>

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПОРАНЕНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: РЕЗУЛЬТАТИ САМООЦІНЮВАННЯ

Гуляс Інеса Антонівна,
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри практичної психології

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

inehulias@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0002-4960-4011>

Мета статті – емпірично дослідити особливості самооцінювання психічного здоров'я поранених військовослужбовців. **Методи.** Теоретичні – аналіз і узагальнення літератури з порушеної проблеми, а також систематизація і класифікація, зокрема групування результатів самооцінювання за визначеними критеріями. Емпіричні – метод письмового опитування, зокрема анкетування. Анкета містить 25 тверджень, об'єднаних у п'ять блоків: 1) «емоційний стан»; 2) «стрес і напруга»; 3) «фізичні прояви»; 4) «соціальна взаємодія»; 5) «когнітивні функції та самоконтроль». Математично-статистичні – обчислення відсотків. **Результати.** Виявлено, що більша частка досліджуваних (58,3%) продемонстрували високий рівень самооцінки психічного здоров'я. У контексті вираження його складників, зокрема: 1) компонента «емоційний стан», констатовано, що більшість опитаних (75%) перебувають у стані середнього рівня емоційного напруження; 2) «стрес і напруга» – 83,4% респондентів продемонстрували помірні прояви стресу; 3) у контексті «фізичних проявів стресу», 91,7% мають помірно виражені симптоми, які впливають на їхній фізичний стан, однак не критично погіршують функціонування; 4) середній рівень «соціальної взаємодії» у 91,7% опитаних, який свідчить про помірну соціальну активність і взаємодію з оточенням; 5) середній рівень (58,3% опитаних) проявляється у відносно збереженій когнітивній діяльності, проте можуть спостерігатися труднощі в концентрації уваги, сповільненість у хваленні рішень і зниження гнучкості мислення. **Висновки.** Резюмуючи результати проведеного опитування, висновуємо про необхідність: 1) надання цільової психологічної підтримки, особливо для військових із високим і низьким рівнем емоційного стану; 2) проведення системної реабілітаційної роботи для запобігання розвитку хронічного стресу або посттравматичних розладів; 3) проведення заходів соціальної підтримки та психологічної реабілітації, спрямованих на підвищення рівня соціальної інтеграції поранених військових; 4) застосування диференційованого підходу до реабілітації та психологічної підтримки поранених військових.

Ключові слова: психічне здоров'я, емоційний стан, стрес і напруга, фізичні прояви стресу, соціальна взаємодія, когнітивні функції та самоконтроль, самооцінювання, поранені військовослужбовці.

MENTAL HEALTH OF WOUNDED MILITARY SERVANTS: SELF-ASSESSMENT RESULTS

Hulias Inesa Antonivna,

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor of the Department of Practical Psychology

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

inehulias@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0002-4960-4011>

The **purpose** of the article is to empirically investigate the features of self-assessment of mental health of wounded military personnel. **Methods.** Theoretical – analysis and generalization of literature on the problem raised, as well as systematization and classification, in particular grouping of self-assessment results according to certain criteria. Empirical – method of written survey, in particular questionnaire. The questionnaire contains 25 statements, combined into five blocks: 1) “emotional state”; 2) “stress and tension”; 3) “physical manifestations”; 4) “social interaction”; 5) “cognitive functions and self-control”. Mathematical and statistical – calculation of percentages. **Results.** It was found that a larger proportion of the respondents – 58,3% demonstrated a high level of self-esteem of mental health. In the context of the expression of its components, in particular: 1) the component “emotional state” it was stated that the vast majority of respondents (75%)

are in a state of medium emotional stress; 2) “stress and tension” – 83,4% of respondents demonstrated moderate manifestations of stress; 3) in the context of “physical manifestations of stress” 91,7% – have moderately pronounced symptoms that affect their physical condition, but do not critically impair functioning; 4) the average level of “social interaction” belongs to 91,7% of the respondents, which indicates moderate social activity and interaction with others; 5) the average level (58,3% of the respondents) – is manifested in relatively preserved cognitive activity, however, difficulties in concentrating, slowness in decision-making and reduced flexibility of thinking may be observed. **Conclusions.** Summarizing the results of the survey, we conclude that it is necessary to: 1) provide targeted psychological support, especially for soldiers with high and low levels of emotional state; 2) conduct systematic rehabilitation work to prevent the development of chronic stress or post-traumatic disorders; 3) conduct social support and psychological rehabilitation measures aimed at increasing the level of social integration of wounded soldiers; 4) apply a differentiated approach to rehabilitation and psychological support for wounded soldiers.

