

ISSN 2786-5134 (Print)  
ISSN 2786-5142 (Online)  
<https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4>

МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



НАУКОВІ ПРАЦІ  
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

ПСИХОЛОГІЯ

SCIENTIFIC WORKS  
OF INTERREGIONAL ACADEMY  
OF PERSONNEL MANAGEMENT

PSYCHOLOGY

Випуск 4 (65), 2024



Видавничий дім  
“Гельветика”  
2024

**Редакційна колегія**

**Раєвська Я. М.**, доктор психологічних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту психології і соціальних наук, Міжрегіональна Академія управління персоналом (головний редактор)

**Грись А. М.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, Міжрегіональна Академія управління персоналом

**Карпенко З. С.**, доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри педагогічної та вікової психології, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

**Крупельницька Л. Ф.**, доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психодіагностики та клінічної психології факультету психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

**Павлюк М. М.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, Міжрегіональна Академія управління персоналом

**Попович І. С.**, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, Херсонський державний університет

**Хміляр О. Ф.**, доктор психологічних наук, професор, начальник кафедри суспільних наук, Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського

Dr hab **Mirucka Beata**, Professor, Faculty of Education, University of Białystok (Białystok, Poland)

“Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія” включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія “Б”) на підставі Наказу МОН України від 27 вересня 2021 року № 1017 (додаток 3). Спеціальність: 053 – Психологія.

Затверджено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом (протокол № 12 від 26.12.2024)

Реєстрація суб’єкта у сфері друкованих медіа: Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1173 від 11.04.2024 року.

Мови розповсюдження: українська, англійська, польська, німецька, французька.

Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)  
Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

DOI: 10.32689/maup.psych

**Наукові праці МАУП. Психологія.** 2024. Вип. 4 (65). Київ : Міжрегіональна Академія управління персоналом, 2024. 64 с.

Публікуються статті науковців, які досліджують актуальні проблеми розвитку психології. Для науковців, викладачів, студентів та всіх, кого цікавить розвиток психологічної науки в Україні.

**ЗМІСТ**

<b>Ірина ДРОБОТЬКО</b> РОЛЬ ТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В ПРОЦЕСІ ЇХ СОЦІАЛІЗАЦІЇ В ДИТЯЧОМУ КОЛЕКТИВІ .....	5
<b>Олег ДРУЗЬ, Лариса РОДЧЕНКО, Олександр ВЕЛЬГАН, Олексій ТОЛМАЧОВ</b> ВПЛИВ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ОСОБОВОГО СКЛАДУ НА РЕЗУЛЬТАТИ БОЙОВИХ ДІЙ.....	11
<b>Олена ЗАЙЦЕВА, Антоніна ГРИСЬ</b> ОСОБЛИВОСТІ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ.....	17
<b>Лариса КАЛМИКОВА, Ірина КОБЕЦЬ</b> ПРОФЕСІЙНА ІНТЕГРАЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ ВЕТЕРАНІВ У СОЦІУМ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДОСВІД ЗАРУБІЖЖЯ.....	25
<b>Аліна КОРНЄВА</b> ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ФЕНОМЕН СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ: ПОНЯТТЯ, СТРУКТУРА, ФУНКЦІЇ.....	31
<b>Людмила ЛІСОВА</b> ОСОБЛИВОСТІ І ЗНАЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДЛЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ.....	35
<b>Ірина ТАРАСОВА, Лариса РОДЧЕНКО</b> ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ТА ВІДНОВЛЕННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ У КОНТЕКСТІ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ.....	39
<b>Тетяна ТРИАНДОФІЛОВА, Яна РАЄВСЬКА</b> КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВА ТЕРАПІЯ У БОРОТБІ З СОЦІАЛЬНОЮ ІЗОЛЯЦІЄЮ ТА ЇЇ НАСЛІДКАМИ, ВИКЛИКАНИМИ ПАНДЕМІЄЮ.....	44
<b>Володимир ФІЛОНЕНКО</b> АПЕТЕТНА АГРЕСІЯ ЯК ФОРМА ЗАДОВОЛЕННЯ НАСИЛЬНИЦЬКОЇ СХИЛЬНОСТІ ІНДИВІДА.....	49
<b>Євгеній ЧОРНОШТАН</b> ГЕНДЕРНА ДИСКРИМІНАЦІЯ ТА СОЦІАЛЬНА РОБОТА В УКРАЇНІ.....	53
<b>Вікторія ШЕВЧУК, Марина ТЕСЛЕНКО, Леся КЛЕВАКА</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ІЗ РІЗНИМИ ЦІННІСНИМИ ОРІЄНТАЦІЯМИ.....	59

## CONTENTS

<b>Iryna DROBOTKO</b> THE ROLE OF A TOLERANT ATTITUDE TOWARDS CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS IN THE PROCESS OF THEIR SOCIALIZATION IN A CHILDREN'S GROUP.....	<b>5</b>
<b>Oleh DRUZ, Larisa RODCHENKO, Oleksandr VELGAN, Oleksii TOLMACHOV</b> THE IMPACT OF THE MORAL AND PSYCHOLOGICAL CONDITION OF PERSONNEL ON COMBAT OUTCOMES.....	<b>11</b>
<b>Olena ZAITSEVA, Antonina HRYS</b> FEATURES OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS OF MEN AND WOMEN IN EXTREME SITUATIONS.....	<b>17</b>
<b>Larysa KALMYKOVA, Iryna KOBETS</b> PROFESSIONAL INTEGRATION OF MILITARY VETERANS INTO SOCIETY: PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF FOREIGN COUNTRIES.....	<b>25</b>
<b>Alina KORNIEVA</b> HAFRDINESS AS A PHENOMENON OF MODERN PSYCHOLOGY: CONCEPT, STRUCTURE, FUNCTIONS.....	<b>31</b>
<b>Lyudmila LISOVA</b> FEATURES AND SIGNIFICANCE OF EMOTIONAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN FOR SOCIAL ADAPTATION.....	<b>35</b>
<b>Iryna TARASOVA, Larisa RODCHENKO</b> PSYCHOLOGICAL SUPPORT AND RECOVERY OF VICTIMS IN THE CONTEXT OF MILITARY AGGRESSION.....	<b>39</b>
<b>Tetiana TRYANDOFILOVA, Yana RAIEVSKA</b> COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY IN THE FIGHT AGAINST SOCIAL ISOLATION AND ITS CONSEQUENCES CAUSED BY THE PANDEMIC.....	<b>44</b>
<b>Volodymyr FILONENKO</b> APPETITIVE AGGRESSION AS A FORM OF SATISFACTION OF VIOLENT OF AN INDIVIDUAL'S VIOLENT TENDENCIES.....	<b>49</b>
<b>Yevhenii CHORNOSHTAN</b> GENDER DISCRIMINATION AND SOCIAL WORK IN UKRAINE.....	<b>53</b>
<b>Victoria SHEVCHUK, Maryna TESLENKO, Lesia KLEVAKA</b> PSYCHOLOGICAL FEATURES OF COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS WITH DIFFERENT VALUE ORIENTATIONS.....	<b>59</b>

УДК 159.922.7:316.6-053.2:376

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.1>**Ірина ДРОБОТЬКО**доктор філософії, доцент, завідувач кафедри практичної психології та соціальних технологій,  
ПВНЗ «Європейський університет»

ORCID: 0000-0002-8639-1887

**РОЛЬ ТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ  
З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В ПРОЦЕСІ ЇХ СОЦІАЛІЗАЦІЇ  
В ДИТЯЧОМУ КОЛЕКТИВІ**