Key words: *mental health, emotional state, stress and tension, physical manifestations of stress, social interaction, cognitive functions and self-control, self-esteem, wounded military personnel.*

Вступ. Актуальність дослідження пропонуваної наукової розвідки можна окреслити низкою провідних чинників, серед яких: 1) щоденне зростання кількості поранених військових (у зв'язку з активними бойовими діями досить багато військовослужбовців зазнають поранень, які не лише впливають на їхнє фізичне здоров'я, а й зумовлюють серйозні психологічні наслідки); 2) психологічні наслідки бойових поранень (поранені військові можуть страждати на посттравматичний стресовий розлад (далі – ПТСР), тривожні розлади, депресію, втрату мотивації до життя і соціальної адаптації); 3) суб'єктивна оцінка як важливий інструмент діагностики (самооцінювання психічного стану уможлиблює виявлення прихованих психологічних проблем, розуміння рівня усвідомленості військових щодо свого ментального здоров'я, розроблення ефективних індивідуальних і групових програм реабілітації); 4) брак досліджень у цій сфері (попри значну кількість публікацій у контексті психічного здоров'я військових, саме аспект самооцінювання поранених солдатів потребує детальнішого вивчення); 5) неабияк практична значущість для реабілітації (результати дослідження можуть допомогти медичним і психологічним службам покращити підходи до реабілітації, розробити програми підтримки, орієнтовані на суб'єктивне сприйняття військових, поліпшити соціальну інтеграцію ветеранів після поранення). Загалом, аносоване дослідження сприятиме глибшому розумінню внутрішнього стану поранених військових, вчасному виявленню проблеми й ефективній реабілітації.

Теоретичне обґрунтування проблеми. Самооцінювання психічного здоров'я поранених військовослужбовців є досить важливим аспектом їхньої реабілітації та повернення до активного життя. Дослідження в означеній царині сфокусовані на вивченні психологічних станів, методів самодіагностики й ефективних підходів до відновлення. На цьому й дотичному до нього контекстах свою увагу зосереджують вітчизняні вчені психологічної науки.

Так, у статті Н. Коструби представлено теоретичний огляд досліджень психічного здоров'я військовослужбовців і основних ризиків, які можуть призвести до погіршення ментального благополуччя (Коструба, 2023).

У публікації С. Чижевського розглянуто концепцію створення багаторівневої системи психологічного відновлення, яка охоплює методи самодопомоги та самооцінювання психічного здоров'я, що уможлиблює відстеження військовослужбовцями свого психологічного стану та вчасне звернення по допомогу (Чижевський, 2023).

Монографію О. Блінова присвячено дослідженню психологічних проблем бойової психічної травми. Описано психічні реакції та розлади, зумовлені бойовими діями. Проаналізовано питання психогенних втрат у підрозділах і наведено алгоритм здійснення їх практичних розрахунків. Окреслено етапи організації та проведення психологічної реабілітації військовослужбовців (Блінов, 2019).

У роботі науковців С. Ганаби, С. Бурбели зосереджено увагу на дослідженні копінг-стратегій, що превалюють, захисників, які проходять реінтеграцію в суспільство (Ганаба, Бурбела, 2024), що має, на нашу думку, досить тісний зв'язок з їхнім психічним здоров'ям, оскільки способи подолання стресу й адаптації значною мірою впливають на рівень психологічного благополуччя. Процес реінтеграції після участі в бойових діях є складним з огляду на те, що потребує переосмислення ідентичності, повернення до мирного способу життя та соціальної взаємодії. Тому вибір ефективних копінг-стратегій сприяє більш гармонійній адаптації.

Результатом напрацювань згаданої вище дослідниці Н. Коструби стало представлення підсумків адаптації української версії опитувальника, який дозволяє оцінити такі аспекти психічного здоров'я: знання про психічні розлади, поширені міфи та стереотипи, навички звернення по допомогу і надання першої підтримки, стратегії самодопомоги, а також загальний рівень обізнаності в цій сфері. Його



адаптацію здійснено згідно зі стандартними процедурами перекладу та валідації психодіагностичних методик, що охоплювало переклад з англійської мови, оцінювання ретестової надійності, а також надійності паралельних форм і внутрішньої узгодженості (Коструба, 2024).

Посібник під назвою «Путівник у сфері ментального здоров'я військовослужбовців в умовах війни» (автори-упорядники О. Кухарук, М. Сириця) містить сучасні наукові напрацювання, методичні матеріали для діагностики психічних станів, проведення психологічної роботи, профілактики психотравматизації, практикум із групової психокорекції та низку джерел інформації щодо методів самодопомоги, а також техніки самооцінювання психічного стану. Означене видання сприяє підвищенню рівня обізнаності військових про власне психічне здоров'я і надає інструменти для його підтримки (Путівник, 2023).

Окреслений формат праць доповнює доробок закордонних учених. Зокрема, представлено дослідження співчуття до себе (самоспівчуття) військових ветеранів як чинник захисту від негативних наслідків для здоров'я. На переконання колективу авторів, співчуття до себе виконує захисну функцію, сприяє позитивним результатам, особливо щодо симптомів, пов'язаних із травмою, і конструктивно впливає на психічне та фізичне здоров'я ветеранів (Steen et al., 2021).