Стаття присвячена питанням соціалізації дітей з особливими потребами в учнівському колективі інклюзивного класу. Наголошено на важливості забезпечення рівних прав для таких дітей і створення умов, що сприяють їх соціалізації, адаптації та розвитку в колективі однолітків. Розкрито основні виклики інклюзивної освіти, серед яких формування толерантного ставлення, адаптація навчальних програм і подолання стереотипів. Проаналізовано дослідження, які акцентують увагу на ролі педагогів, необхідності раннього втручання та створення підтримуючого середовища. У статті зазначено, що педагоги повинні бути підготовлені до роботи з різними категоріями учнів, забезпечувати емоційно комфортні умови та сприяти формуванню толерантного клімату в учнівському колективі. Окремо розглянуто аспекти соціалізації дітей з ООП, роль взаємодії з батьками та важливість просвітницької роботи серед учнів і дорослих. Підкреслено необхідність додання упереджень, які часто виникають у суспільстві щодо інклюзивної освіти. Зокрема, одним із шляхів подолання упередженості щодо дітей з ООП в інклюзивному класі з боку інших учнів та їх батьків визначено саме докладання зусиль педагогів щодо створення умов для гармонійної міжособистісної взаємодії учнів. Наведено психолого-педагогічні умови, що сприяють формуванню толерантного ставлення учнів до дітей з ООП в інклюзивному середовищі. Розглянуто також практичні методи роботи з формування сприятливих умов для соціалізації дітей з ООП в учнівському колективі інклюзивного класу. Висновки статті акцентують увагу на координації зусиль усіх учасників освітнього процесу для створення підтримуючого середовища, що сприятиме успішній інтеграції дітей з ООП у суспільство. Ефективна реалізація інклюзивної освіти можлива лише за умов гармонійної взаємодії педагогів, учнів, батьків та адміністрації.

**Ключові слова:** соціалізація, дитина з особливими потребами, інклюзивна освіта, інклюзивний клас, сприятливе середовище, толерантне ставлення.

**Iryna Drobotko. THE ROLE OF A TOLERANT ATTITUDE TOWARDS  
CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS IN THE PROCESS OF THEIR  
SOCIALIZATION IN A CHILDREN'S GROUP**

The article is devoted to the issues of socialisation of children with special needs in an inclusive classroom. The author emphasises the importance of ensuring equal rights for such children and creating conditions that facilitate their socialisation, adaptation and development in the peer group. The main challenges of inclusive education are revealed, including the formation of tolerant attitudes, adaptation of curricula and overcoming stereotypes. The article analyses studies that focus on the role of teachers, the need for early intervention and the creation of a supportive environment. The article notes that teachers should be prepared to work with different categories of students, provide emotionally comfortable conditions and promote a tolerant climate in the student body. The aspects of socialisation of children with SEN, the role of interaction with parents and the importance of educational work among students and adults are considered separately. The need to overcome the prejudices that often arise in society regarding inclusive education is emphasised. In particular, one of the ways to overcome prejudice against children with SEN in an inclusive classroom by other students and their parents is to make efforts by teachers to create conditions for harmonious interpersonal interaction of students. The psychological and pedagogical conditions that will contribute to the formation of a tolerant attitude of students to children with SEN in an inclusive environment are presented. The practical methods of work on creating favourable conditions for the socialisation of children with SEN in the student group of an inclusive class are also considered. The conclusions of the article focus on the coordination of efforts of all participants in the educational process to create a supportive environment that will facilitate the successful integration of children with SEN into society. Effective implementation of inclusive education is possible only if teachers, students, parents and administrators work in harmony.

**Key words:** socialization, child with special needs, inclusive education, inclusive class, supportive environment, tolerant attitude.

**Постановка проблеми та її актуальність.** Питання інклюзивного навчання дітей з особливими потребами вимагає детального вивчення та пошуків практичних шляхів включення цих дітей в навчальний процес поряд з іншими учнями, аналізу соціально-психологічних чинників сприяння соціалізації всіх дітей в учнівському колективі.

На сучасному етапі розвитку освіти вагомого значення набуває інклюзивне навчання

дітей з особливими потребами, що передбачає визнання прав цих дітей, їх інтересів, потреб, надання допомоги в освіті, соціалізації, виборі професійної діяльності тощо. Інклюзивне навчання дітей з особливими освітніми потребами (ООП) передбачає перебування дітей з порушеннями психофізичного розвитку з типовими однолітками в інклюзивному класі закладу освіти, їх спільне навчання, розвиток та соціалізацію.

Інклюзивна освіта базується на ідеології виключення будь-якої дискримінації дітей, рівноцінного ставлення до всіх людей, створення необхідних спеціальних умов для дітей з ООП та навчання дітей сприймати всіх оточуючих людей такими, якими вони є. Тобто в ідеології інклюзивної освіти закладається дуже важливий аспект не лише роботи з дітьми з ООП, забезпечення їм належних умов для отримання освітніх, розвивальних послуг, а й створення сприятливого середовища в інклюзивному класі, навчання однолітків з типовим розвитком толерантно ставитися до дітей з ООП. Відтак, одним із важливих аспектів інклюзивного навчання дітей з ООП в школі є дітей в учнівському колективі та створення сприятливого, підтримуючого, толерантного середовища в інклюзивному класі.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Особливості навчання дітей з ООП у школі висвітлювалися у працях видатних педагогів минулого (Л. Брайль, Р. Вайс, Е. Деніелс, К. Стаффорд та ін.), які наголошували на якомога ранішому початку надання медичної та психолого-педагогічної допомоги дітям та включення їх в колектив однолітків. Необхідність забезпечення соціально-психологічних умов адаптації та соціалізації дітей з ООП в учнівському колективі розкривають О. Безпалько, А. Капська, А. Колупаєва, А. Мудрик, В. Тесленко, С. Харченко та ін.

Питання підготовки педагогів до освітньої роботи з дітьми з ООП в інклюзивних класах цікавлять В. Бондаря, А. Колупаєву, О. Таранченко, В. Синьова, Н. Чеботарьову та ін. Необхідність тісної співпраці вчителів та батьків дітей з ООП в процесі соціалізації учнів у дитячому колективі засвідчують у своїх працях О. Гаяш, Т. Ілляшенко, Н. Олефір, Н. Слободянюк, Н. Шиліна, Н. Ярмола та ін. І хоча науковий інтерес до соціалізації дітей з ООП в соціальному середовищі досить значний, проблема соціалізації учнів з ООП в інклюзивних класах є недостатньо вивченою.

**Мета статті** – розглянути аспекти соціалізації дітей з ООП в дитячому колективі, проаналізувати особливості формування толерантного ставлення до дітей з ООП з боку їх однолітків.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Навчання дітей з особливими потребами має специфічні особливості, які варто враховувати при наданні їй допомоги з адаптації та соціалізації в інклюзивному класі. При цьому, опираючись на термінологічний аналіз сутності «соціалізації» дітей з ООП, звертаємося до поглядів соціальних педагогів О. Безпалько, І. Зверєвої, А. Капської, та ін., які пропонують трактувати це поняття як процес входження людини в суспільство

разом із її соціальними зв'язками та інтеграцією в різні соціальні спільноти, внаслідок чого формується соціальний індивід. В процесі соціалізації особистість розвиває соціальні якості, засвоює цінності і знання, формує навички, приймає певні норми і правила поведінки в суспільстві.

Кожна дитина є унікальною та неповторною, наділеною талантами та можливостями. А тому місія педагогів полягає в допомозі щодо розкриття та розвитку талантів кожної дитини, зокрема й дитини з ООП, яка навчається в інклюзивному класі закладу загальної освіти. Діти з ООП мають бути включені в освітній процес, залучені до соціалізації та всебічного розвитку. Як вказує Л. Талдонова, «інклюзивна освіта передбачає «включення» дитини з ООП в колективі здорових однолітків як рівної, проте з урахуванням її особливих потреб в організації життєвого простору» [7, с. 154].

О. Ферт наголошує, що «інклюзивне навчання допомагає дітям з ООП адаптуватися до нормальних життєвих ситуацій, інтегруватися в загальний соціум, позбутися комплексів, почуття ізольованості, сприяє зникненню соціальних бар'єрів та сегрегації, виникненню відчуття ідентичності та причетності до справ колективу» [9, с. 60].