Проаналізовано характеристики пацієнтів, пов'язані з високим рівнем стресу перед отриманням психосоціальної підтримки, та чинники, які сприяють покращенню, після неї. Це підкреслює важливість індивідуального підходу до оцінювання та підтримки психічного здоров'я поранених військових (Andersen, Rossi & Sarr, 2022).

Досліджено бар'єри, з якими стикаються солдати в разі звернення по допомогу. Солдати з ризиком для психічного здоров'я повідомляли про значно більшу очікувану стигму, організаційні бар'єри, схильність до самостійного вирішення проблем і негативне ставлення до отримання допомоги. Означені чинники можуть впливати на їхню самооцінку та рішення щодо звернення за підтримкою (Sipos et al., 2020).

Описано випадок використання пристрою для самостійного відстеження симптомів посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у ветерана. Результати свідчать про те, що застосування таких технологій може надавати цінну інформацію для терапевтичного процесу та допомагати у виявленні деталей, які інакше були б недоступні під час клінічного оцінювання (Larsen, Eskelund & Christiansen, 2017).

Отже, короткий огляд праць окресленого формату свідчить про їхню полівекторність

і підтверджує дефіцит уваги науковців у проведенні емпіричних досліджень означеного феномену.

Звідси випливає **мета** статті – емпірично дослідити особливості самооцінювання психічного здоров'я поранених військовослужбовців. У цьому зв'язку окреслимо ключові завдання пропонованої наукової розвідки: 1) розробити анкету на дослідження самооцінки психічного здоров'я поранених військовослужбовців; 2) виявити і проаналізувати особливості самооцінювання психічного здоров'я поранених військовослужбовців.

Методологія та методи. З огляду на мету й завдання дослідження використано низку методів:

1) *Теоретичних* – аналіз і узагальнення літератури з порушеної проблеми, а також систематизація і класифікація, зокрема групування результатів самооцінювання за окремими критеріями.

2) *Емпіричних* – анкетування, реалізоване шляхом письмового опитування. З метою діагностики самооцінювання психічного здоров'я розроблено авторську анкету, яка складалась із 25 тверджень, об'єднаних у п'ять блоків: 1) «емоційний стан» (містить твердження: «Я відчуваю втому або брак енергії без видимих причин», «Я легко дратуюсь або втрачаю терпіння», «У мене бувають різкі перепади настрою», «Я часто відчуваю тривогу або занепокоєння», «Я відчуваю сум, самотність або безнадійність»); 2) «стрес і напруга» (охоплює такі твердження: «Мені складно розслабитися навіть у вільний час», «Я маю труднощі зі сном (проблеми із засинанням або часті пробудження)», «Я відчуваю надмірний тиск через роботу або обов'язки», «Я часто думаю про свої проблеми або турбуюся про майбутнє», «Мені важко впоратися зі стресовими ситуаціями»); 3) «фізичні прояви» (складається із тверджень: «Я помічаю напруження в тілі (болі у м'язах, головний біль тощо)», «У мене часто виникає відчуття втоми після звичайних справ», «Я спостерігаю зміни у своєму апетиті (зменшення або надмірне вживання їжі)», «Я відчуваю пришвидшене серцебиття або утруднене дихання без фізичних причин», «Я часто відчуваю запаморочення або слабкість»); 4) «соціальна взаємодія» (містить твердження: «Я уникаю спілкування із друзями чи сім'єю», «Мені складно підтримувати розмову або проявляти інтерес до інших», «Я відчуваю, що інші не розуміють мого стану», «Я часто відчуваю себе ізольованим від навколишніх», «Мені важко отримувати задоволення від соціальної взаємодії»); 5) «когнітивні функції та самоконтроль» (структурними складниками цього блоку є твердження: «Мені складно зосередитися на завданнях чи завершувати їх», «Я часто забуваю про важ-

ливі справи або відчуваю неухважність», «Мені важко контролювати свої емоційні реакції», «Я відкладаю важливі справи через брак мотивації», «Я відчуваю, що моє життя позбавлене сенсу або напрямку»).

Інструкцію досліджуваному було сформульовано так: «Оцініть за п'ятибальною шкалою (де 1 – «ніколи», 2 – «рідко», 3 – «іноді», 4 – «часто», 5 – «завжди»), наскільки кожне твердження відповідає Вашому стану здоров'я за останні 2 тижні».

Обробка й інтерпретація результатів. З огляду на те, що кожна відповідь в анкеті оцінюється від 1 до 5 балів, самооцінка психічного стану дорівнює сумі балів, отриманих за всі твердження. Згодом цей результат співвідноситься з наведеними рівнями:

– 25–50 балів – психічний стан досліджуваного є стабільним, однак наявні деякі труднощі, які варто відстежувати;

– 51–75 балів – опитаний переживає помірний рівень стресу або емоційних труднощів;

– 76–100 балів – психічний стан респондента свідчить про високий рівень стресу або емоційне виснаження;

– 101–125 балів – в опитаного можливі значні психічні труднощі.