Мета роботи вчителя інклюзивного класу полягає в навчанні та наданні допомоги дітям з ООП в процесі соціалізації, створення умов для їх самоствердження та соціальної інтеграції, наскільки це можливо з огляду на структуру порушень психофізичного розвитку [5, с. 182].

Водночас ефективна інклюзивна освіта вимагає не лише створення умов для навчання дітей з ООП, а й збагачення можливостей освітнього середовища для допомоги в адаптації до навчання у школі, розвитку особистісних ресурсів всіх учнів для подолання труднощів соціалізації в дитячому колективі.

Крім того, створення сприятливого інклюзивного освітнього середовища включає розробку адаптованих освітніх програм, застосування спеціального матеріально-технічного забезпечення та архітектурного адаптування приміщення школи, класу до особливих потреб дітей. Якщо дитина має особливі потреби, то саме середовище має бути зміненним та пристосованим до цих потреб учня [7, с. 154].

Орієнтація на створення інклюзивного освітнього середовища в школі передбачає розширення можливостей цього простору, збагачення його розвивального потенціалу, включення всіх учасників освітнього процесу в розвивальну взаємодію для забезпечення необхідних умов для соціально-психологічної адаптації дітей з ООП в колективі. За Л. Талдоною, учні з ООП мають труднощі соці-

алізації та соціальної адаптації в колективі, у них спостерігаються ускладнення зв'язку із соціальним середовищем, знижена здатність адекватного реагування на зміни в ньому. Вони мають труднощі в досягненні своїх цілей у межах прийнятих норм поведінки в колективі, що викликає труднощі спілкування з іншими однолітками [7, с. 155].

А тому впроваджуючи принципи інклюзивного навчання в класі, вчителі мають володіти компетентністю щодо організації освітнього процесу з дітьми з ООП, забезпечення необхідних умов для їх адаптації і соціалізації в колективі, та провести підготовчу й тривалу підтримуючу роботу з колективом дітей у напрямку формування толерантного ставлення до дітей з ООП, надання їм необхідної допомоги з боку однокласників.

Пріоритетними завданнями роботи педагогів інклюзивних класів є формування учнівського колективу, підтримання позитивних взаємин дітей, створення сприятливого клімату для взаємодії учнів шляхом залучення всіх учасників освітнього процесу до спільної навчальної та позашкільної діяльності, уважне розроблення індивідуальної програми розвитку для дітей з ООП, спрямування зусиль для інтеграції особливих учнів у колектив.

На думку О. Ферт, «інтегрування дітей з ООП в колектив однолітків сприяє формуванню у всіх учнів комунікативних умінь: спілкуватися, знаходити спільну мову та доходити консенсусу, вирішувати конфліктні ситуації. В процесі інклюзивного навчання всі учні класу вчаться долати психологічний бар'єр щодо розуміння потреб дітей з типовим розвитком та дітей з ООП як у школі, так і в суспільстві» [9, с. 60].

Серед вимог до особистості та діяльності вчителів інклюзивних класів Л. Талдонова називає не лише компетентність щодо організації роботи з різними категоріями дітей з ООП, що включає володіння базовими знаннями і навичками освітньої діяльності з ними, а й позитивний настрій та вміння його підтримувати на постійній основі [7, с. 156]. Адекватне ставлення до дітей з ООП в освітньому процесі, підтримання позитивного настрою протягом уроків демонструє всім учням в класі зразок для наслідування толерантного ставлення до дітей, надихає допомагати тим, хто потребує, опікуватися ними.

До маркерів толерантного ставлення до дітей з ООП, що є фундаментальною складовою інклюзивної освіти, дослідниці Л. Бутузова А. Терещук, відносять: 1) емоційні: емпатію, співчуття, повагу та прийняття; 2) когнітивні: знання про особливі потреби, усвідомлення стереотипів і упереджень щодо дітей з ООП; 3) поведінкові: готовність до вияву толерантної позиції, вміння узгоджу-

вати свої інтереси, домовлятися, шукати компроміс, застосовувати толерантність в напружених ситуаціях [8, с. 203].

Дослідниці Л. Бутузова А. Терещук зауважують, що «визнання і підтримка ідеї щодо різноманітності дітей у класі, розуміння їх унікальних потреб та можливостей створюють основу для побудови безпечного та підтримуючого освітнього середовища в інклюзивному класі» [8, с. 205].

Одним із проблемних аспектів становлення взаємодії дітей з ООП з однокласниками з типовим розвитком в інклюзивному класі є вплив думки батьків цих учнів на дитину з порушеннями. Ставлення батьків учнів з типовим розвитком до дітей з ООП, їх психофізичних особливостей, впливає на становлення позитивних стосунків всіх учнів у класі, на формування толерантного ставлення дітей до однолітків з ООП [9, с. 59].

Водночас багато батьків та учнів з типовим розвитком зауважують, що через введення в їх клас дітей з ООП знизився загальний настрій та темп навчальної роботи. Здорові однолітки часто жаліються на те, що дітям з ООП потрібно допомагати, що знижує загальну щільність роботи, варто стежити за їх діями, що викликає емоційний дискомфорт (жалість, бажання зробити замість них, щоб пришвидшити темп виконання завдання). Спілкуючись з дітьми з ООП, здорові однокласники вказують на труднощі, адже саме їм потрібно поступатися своїми інтересами, щоб адаптувати ситуацію до рівня її розуміння дітьми з ООП. Також у випадку змагання діти з типовим розвитком помічають, коли вчителі влаштовують «ситуації успіху» для дітей з ООП, і вважають нечесним і несправедливим, коли вони досягають перемоги без дійсної перемоги. Це викликає враження упередженого ставлення до дітей з типовим розвитком та образи на вчителя. Батьки здорових однолітків висловлюють побоювання, що внаслідок включення дітей з ООП до інклюзивного класу знижуються вимоги до рівня знань всіх учнів, вчителі більше уваги приділяють дітям з ООП на шкоду іншим учням, конфлікти між однокласниками завжди вирішуються не на користь дітей з типовим розвитком [7, с. 156].

У дослідженні І. Баранець, О. Губарь, В. Коваленко, Н. Пахомової вказано на подібні результати опитування батьків здорових дітей щодо включення дітей з ООП в інклюзивні класи. Більшості опитаних не властива інклюзивна культура, вони не ознайомлені з ключовими принципами поняття «інклюзії» та питання розвитку інклюзивного середовища в школі їх не цікавить. Третина батьків категорично проти включення дітей з ООП до класів, де навчаються їхні діти, вважають, що це вплине на успішність навчання здоро-

вих дітей, та відволікатиме вчителя на роботу саме з дитиною ООП, а їхнім дітям діставатиметься менше уваги. Крім того, більшість батьків учнів з типовим розвитком не готові приймати нові виклики сучасного життя та адаптуватися до змін в освітньому середовищі інклюзивної школи. Половина батьків здорових учнів вважають, що дітям з ООП варто навчатися виключно в спеціалізованих школах [3, с. 29].

На думку батьків здорових дітей, дружня і доброзичлива атмосфера в інклюзивному класі ніяк не впливатиме на дитину з ООП, але може заважати дітям з типовим розвитком. Також дорослі вказали, що вони проти впровадження інклюзивної освіти у всіх загальноосвітніх закладах чи їх не цікавить вказана тематика [3, с. 29-30]. Тобто батьки дітей з типовим розвитком не готові приймати інклюзивні принципи освіти.

В. Вінс, Т. Садкова зауважують, що батьки дітей з типовим розвитком турбуються про те, що їх дитина відволікається від освітнього процесу, спостерігаючи за учнем з ООП, або ж їй може бути неприємно бачити психофізичні порушення (рухові парези, незграбність), чи відчувати наслідки ненавмисного заподіяння шкоди речам. Наприклад, «учень з ООП може не побачити чи не почути присутності іншої дитини, штовхнути її ненавмисно при виконанні своїх рухових дій, чи скинути зі столу книгу чи інше приладдя, наступити на портфель та ін. Це не значить на навмисність її дій, однак батьки дітей з типовим розвитком вважають, що їх дітям може бути неприємним таке ставлення дитини з ООП до інших учнів та їх майна» [1, с. 19].

Діти з ООП також висловлюють свої труднощі адаптації в інклюзивному класі, вказують на невідповідність тема навчання (не встигають), на нерозуміння з боку вчителя (недостатньо компетентності в організації освітнього процесу) [7, с. 156]. Батьки дітей з ООП вказали на фактори подолання труднощів навчання через зміну ставлення вчителів до дітей, зменшення вимог до рівня їх знань, розуміння потреб і проблем дітей з ООП, збільшення допомоги вчителя для досягнення успіхів у навчанні та встановленні контактів з однолітками, медіаторство у вирішенні конфліктів в інклюзивному класі. Відповідно до вказаного Л. Талдонова зауважує, що навіть інклюзивна освіта не є кращим рішенням для дітей з ООП, оскільки процес навчання потребує надто великих зусиль вчителя, і знижується якість і темп навчання для всіх учнів класу, самі учні та їх батьки помічають зниження загальної настрою та активності в процесі навчання.

Водночас у відповідях батьків дітей недостатньо уваги приділяється розгляду не

навчальних успіхів, а саме виховних результатів включення дітей з ООП в колектив. Мало хто говорить, що саме завдяки наявності у класі дитини з ООП інші учні стають уважніші до оточуючих, вчать помічати їх потреби та інтереси, активніше допомагають іншим. Це сприятливо впливає на їх внутрішній стан, привчає до підтримання доброзичливого ставлення до всіх людей, що є основою гуманістичного суспільства. На нашу думку, в умовах війни збільшується кількість осіб, які мають особливі потреби (не лише дітей, а й дорослих після важких поранень, ампутацій та ін.), і навчання учнів з типовим розвитком в інклюзивних класах допомагає дітям розвивати в собі чуйність, толерантність, уважне ставлення до всіх оточуючих. А тому, крім освітнього аспекту організації роботи інклюзивного класу, варто зосереджувати увагу вчителя, психолога, соціального педагога на забезпеченні сприятливого клімату в дитячому колективі, організовувати розвивально-виховні заходи, які допомагають сформувати емпатію, співчуття, милосердя до інших, що є однією з цінних ментальних рис українців.

Формування толерантних взаємостосунків дітей Ю. Гнипа пропонує розуміти як «процес формування під впливом спеціально створених психолого-педагогічних умов особистості, здатної до свідомих проявів толерантності, а саме: безкорисної турботи та чуйності; доброзичливих емоційних реакцій та емпатії; рівноправного, поступливого ставлення до інших; позитивного прийняття себе та оточуючих; здатності до стриманого відстоювання своїх позицій» [2, с. 23]. Толерантне ставлення також включає вияв поблажливості до відмінних поглядів, рис характеру інших дітей, розвиток доброзичливості і милосердя, поваги до інших, здатності до гуманної взаємодії на основі спільного розуміння, рівноправної самореалізації в спільній діяльності.

За В. Вінс, Т. Садковою, «формування толерантного ставлення до дітей з ООП має бути двостороннім процесом і потребує розвитку у таких дітей соціальних навичок» [1, с. 9]. Формуючи в учнів з ООП соціальні навички і вміння, соціальні ролі, варто приділяти увагу позитивному ставленню дітей до їх засвоєння. Оскільки цим дітям властиві емоційні порушення, труднощі переключення на іншу діяльність, відсутність ініціативи і самостійності, то, на думку Г. Сизко, їх варто вчити всьому, навіть посмішкам і ввічливому привітанню, що виникають під впливом соціальних чинників [6, с. 303].

Підтвердження своєї думки знаходимо у праці О. Ферт, яка зазначає, що «в освітньому процесі інклюзивного класу поведінкові та соціальні цілі є більш пріоритетними



за навчальні в структурі індивідуальної програми розвитку дитини з ООП» [9, с. 60]. Одним із шляхів подолання упередженості щодо дітей з ООП в інклюзивному класі з боку інших учнів та їх батьків дослідниця вважає докладання зусиль педагогів щодо створення умов для гармонійної міжособистісної взаємодії учнів. Для цього цінним є «створення позитивного соціального середовища в освітньому закладі; організація спільного культурного дозвілля дітей з ООП та учнів з типовим розвитком у позашкільних виховних установах» [9, с. 60].

Також важливими кроками з формування позитивного ставлення суспільства до осіб з особливими потребами О. Ферт називає державну політику та соціальну роботу, що передбачає: створення системної програми розвитку суспільних поглядів щодо осіб з інвалідністю (а таких людей, на жаль, стає все більше в умовах війни); забезпечення умов для просвітництва в суспільстві щодо надання допомоги і підтримки особам з особливими потребами; підвищення методичної та психологічної готовності фахівців різних рівнів соціальних інстанцій та закладів до надання допомоги особам з ООП; підготовка вчителів та керівників закладів освіти до організації інклюзивного навчання дітей з ООП на базі їх закладу, вдосконалення навичок роботи в інклюзивному класі та ін. [9, с. 61].

У праці Т. Мотуз наведено психолого-педагогічні умови, що сприяють формуванню толерантного ставлення учнів до дітей з ООП в інклюзивному середовищі: 1) наявність полікультурного простору з різноманітністю культур, поглядів різних людей. Спостерігаючи за фактом існування різних думок, зовнішності, волевиявлення, діти усвідомлюють можливість гармонійного співжиття з представниками різних народів, релігій. Це допомагає формувати їх толерантне ставлення до різних подій, фактів, людей у світі; 2) розробка і впровадження в освітній процес інклюзивного класу послідовної психолого-педагогічної програми розвитку толерантності учнів; 3) гуманне, довірливе спілкування педагогів з дітьми на основі теплоти, відкритості, доброзичливості і толерантності у взаєминах фахівців та учнів; 4) активний розвиток комунікативних вмій та навичок співпраці всіх учнів інклюзивного класу, формування у них соціальних навичок взаємодії з усіма учасниками освітнього процесу; 5) інтерактивне педагогічне спілкування з дітьми з ООП, показ ставлення вчителя до учня з ООП як до рівноправного учасника освітнього процесу, який має певні потреби [4, с. 100].

Практичними методами роботи з формування сприятливих умов для соціалізації дітей з ООП в учнівському колективі інклю-

зивного класу є «вербально-дискурсивні стимульні матеріали (казки, міфи), що відображають динаміку життя, в процесі прочитання якого актуалізуються емпатійні реакції дітей; проблемні ситуації (творчі, моральні, гіпотетичні, навчальні), що дають змогу об'єднати зусилля учнів для продуктивного мислення, пошуку логічних чи творчих варіантів їх рішень; ігри, що допомагають засвоїти та інтегрувати правила поведінки в колективі; спеціальні прийомні ведення бесід, де пропонуються несподівані відповіді, суперечливі рішення, що можуть бути однаково правильними (це дає змогу розвивати креативне ставлення учнів до сприйняття проблеми та інших дітей)» [9, с. 61].

Одним із методів роботи з підвищення соціалізації учнів з ООП є створення спеціальних мовленнєвих ситуацій, що стимулюють їхнє мовлення заохочують будь-які словесні реакції, навіть елементарні. Доцільно запрошувати дітей до повторення засвоєних слів, розучування нових фраз, які містять привітання, подяку, прохання, ласкаве звертання до інших [6, с. 304].

На думку В. Вінс, Т. Садкової, досягнення успіхів у формуванні толерантного ставлення учнів до дітей з ООП передбачає «поєднання методів виховної роботи та психологічного впливу за допомогою інтерактивних форм роботи з дітьми. Доцільним є проведення психолого-педагогічних занять, тренінгів толерантності, залучення всіх учнів інклюзивного класу до творчих справ, участі в колективних проєктах» [1, с. 19].