3. *Математично-статистичних* – обчислення відсотків.

Презентацію отриманих результатів здійснено на базі пакету програми «Microsoft Office Excel 2016».

У дослідженні самооцінки психічного здоров'я взяли участь 36 військових віком 21–54 роки, які внаслідок бойових дій зазнали осколкових поранень опорно-рухового апарату, зокрема верхніх і нижніх кінцівок, втратили нижню або верхню кінцівку, мають черепно-мозкові травми, контузії. Емпірич-

ною базою дослідження слугував державний заклад Комунальна медична установа «Міська клінічна лікарня № 3» Чернівецької міської ради, відділення медичної реабілітації. Опитування проводили впродовж двох тижнів (із 6 січня по 20 січня 2025 р.).

Результати та дискусії. Зауважмо, що самооцінка психічного здоров'я поранених військових може характеризуватись різними рівнями, які відображають їхнє суб'єктивне сприйняття свого емоційного стану, стресостійкості та здатності адаптуватися до життєвих обставин після поранення (рис. 1).

Отже, більша частка досліджуваних (58,3%) продемонстрували високий рівень самооцінки психічного здоров'я. Ця група військових сприймає своє психічне здоров'я як стійке та задовільне. Вони демонструють високу адаптивність до змін, ефективно справляються зі стресом і зберігають оптимістичний настрій. У них зазвичай простежується висока мотивація до реабілітації, соціальної взаємодії та професійної діяльності після поранення.

Натомість 41,7% опитаним властивий помірний рівень самооцінки психічного здоров'я. Означена група військових оцінюють свій психічний стан як загалом задовільний, проте відзначають наявність деяких труднощів, зокрема вказують на підвищений рівень тривожності, епізодичні порушення сну, зниження настрою або труднощі в соціальній адаптації. Вони можуть переживати психологічний дискомфорт, однак здатні контролювати свої емоції та підтримувати відносну стабільність у поведінці.

Розглянемо детальніше рівні прояву складників психічного здоров'я. Розпочнімо з компонента «емоційний стан» (рис. 2).

Результати дослідження емоційного стану опитаних свідчать про те, що більшість із

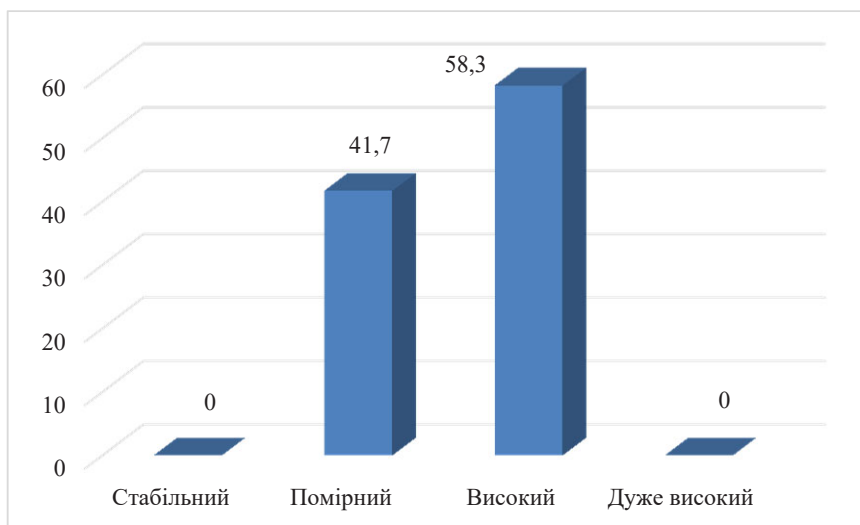


Рис. 1. Рівні самооцінки психічного здоров'я досліджуваних (у %)

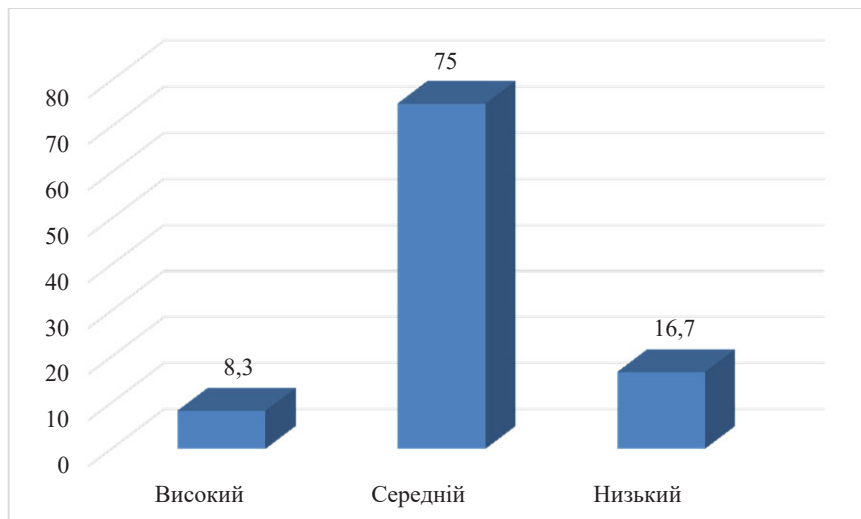


Рис. 2. Відображення рівнів емоційного стану поранених військових (у %)