Цінною є рекомендація В. Вінс і Т. Садкової з проведення просвітницької роботи з батьками учнів з типовим розвитком для ознайомлення з індивідуальними особливостями дітей з ООП, звернення до їх моральної свідомості, акцентуванні на тому, який приклад толерантної поведінки вони надають своїм дітям. Зважаючи на те, що вплив батьків є першою причиною відсутності толерантного ставлення дітей до учнів з ООП, саме батькам варто надавати рекомендації з розвитку емпатії, доброти, емоційної чуйності, толерантного ставлення до інших людей. Також дослідниці вважають корисним залучення батьків дітей з ООП та батьків дітей з типовим розвитком до спільної психологічної роботи, що допоможе збагатити емоційний досвід дорослих, обмінятися ідеями щодо виховання толерантності у дітей, скласти спільні стратегії поведінки для надання кращих зразків для наслідування школярами [1, с. 20].

Толерантність та повага до дітей з ООП з боку педагогів та інших учнів інклюзивного класу допомагає швидше адаптуватися до учнівського колективу, соціалізуватися в шкільному середовищі, адже особлива

дитина відчуватиме власну гідність. Інтеграція дітей з ООП в колектив однолітків сприяє розвитку комунікативних вмінь у всіх учасників освітнього процесу, забезпечить виховання емпатії, толерантності до людей, які мають особливі потреби, виявам доброти і поваги до них.

**Висновки.** Включення дітей з ООП в соціально-психологічний простір дитячого колективу потребує пошуку кращих рішень для побудови адаптивного освітнього середовища для учнів, забезпечення сприятливих умов для адаптації, соціалізації, позитивної взаємодії всіх учасників освітнього процесу, що опирається на гуманістичні ідеї інклюзивної освіти.

Важливим питанням соціалізації учнів з ООП в інклюзивному середовищі є формування толерантного ставлення до них з боку однолітків з типовим розвитком, на вияв якого впливає думка батьків про інклюзивну освіту. Для формування толерантного ставлення до дітей з ООП в інклюзивному класі необхідно забезпечити психолого-педагогічні умови для формування особистості, здатної до свідомого вияву толерантності (безкорисливості, турботи, емоційної чуйності, емпатії, співчуття, милосердя), до рівноправного та доброзичливого ставлення до оточуючих, позитивного самоприйняття та ціннісного

ставлення до інших. Практичними методами роботи з формування толерантного ставлення до дітей з ООП в учнівському колективі, що сприяє їх соціалізації, є читання казок і міфів, що актуалізують емпатійні реакції дітей; проблемні ситуації, що дають змогу об'єднувати зусилля учнів для продуктивного мислення, пошуку логічних і творчих рішень; ігри, що допомагають засвоїти та інтегрувати правила поведінки в колективі; спеціальні прийоми ведення бесід; створення спеціальних мовленнєвих ситуацій; інтерактивні психолого-педагогічні заняття, тренінги толерантності та ін. Доцільно поєднувати цю роботу з просвітницькою діяльністю з батьками учнів з типовим розвитком та залучати їх до спільних психологічних зустрічей і занять з батьками учнів з ООП, що дає змогу дорослим обмінюватися досвідом, напрацьовувати спільні стратегії формування толерантності в їхніх дітей.

Перспективами подальшого наукового пошуку є обґрунтування психологічних засад спілкування дітей з ООП та їх однолітків з типовим розвитком під час навчальних форм взаємодії, ігор, позашкільної діяльності та напрацювання тренінгових заходів для формування толерантного ставлення до всіх учасників освітнього процесу в інклюзивному класі.

### Література:

1. Вінс В., Садкова Т. Шляхи формування толерантного ставлення молодших школярів до дітей з особливими освітніми потребами. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2024. Вип. 2(23). С. 9–22.
2. Гнипа Ю. Особливості виховання толерантних взаємостосунків старших дошкільників. «Сучасне дошкільня: актуальні проблеми, досвід, перспективи розвитку»: збірник наукових статей. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2018. С. 21–26.
3. Губарь О. Г., Пахомова Н. Г., Коваленко В. В., Баранець І. В. Інклюзивна культура в освітньому просторі: проблеми та перспективи. *Inclusion and Diversity*. 2024. Випуск 3. С. 26–33.
4. Мотуз Т. В. Педагогічні умови виховання толерантності учнівської молоді. *Науковий вісник Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка. Серія: Педагогіка*. 2017. Вип. 8. С. 96–103.
5. Олійник Г., Пиллюк Н. Особливості соціалізації дітей з особливими потребами у сучасному українському суспільстві. *Social Work and Education*. Ternopil-Aberdeen, 2020. Vol. 7, No. 2. Pp. 178–185.
6. Сизко Г. І. Засвоєння суспільного досвіду як умова ефективної соціалізації дітей із розумовою відсталістю. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2015. Вип. 30. С. 302–307.
7. Талдонова Л. «Включення» дитини з особливими освітніми потребами в суспільство здорових однолітків. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2018. Вип. 3. С. 152–158.
8. Терещук А., Бутузова Л. Маркери толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами (ООП). *Materials XXV International scientific and practical conference «Current Trends in the Development of Scientific Research in Today's Conditions»* (May 29-31, 2024). Florence, Italy. International Scientific Unity, 2024. Pp. 202–206.
9. Ферт О. Г. Проблема становлення стосунків дітей з особливими потребами та їхніх однолітків в умовах спільного навчання. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Випуск 23. Т. 1. С. 59–63.

УДК 159.9:351

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.2>**Олег ДРУЗЬ**

начальник клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих) Національного військово-медичного клінічного центру «Головний військовий клінічний госпіталь», головний психіатр Збройних Сил України, полковник медичної служби, Заслужений лікар України, професор кафедри публічного управління, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», [kafedrapa@ukr.net](mailto:kafedrapa@ukr.net)

ORCID: 0000-0002-5149-9556

**Лариса РОДЧЕНКО**

офіцер клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих), Національного військово-медичного клінічного центру «Головний військовий клінічний госпіталь», лейтенант ЗСУ, Заслужений діяч науки і техніки, доктор наук з державного управління, професор, професор кафедри публічного управління, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», [laurarodch@pm.me](mailto:laurarodch@pm.me)

ORCID: 0000-0002-2141-4742

**Олександр ВЕЛЬГАН**

кандидат наук з державного управління, доцент, слухач Національного університету оборони України, доцент кафедри публічного адміністрування, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», [vsanucha@gmail.com](mailto:vsanucha@gmail.com)

ORCID: 0000-0002-5458-8976

**Олексій ТОЛМАЧОВ**

кандидат медичних наук, докторант кафедри публічного адміністрування, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ORCID: 0009-0008-1199-6567

## ВПЛИВ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ОСОБОВОГО СКЛАДУ НА РЕЗУЛЬТАТИ БОЙОВИХ ДІЙ

*У статті розглядається вплив морально-психологічного стану особового складу на результати бойових дій у контексті публічного управління. Визначено, що морально-психологічний стан є ключовим фактором, що впливає на боєздатність та ефективність військових операцій. В умовах сучасної війни, яка характеризується високою інтенсивністю та непередбачуваністю, важливість підтримки психологічної стійкості військовослужбовців набуває особливого значення. Зазначено, що для ефективного управління цим аспектом необхідно впроваджувати комплексний підхід, що включає як превентивні заходи, так і механізми швидкого реагування на психологічні кризи. У статті узагальнено основні компоненти морально-психологічного забезпечення (МПЗ), які включають інформаційно-пропагандистське забезпечення, психологічну підтримку, соціально-правове та культурологічне забезпечення. Доведено, що морально-психологічний потенціал є одним із ключових елементів сукупного військового потенціалу держави, який забезпечує функціонування всіх інших складових військової могутності. Стаття також підкреслює важливість формування у військовослужбовців морально-бойових якостей, таких як патріотизм, почуття обов'язку та колективізм. Зроблено акцент на необхідності створення програм, спрямованих на розвиток психологічної стійкості військових, а також на важливість підготовки командирів з питань морально-психологічного забезпечення. Запропоновано рекомендації щодо вдосконалення системи управління морально-психологічним забезпеченням, включаючи впровадження системи моніторингу, активну інформаційну підтримку, а також розробку механізмів реагування на психологічні кризи серед військовослужбовців.*

**Ключові слова:** морально-психологічний стан, публічне управління, бойова готовність, військовий потенціал, морально-бойові якості, психологічна стійкість, інформаційно-психологічний вплив, морально-психологічне забезпечення.