них (75 %) перебувають у стані середнього рівня емоційного напруження, що є типовим для адаптаційного періоду після поранення, який характеризується коливаннями настрою, помірним стресом і поступовою стабілізацією психоемоційного стану. 16,7% респондентів мають низький рівень, що може свідчити про емоційне виснаження, апатію або навіть ознаки депресивного стану. 8,3% досліджуваних продемонстрували високий рівень емоційного стану, що може проявлятися як значне емоційне напруження, тривожність або підвищена психоемоційна активність.

Складник «стрес і напруга» набув такого вираження (рис. 3).

Основна частка опитаних військових (83,4%) продемонстрували помірні прояви стресу, які можуть бути пов'язані з пережи-

тими бойовими діями, пораненням і процесом реабілітації. Розглядуваний рівень стресу є типовим для військових, які пережили складні ситуації, але за умов належної психологічної підтримки більшість із них зможуть адаптуватися до мирного життя.

8,3% респондентів зазнають значної психологічної напруги, яка може супроводжуватися вираженими симптомами стресу, як-от тривожність, депресивні стани, порушення сну й адаптаційні труднощі. Це свідчить про необхідність надання цілеспрямованої психологічної допомоги та підтримки.

Аналогічний відсоток досліджуваних (8,3%) мають низький рівень стресу і напруги. Їх вирізняють мінімальні ознаки стресу, що свідчить про їхню високу стресостійкість або ефективні механізми подолання психологічного навантаження.

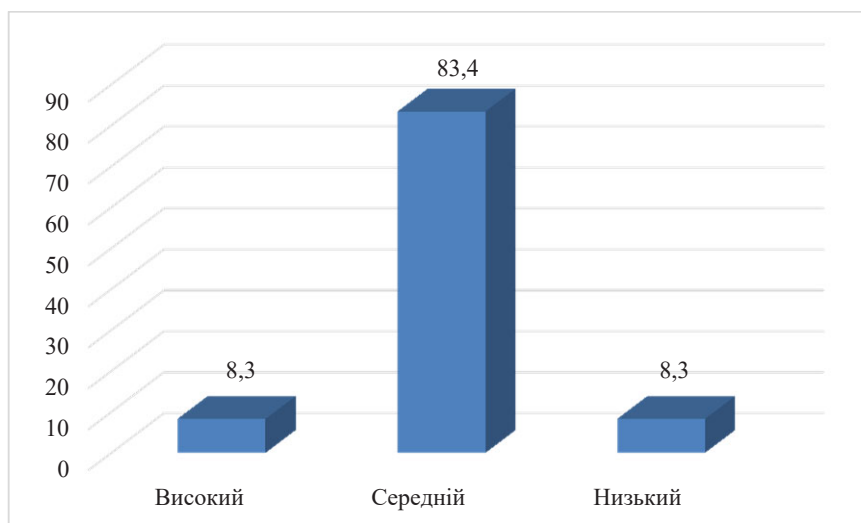


Рис. 3. Рівні вираження стресу та напруги поранених військових (у %)

Особливості вираження компонента «фізичні прояву стресу» представлено на рис. 4.

Отже, як видно з рисунка, 91,7% опитаних мають помірно виражені симптоми, які впливають на їхній фізичний стан, однак не критично погіршують функціонування. Низку таких ознак становлять: виражена м'язова напруга, тремор; періодичний головний біль або запаморочення; пришвидшене серцебиття, підвищений тиск; порушення сну (безсоння або часті пробудження); втома, зниження енергії; проблеми з апетитом (зниження чи, навпаки, надмірне його вираження).

8,3% респондентів зазнають мінімальних фізичних проявів стресу, які можуть охоплювати легку напругу у м'язах, незначну втому, поодинокі випадки головного болю, незначні порушення сну.

Високого рівня фізичних проявів стресу, тобто таких, які суттєво погіршують стан, у досліджуваних не виявлено.

Складник «соціальна взаємодія» має такі ж особливості вираження, як і попередній (рис. 5).

Як ілюструє рисунок, лівова частка вираження соціальної взаємодії припадає на представників із середнім рівнем (91,7%), який свідчить про помірну соціальну активність і взаємодію з навколишніми. Такі військовослужбовці демонструють здатність до комунікації, підтримки соціальних зв'язків, однак можуть відчувати деякі труднощі в установленні нових контактів або підтриманні глибоких міжособистісних взаємин. Їхня взаємодія вирізняється вибірковістю, залежить від рівня довіри до інших і особистих обставин.

Низький рівень (8,3%) – характерний для меншої частки поранених військових і вказує

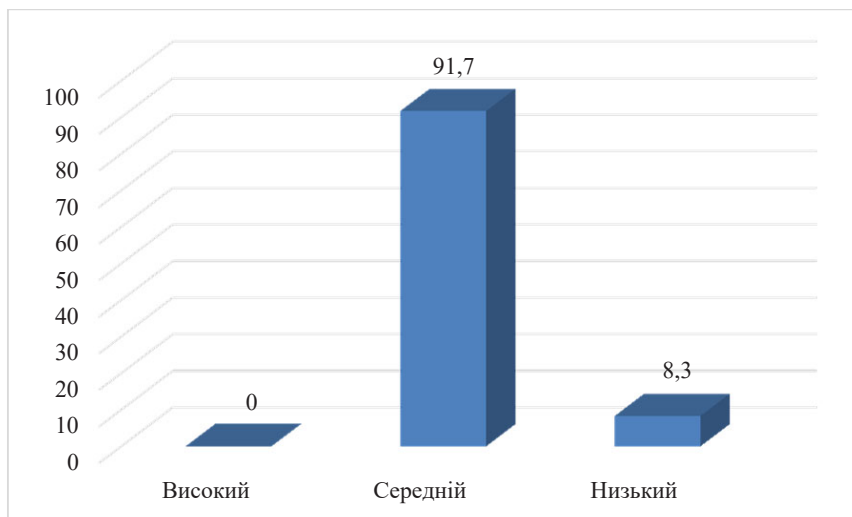


Рис. 4. Рівні вираження фізичних проявів стресу поранених військових (у %)

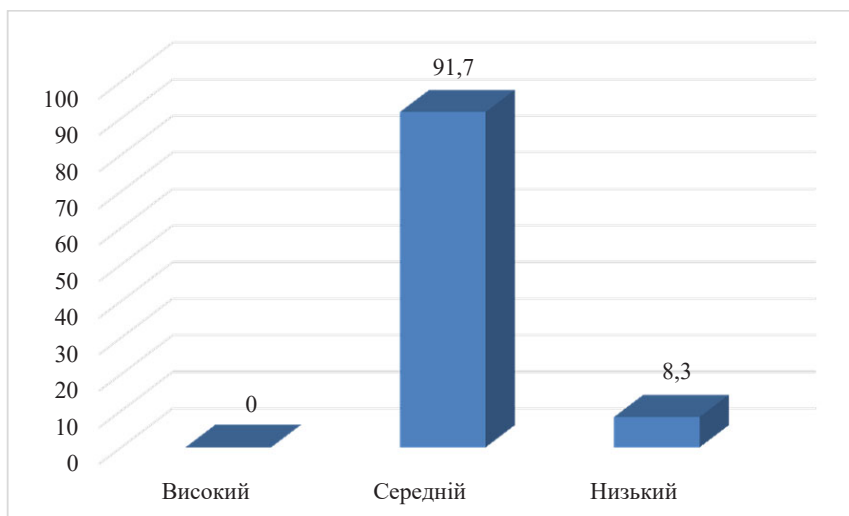


Рис. 5. Рівні вираження соціальної взаємодії поранених військових (у %)



на значні труднощі в соціальній взаємодії. Вони можуть уникати спілкування, відчувати емоційну дистанцію або ізолюваність, мати знижену потребу в соціальних контактах або обмежене коло спілкування. Причинами цього можуть бути фізичні чи психологічні травми, зокрема посттравматичний стресовий розлад, депресія або соціальна тривожність.

Відсутність осіб із високим рівнем соціальної взаємодії свідчить про те, що жоден із досліджуваних військових не демонструє яскраво вираженої відкритості до комунікації, активної соціальної ініціативності чи широкого спектра соціальних зв'язків. Це може бути пов'язано із загальним впливом бойового досвіду, поранень і реабілітаційного періоду, які змінюють поведінкові та комунікативні стратегії військових.

Особливості вираження компонента «когнітивні функції, самоконтроль» представлено на рис. 6.

Згідно з рисунком, середній рівень (58,3% опитаних) проявляється у відносно збереженій когнітивній діяльності, проте можуть спостерігатися труднощі в концентрації уваги, сповільненість в ухваленні рішень і зниження гнучкості мислення. Самоконтроль залишається на задовільному рівні, однак за стресових умов можливі періодичні імпульсивні реакції або нестійкість емоційного стану.

Високий рівень (25% респондентів) характеризується збереженою здатністю до концентрації уваги, логічного мислення, планування і контролю власних дій. Військовослужбовці, яким притаманний цей рівень, демонструють високу стресостійкість, здатність ефективно адаптуватися до нових умов, ухвалювати рішення у складних ситуаціях і регулювати емоційний стан.