## Oleh Druz, Larisa Rodchenko, Oleksandr Velgan, Oleksii Tolmachov. THE IMPACT OF THE MORAL AND PSYCHOLOGICAL CONDITION OF PERSONNEL ON COMBAT OUTCOMES

*The article examines the impact of the moral and psychological state of personnel on the outcomes of combat operations in the context of public administration. It is determined that the moral and psychological state is a key factor influencing the combat readiness and effectiveness of military operations. In the context of modern warfare, characterized by high intensity and unpredictability, the importance of maintaining the psychological resilience of servicemen is of particular significance. It is noted that effective management of this aspect requires a comprehensive approach that includes both preventive measures and mechanisms for rapid response to psychological crises.*

*The article summarizes the main components of moral and psychological support (MPS), which include informational and propaganda support, psychological assistance, socio-legal, and cultural support. It is proven that moral and psychological potential is one of the key elements of the state's overall military potential, ensuring the functioning of all other components of military power.*

*The article also emphasizes the importance of developing moral and combat qualities in servicemen, such as patriotism, a sense of duty, and collectivism. It highlights the necessity of creating programs aimed at developing the psychological resilience of military personnel, as well as the importance of training commanders on issues related to moral and psychological support. Recommendations are proposed for improving the system of managing moral and psychological support, including the implementation of a monitoring system, active informational support, and the development of mechanisms for responding to psychological crises among military personnel.*

**Key words:** moral and psychological state, public administration, combat readiness, military potential, moral and combat qualities, psychological resilience, informational and psychological influence, moral and psychological support.

**Постановка проблеми.** У сучасних умовах ведення бойових дій, які характеризуються високою інтенсивністю та непередбачуваністю, морально-психологічний стан особового складу є одним із ключових факторів, що визначають результативність військових операцій. Високий рівень стресу, небезпека для життя, складні умови служби – усе це впливає на емоційний та психологічний стан військовослужбовців, що, у свою чергу, може мати як позитивний, так і негативний вплив на виконання бойових завдань. Важливість цього питання підкреслюється у контексті публічного управління, яке повинно забезпечувати ефективне керівництво та підтримку військових підрозділів.

Розуміння впливу морально-психологічного стану на бойову готовність та ефективність військових дій є критично важливим для розробки відповідних стратегій публічного управління. Це вимагає всебічного підходу, що включає як розробку превентивних заходів для підтримки психологічної стійкості, так і впровадження механізмів швидкого реагування на психологічні кризи серед військовослужбовців.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Значний вклад у дослідження психологічних особливостей військових внесли такі науковці, як Ліпатов І., Шестопалова Л., Афанасенко В., які звернули увагу на процеси психічної адаптації військовослужбовців до бойових умов. Сучасна війна є випробуванням як матеріальних, так і духовних сил народу, тому кожна держава зобов'язана підтримувати свою обороноздатність на такому рівні, щоб забезпечити надійний захист суспільства в умовах нових викликів і загроз.

Таким чином, морально-психологічний стан особового складу є критичним фактором у досягненні успіху військових операцій. Ефективне публічне управління в цій сфері вимагає комплексного підходу, що поєднує як підтримку психологічної стійкості, так і захист від інформаційно-психологічного впливу противника.

**Мета статті:** визначити ключові напрямки вдосконалення системи управління морально-психологічним забезпеченням військових підрозділів.

**Виклад основного матеріалу.** В сучасних умовах, коли Україна стикається з новими воєнними загрозами національній безпеці, особлива увага приділяється морально-психологічній стійкості та готовності особового складу Збройних Сил України до виконання бойових завдань. Ця проблема особливо актуалізувалася під час відсічі та стримування збройної агресії Російської Федерації. Поряд із традиційними методами ведення війни, агресор активно застосовує комплекс засобів негативного інформаційно-психологічного впливу, що створює додаткові виклики для особового складу та цивільного населення.

Морально-психологічне забезпечення (далі – МПЗ) стало ключовою проблемою, яку вирішують командири на всіх рівнях, органи військового управління та спеціалісти з морально-психологічного забезпечення. Введене в бойові статuti та настанови ЗС України, МПЗ органічно вписується в загальну систему всебічного забезпечення військ, тісно взаємодіючи з оперативним, технічним, тиловим та медичним забезпеченням [3].

МПЗ – це комплекс заходів, спрямованих на формування, підтримання та відновлення морально-психологічного стану особового складу військ, необхідного для успішного виконання завдань. Основні функціональні складові МПЗ включають інформаційно-пропагандистське забезпечення, зв'язки з громадськістю, психологічне, соціально-правове та культурологічне забезпечення, а також захист від негативного інформаційно-психологічного впливу противника.

Військові дії та забезпечення обороноздатності держави є специфічною сферою діяльності, яка вимагає мобілізації як фізичних, так і духовних сил суспільства, держави та їх збройних сил. Формування та підтримання відповідного духовного стану суспільства і морально-психологічного стану особового складу є неможливими без наявності у населення країни духовного потенціалу. У цьому контексті морально-психологічний фактор набуває особливого значення і стає одним із ключових для держави та її збройних сил [2].

Основні завдання організації та формування морально-психологічного забезпечення Збройних Сил та інших військових формувань України визначені в рамках Концепції військової підготовки Збройних Сил та Концепції ведення психологічної підготовки. Морально-психологічне забезпечення є комплексною системою взаємопов'язаних і скоординованих дій органів державного та військового управління, спрямованих на підтримання бойового духу та психологічної стійкості особового складу [6]. Ця система включає в себе різні елементи, які разом формують цілісну функціональну модель, що забезпечує готовність військових до виконання завдань в умовах різних загроз.

Метою морально-психологічного забезпечення є мобілізація сил і ресурсів у всіх сферах діяльності держави для протидії загрозам національним інтересам України, досягнення морально-психологічної переваги над противником, а також збереження та зміцнення суверенітету, територіальної цілісності та недоторканності України [7]. Важливою складовою є формування у військовослужбовців необхідних морально-психологічних, бойових і професійних якостей, що дозволяють їм діяти ефективно як у звичайних умовах, так і в екстремальних ситуаціях [5].

Морально-психологічне забезпечення також спрямоване на підтримання високої бойової готовності, розвитку гармонійної духовної культури, виховання свідомості та самовпевненості у військовослужбовців, а також підготовку їх як гідних громадян та учасників громадянського суспільства [8–10; 16–17]. Це забезпечує високий бойовий дух та морально-психологічний стан як серед військових, так і серед населення, що є невід'ємною частиною бойового потенціалу держави.

Обороноздатність держави не обмежується лише матеріальними ресурсами; вона включає також інтелектуальні, соціальні та духовні компоненти. Морально-психологічний потенціал є одним із ключових елементів цієї системи, що визначає здатність нації витримувати великі навантаження і труднощі, зберігаючи при цьому волю до перемоги. Цей потенціал дозволяє суспільству та його збройним силам проявляти мужність, стійкість та героїзм навіть у найважчих умовах.

Проте, морально-психологічний потенціал є лише можливістю, яка реалізується через систему морально-психологічного забезпечення. Ця система покликана мобілізувати і ефективно використовувати духовні сили народу для підтримання обороноздатності

держави та захисту її національних інтересів. Таким чином, реальна здатність суспільства вести збройну боротьбу і захищати державу залежить від того, наскільки успішно буде реалізовано цей потенціал у військовій могутності країни.