Низький рівень (16,7% досліджуваних) супроводжується вираженими труднощами в когні-

тивній діяльності, що може зумовлювати погіршення пам'яті, труднощі у сприйнятті й обробці інформації, знижену здатність до планування і контролю поведінки. Військові з таким рівнем часто мають проблеми з емоційною регуляцією, що може проявлятися підвищеною дратівливістю, тривожністю або навіть апатією.

Висновки. За результатами емпіричного дослідження можна висновувати, що: 1) загалом, у плані самооцінювання психічного здоров'я, отримані дані свідчать про відносно високий рівень психологічної стійкості поранених військових, що може бути результатом їхнього особистісного ресурсу, підтримки з боку побратимів, сім'ї та спеціалізованих програм психологічної допомоги; 2) за компонентом «емоційний стан», окреслені результати свідчать про необхідність надання цільової психологічної підтримки, особливо для військових із високим і низьким рівнем емоційного стану з метою сприяння їхній ефективній реабілітації та адаптації; 3) у контексті складника «стрес і напруга», значна частина поранених військових перебуває у стані середньої психологічної напруги, що вказує на необхідність проведення системної реабілітаційної роботи для запобігання розвитку хронічного стресу або посттравматичних розладів; 4) у розрізі компонента «фізичні прояви стресу», майже 92% респондентів демонструють їх середній рівень, що вказує на значний вплив стресу на організм поранених військових, однак без критичних ускладнень; 5) за елементом «соціальна взаємодія», виявлені результати можуть свідчити про необхідність проведення заходів соціальної підтримки та психологічної реабілітації, спрямованих на підвищення рівня соціальної інтеграції поранених військових; 6) згідно із частиною «когнітивні функції та самоконтроль», виявлений розподіл їхніх рівнів вказує на необхідність

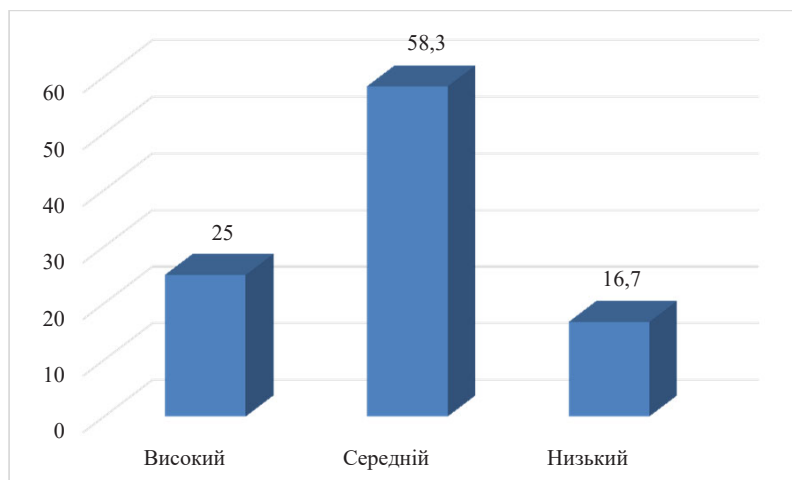


Рис. 6. Рівні вираження когнітивних функцій, самоконтролю поранених військових (у %)

застосування диференційованого підходу до реабілітації та психологічної підтримки поранених військових, з урахуванням їхніх особливостей адаптаційних можливостей. *Перспективи* подальших наукових розвідок убачаємо

в дослідженні відмінностей у самооцінюванні психічного здоров'я між військовослужбовцями, які зазнали поранень, і тими, хто не отримував фізичних травм, але мав інтенсивний бойовий досвід.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О. Психологія бойової психічної травми : монографія. Київ : Талком, 2019. 699 с.
2. Ганаба С., Бурбела С. Домінантні копінг-стратегії учасників бойових дій, які повернулися до реалій мирного життя. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2024. № 2. С. 34–40.
3. Коструба Н. Психічне здоров'я військовослужбовців. *Психологічні перспективи*. 2023. Вип. 41. С. 120–132.
4. Коструба Н. Опитувальник «Грамотність щодо психічного здоров'я»: опис, адаптація, застосування. *Психологічні перспективи*. 2024. Вип. 44. С. 64–79.
5. Путівник у сфері ментального здоров'я військовослужбовців в умовах війни / авт.-упорядн. : О. Кухарук, М. Сириця. Київ : Центр реадптації та реабілітації «ЯРМІЗ», 2023.
6. Чижевський С. Особливості психологічного відновлення військовослужбовців в умовах повномасштабного російського вторгнення : наукова доповідь на методологічному семінарі «Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час», 16 листопада 2023 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. № 5 (2). С. 1–5.
7. Andersen I., Rossi R., Sarr I. Mental health and psychosocial support for the war-wounded: A retrospective cohort study. *PLOS ONE*. 2022. № 17 (5). P. e0268737. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268737>.
8. Larsen J.E., Eskelund K., Christiansen T.B. Active self-tracking of subjective experience with a one-button wearable: A case study in military PTSD. *Proceedings of the 2017 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. 2017. P. 4095–4101. <https://doi.org/10.1145/3025453.3025803>.
9. Sipos M.L., Kim, P.Y., Thomas S.J., Adler A.B. Mental Health Service Utilization and Perceived Barriers to Receiving Care in Deployed Soldiers. *Military Medicine*. 2020. № 185 (5–6). P. e625–e633. <https://doi.org/10.1093/milmed/usaa019>.
10. Steen M.P., Di Lemma L., Finnegan A., Wepa D., McGhee S. Self-Compassion and Veteran's Health: A Scoping Review. *Journal of Veterans Studies*. 2021. № 7 (1). P. 86–130. <https://doi.org/10.21061/jvs.v7i1.219>.

REFERENCES:

1. Blinov, O.A. (2019). *Psykhohihiya boyovoyi psykhichnoyi travmy [Psychology of combat mental trauma]*. Kyiv: Talkom [in Ukrainian].
2. Hanaba, S.O., & Burbela, S.V. (2024). Dominantni kopinh-strategiyi uchasnykiv boyovykh diy, yaki povernulysya do realiy myrnoho zhyttya [Dominant coping strategies of combatants who returned to the realities of peaceful life]. *Naukovyy visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya "Psykhologichni nauky" – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series "Psychological Sciences"*, 2, 34–40 [in Ukrainian].
3. Kostruba, N. (2023). Psykhichne zdorov'ya viys'kovosluzhbovtsiv [Mental health of military personnel]. *Psykhologichni perspektivy – Psychological perspectives*, 41, 120–132 [in Ukrainian].
4. Kostruba, N. (2024). Opytuval'nyk "Hramotnosti shchodo psykhichnoho zdorov'ya": opys, adaptatsiya, zastosuvannya [Mental Health Literacy Questionnaire: Description, Adaptation, Application]. *Psykhologichni perspektivy – Psychological perspectives*, 44, 64–79 [in Ukrainian].
5. Kukharuk, O. (Eds.). (2023). *Putivnyk u sferi mental'noho zdorov'ya viys'kovosluzhbovtsiv v umovakh viyny [Guide to the mental health of military personnel in wartime]*. Kyiv: Tsentr readaptatsiyi ta reabilitatsiyi "YARMIZ" [in Ukrainian].
6. Chyzhevs'kyi, S.O. (2023). Osoblyvosti psykhologichnoho vidnovlennya viys'kovosluzhbovtsiv v umovakh povnomasshtabnoho rosiys'koho vtorhnennya: Naukova dopovid' na metodolohichnomu seminaru "Aktual'ni problemy okhorony psykhichnoho zdorov'ya ukrayins'koho narodu u voyenny i povoyenny chas", 16 lystopada, 2023 r. [Peculiarities of psychological recovery of military personnel in conditions of a full-scale Russian invasion: Scientific report at the methodological seminar "Actual problems of mental health protection of the Ukrainian people in wartime and post-war times", November 16, 2023]. *Visnyk Natsional'noyi akademiyi pedahohichnykh nauk Ukrayiny – Bulletin of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, 5 (2), 1–5 [in Ukrainian].
7. Andersen, I., Rossi, R., & Sarr, I. (2022). Mental health and psychosocial support for the war-wounded: A retrospective cohort study. *PLOS ONE*, 17 (5), e0268737. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268737>.
8. Larsen, J.E., Eskelund, K., & Christiansen, T.B. (2017). Active self-tracking of subjective experience with a one-button wearable: A case study in military PTSD. *Proceedings of the 2017 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 4095–4101. <https://doi.org/10.1145/3025453.3025803>.
9. Sipos, M.L., Kim, P.Y., Thomas, S.J., & Adler, A.B. (2020). Mental Health Service Utilization and Perceived Barriers to Receiving Care in Deployed Soldiers. *Military Medicine*, 185 (5–6), e625–e633. <https://doi.org/10.1093/milmed/usaa019>.
10. Steen, M.P., Di Lemma, L., Finnegan, A., Wepa, D., & McGhee, S. (2021). Self-Compassion and Veteran's Health: A Scoping Review. *Journal of Veterans Studies*, 7 (1), 86–130. <https://doi.org/10.21061/jvs.v7i1.219>.

Наукове видання

**НАУКОВИЙ ВІСНИК
ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Збірник наукових праць

Серія ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

Випуск 1

Коректура • *Н. С. Ігнатова*

Підписано до друку: 01.04.2025.

Формат 60×84/8. Агіал.

Папір офсет. Цифровий друк. Ум.-друк. арк. 8,37.

Замов. № 0325/245. Наклад 200 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»

65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1

Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08

E-mail: mailbox@helvetica.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи

ДК № 7623 від 22.06.2022 р.