Максимальна кількість сил і засобів, які держава може виділити для військових цілей, залежить від її загального потенціалу. Військова міць держави, а також можливості її нарощування визначаються військовим потенціалом, що є похідним від сукупного потенціалу держави [12]. Цей сукупний потенціал включає економічні, науково-технічні, соціальні, морально-психологічні та інші ресурси, які можуть бути використані для розвитку збройних сил і зміцнення обороноздатності держави.

Держава використовує різноманітні ресурси з різних сфер життя, щоб забезпечити свою здатність до самозахисту [11]. Це охоплює мобілізацію людських ресурсів, економічних активів, технологічних досягнень, а також підтримання високого морально-психологічного стану населення та особового складу.

Таким чином, військова міць держави є результатом використання її військового потенціалу в конкретний момент часу для захисту національних інтересів [14–15]. Це відображає не лише чисельність і оснащеність збройних сил, але й їхню здатність до постійного вдосконалення, підвищення боєздатності, підготовки кваліфікованих кадрів, забезпечення сучасними видами озброєння і військової техніки. Крім того, військова міць включає можливості забезпечення збройних сил як в умовах мирного часу, так і під час військових дій, з урахуванням міжнародних поставок та підтримки [4].

Чим більший сукупний військовий потенціал держави, тим більша її військова міць, що робить збройні сили більш ефективними та здатними до виконання складних завдань національної оборони. Військова міць є не лише показником наявних ресурсів, але й відображенням готовності держави до їх мобілізації та ефективного використання для забезпечення безпеки і стабільності країни.

Слід зазначити, що окрім військової і фізичної підготовки, важливу роль відіграють морально-бойові якості, які визначають рівень фізичного розвитку, готовність та здатність військовослужбовців витримувати значні навантаження в умовах сучасного бою. Військовий, який не має належного рівня підготовки, вважається професійно неадекватним для виконання своїх обов'язків.

Моральні якості включають такі аспекти, як моральні орієнтації, риси характеру, світогляд, ідеали, соціальні інтереси, почуття обов'язку, патріотизм, ненависть до ворога, особиста відповідальність за захист Батьківщини, відстоювання демократії, почуття честі та колективізму. У структурі морально-бойових якостей провідну роль відіграє світогляд військовослужбовця, який визначає спрямованість і зміст інших компонентів. Світогляд формує розуміння військової мети як необхідної та справедливої.

Морально-психологічний стан особового складу Збройних Сил включає соціальну активність, політичну та моральну зрілість, громадянську свідомість, згуртованість на основі національних та духовно-моральних цінностей, а також готовність виконувати військово-політичні завдання, захищати державу та її інтереси [11, с. 19]. Важливим елементом цього стану є впевненість у перемозі над ворогом.

Ядром морально-психологічного стану є моральна свідомість, яка формується під впливом зовнішніх чинників, внутрішнього сприйняття, етичних норм і принципів. Вона визначає сукупність ідей, переконань і почуттів, які домінують у свідомості військовослужбовців.

До професійних військових якостей належать рівень підготовки до ведення сучасної війни, вміння поводитися з озброєнням та технікою, а також потреба у постійному вдосконаленні військових навичок і теоретичних знань. Ці якості відображають здатність військових ефективно виконувати службові обов'язки та бойові завдання.

Психологічні якості включають готовність військовослужбовців до бойових дій в умовах сучасних збройних конфліктів. Це стосується таких аспектів, як сприйняття, увага, мислення, пам'ять, мова, швидкість і точність реакцій, емоційно-вольова стійкість. Розвиток цих якостей сприяє максимальному вдосконаленню професійних навичок та знань особового складу, особливо в умовах зростаючої складності сучасного бою.

Для виховання високої емоційно-вольової стійкості військовослужбовців необхідно розвивати в них мужність, стійкість, самовладання, рішучість, готовність до самопожертви, ініціативність та наполегливість [11, с. 20–21].

Таким чином, морально-психологічний стан особового складу можна розглядати як безпосередній індикатор морально-психологічного потенціалу та обороноздатності держави. Цей стан значною мірою визначається

військовою силою країни, її боездатністю та організаційною структурою Збройних Сил.

Для підтримання військової могутності держава застосовує різноманітні заходи з різних сфер суспільного життя, включаючи економіку, науку, соціальну, морально-психологічну (духовну) та військову сфери. Кожен вид потенціалу та сукупний потенціал держави на кожен момент часу характеризуються певними кількісними показниками, які дозволяють порівнювати обороноздатність держави.

Військова міць держави, яка включає військово-економічний, військово-науковий, соціальний та морально-психологічний потенціали, є сукупністю сил і засобів, які держава виділяє для захисту своїх інтересів. Морально-психологічний потенціал виступає ядром усіх інших складових у сукупному потенціалі держави, забезпечуючи функціонування всіх елементів військової могутності.

Морально-психологічний стан особового складу (МПС) – це сукупність соціальних, морально-етичних, психологічних факторів, які відображаються в конкретних умовах життєдіяльності військових частин. МПС є важливою складовою ефективності Збройних Сил, забезпечуючи готовність особового складу до виконання поставлених завдань.

МПС має складну структуру, яка розроблена для відображення найважливіших характеристик внутрішніх станів армії. Оцінка МПС спрямована на забезпечення командирів об'єктивною інформацією про рівень підготовки та морально-психологічну здатність особового складу до виконання завдань.

Основні складові МПС включають:

- моральне (духовне, національно-патріотичне) ставлення;
- емоційно-вольовий настрій;
- мотиваційні фактори;
- оперативну готовність;
- професійну компетентність;
- об'єктивні та суб'єктивні фактори, що впливають на МПС.

Моральна налаштованість відображає цінності, ідеї, переконання та норми, які регулюють поведінку військовослужбовців і визначають їх внутрішню готовність до виконання службових завдань. Критеріями оцінки морального складу є ступінь прояву ціннісних орієнтацій, рівень дотримання моральних норм, ступінь згуртованості особового складу, наявність військово-бойових традицій, а також рівень довіри до керівництва країни та командування Збройних Сил України.

Загалом, морально-психологічний стан особового складу є ключовим елементом

забезпечення боєздатності армії та захисту держави.

**Висновки та пропозиції.** Морально-психологічний стан особового складу Збройних Сил України є критично важливим для досягнення успіху в сучасних військових операціях. Він визначає не лише здатність військових виконувати бойові завдання, але й загальну боєздатність армії та обороноздатність держави. Морально-психологічний потенціал виступає ядром сукупного військового потенціалу держави, забезпечуючи функціонування всіх його складових. Військова міць держави залежить не лише від матеріальних ресурсів, але й від морально-психологічного стану як особового складу, так і суспільства загалом. Для підтримання високого рівня морально-психологічного стану військових необхідно застосовувати комплексний підхід, який включає заходи з економічної, науково-технічної, соціальної та духовної сфер. Це дозволяє створювати умови для збереження та зміцнення морально-психологічного потенціалу держави.

Морально-бойові якості, такі як патріотизм, відчуття обов'язку, колективізм, а також професійні військові навички є визначальними для підтримання боєздатності військовослужбовців. Важливою складовою є також психологічна готовність особового складу до дій в умовах сучасних збройних конфліктів. Рекомендується впровадження програм, спрямованих на розвиток морально-психологічної

стійкості та бойових якостей військовослужбовців. Це включає як освітні, так і практичні заходи, що сприяють формуванню необхідних морально-етичних норм та цінностей. Необхідно створити ефективні механізми швидкого реагування на можливі психологічні кризи серед військовослужбовців. Це можуть бути як спеціалізовані психологічні служби, так і системи підтримки та реабілітації військових. Публічне управління повинно забезпечувати постійний контроль і моніторинг морально-психологічного стану військових підрозділів. Це вимагає тісної взаємодії між військовим і цивільним керівництвом, а також залучення наукових установ для проведення досліджень і розробки відповідних рекомендацій.

Важливо забезпечити активну інформаційну підтримку військовослужбовців, спрямовану на зміцнення їхніх морально-психологічних якостей. Це включає не лише внутрішні комунікації, але й громадські зв'язки, що сприяють підвищенню рівня підтримки армії з боку населення. Командири на всіх рівнях повинні бути підготовлені не лише з військових, але й з морально-психологічних питань, що дозволить їм ефективно управляти особовим складом в умовах бойових дій.

Таким чином, вдосконалення системи управління морально-психологічним забезпеченням військових підрозділів є необхідною умовою для підвищення ефективності Збройних Сил України та зміцнення обороноздатності держави в цілому.

### Література:

1. Агаєв Н. А., Дикун В. Г., Стасюк В. В. Особливості організації морально-психологічного забезпечення в іноземних арміях: навч. під Києвом: Національний центр ЗС України, 2020.
2. Аleshchenko В. І. Морально-психологічне забезпечення застосування військ (сил): історія та сучасність: Навчально-методичний посібник. Ярків: ХВУ, 2000. 87 с.
3. Безбах В. Г., Вилко В. М., Гавриш О. В. Морально-психологічне забезпечення в Збройних Силах України: Навчально-метод. Київ: НАОУ, 2002. 232 с.
4. Білошицький В. І., Бех С. М., Скузь Ю. А., Стукан С. О. Область соціальної психології: Навчальний посібник. Київ: НТУУ ім. КПІ. І. Сікорського», 2019. 126 с.
5. Бойко О. В. *Основне призначення структур морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах*. URL: <https://www.obozrevatel.com/ukr/society/usnovne-priznachennya-moralpsychological-structure-zabezpechennya-zsu.htm>. Дата доступу: 10.09.2024.
6. Друзь О. В., Родченко Л. М., Руденко Л. М., Вельган О. О. Вплив психічного здоров'я працівників організацій на продуктивність в умовах воєнного стану. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2024, (1), 26–29.
7. *Концепція підготовки Збройних Сил України*. URL: <https://www.ukrmilitary.com/2016/02/concept-of-the-armed-forces-of-ukraine.html>. Дата доступу: 09.09.2024.
8. Ключко О., Семенець-Орлова І. Національна безпека: український вимір. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Політичні науки та публічне управління*, 2022, 2 (62), 66–75.
9. Криворучко І., Щур Н., Семенець-Орлова І. Концептуальні засади розвитку безпекового середовища в Україні. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Політичні науки та публічне управління*, 2023, 6 (72), 33–43.
10. Купрій Т., Коцур В., Семенець-Орлова І., Шкляр Н., Дракохруст Т., Березовська-Хміль, О. Security issues on the European continent in conditions of russia's aggression against Ukraine, 2023, *Revista de Gestão Social e Ambiental* (6). с. 1–12.

11. Родченко Л., Друзь О., Руденко Л., Семенець-Орлова І., Вельган О. Розвиток емоційної стійкості особистості для подолання наслідків військової травми. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, 2023, 5 (61), 18–24.
12. Тенгізович К. Г., Родченко Л. Психологічні особливості прояву та динаміки перебігу депресивних станів особистості. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, 2024, 1(62), 5–9. <https://doi.org/10.32689/maur.psych.2024.1.1>.
13. Усаченко О. О. Особливості формування державного оборонного замовлення в Україні. *Інвестиції: практика та досвід*, 2020, (2), 95–98.
14. Усаченко О. О. Теоретичний аналіз феномену військового лідерства. *Публічне урядування*, 2022, 5 (33), 109–113.
15. Krasnodemska I., Savitskaya M., Berezan V., Tovstukha O., Rodchenko L. Psychological consequences of warfare for combatants: ways of social reintegration and support in Ukraine. *Amazonia Investiga*, 2023, 12(70), 78–87.
16. Radchenko O., Kovach V., Semenets-Orlova I., Zaporozhets A. (Eds.). *National security drivers of Ukraine: information technology, strategic communication, and legitimacy*, 2023, Springer Nature.
17. Usachenko A. Реалізація сучасної державної політики у сфері культури та орієнтири розвитку в умовах проведення адміністративної реформи. *Theory and Practice of Public Administration*, 2020, 1(68), 119–125.



УДК 159.942:316.614.4

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.3>**Олена ЗАЙЦЕВА**

студентка спеціальності 053 «Психологія», ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ORCID: 0009-0005-8229-8836

**Антоніна ГРИСЬ**

доктор психологічних наук, професор кафедри психології, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ORCID: 0000-0002-0153-2303

**ОСОБЛИВОСТІ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ  
ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ**

Стаття присвячена теоретичному та емпіричному дослідженню особливостей механізмів психологічного захисту чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях, зокрема в умовах війни. Метою статті є висвітлення результатів емпіричного дослідження особливостей механізмів психологічного захисту чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях та їх порівняння.

У дослідженні було використано комплекс методів: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння та ін.) емпіричні (анкетування, психодіагностичні методики та ін.), математико-статистичний аналіз.

Розкрито та проаналізовано основні підходи до визначення понять та класифікації механізмів психологічного захисту, а також поняття «екстремальної ситуації» у вітчизняній та зарубіжній літературі. Висвітлено психологічні наслідки впливу екстремальних ситуацій на особистість.

Наведено результати дослідження нервово-психічної напруженості, психологічного стресу, показники механізмів психологічного захисту та ресурсних каналів в експериментальних групах.

У статті також представлено результати порівняльного аналізу показників механізмів психологічного захисту та розвиненості ресурсних каналів між чоловіками та жінками в екстремальних ситуаціях за моделлю. Зроблено висновок, що статистично значимих відмінностей між результатами двох груп немає.

Представлено програму розвитку психологічного захисту особистості в екстремальних ситуаціях та надано рекомендації щодо психологічної допомоги людям, які переживають наслідки екстремальних ситуацій.

Дослідження відкриває перспективи подальшого вивчення психологічного захисту особистості в екстремальних умовах, а також методів психологічної допомоги людям, що переживають наслідки екстремальних ситуацій.

**Ключові слова:** екстремальна ситуація, психологічний захист, захисні механізми, ресурсні канали, психологічна допомога.

**Olena Zaitseva, Antonina Hrys. FEATURES OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE  
MECHANISMS OF MEN AND WOMEN IN EXTREME SITUATIONS**

This article is dedicated to the theoretical and empirical study of the mechanisms of psychological defense of men and women in extreme situations, particularly in the context of war. The aim of the article is to present the results of the empirical study of the features of psychological defense mechanisms of men and women in extreme situations and to compare them.

The study employed a range of methods: theoretical (analysis, synthesis, comparison, etc.), empirical (questionnaires, psychodiagnostic methods, etc.) and mathematical and statistical analysis.

The main approaches to studying psychological defense mechanisms, as well as the concept of «extreme situation» in both domestic and foreign literature, are revealed and analyzed. The psychological consequences of the impact of extreme situations on the individual are highlighted.

The results of the study on neuro-psychic tension, psychological stress, indicators of psychological defense mechanisms, and resource channels in the experimental groups are presented.

The article also presents the results of a comparative analysis of the psychological defense mechanisms and the development of resource channels between men and women in extreme situations. The conclusion is made that there are no statistically significant differences between the results of the two groups.

A program for developing psychological defense in extreme situations is proposed, along with recommendations for psychological assistance to people experiencing the consequences of extreme situations.

The research opens up prospects for further study of psychological defense in extreme conditions and methods of psychological assistance to people who have experiencing the consequences of extreme situations.

**Key words:** extreme situation, psychological defense, mechanisms of defense, resource channels, psychological help.

**Актуальність дослідження.** У нашому сучасному житті існує тенденція до глобальних процесів, які направлені не тільки на користь людству, але й на руйнування, що характеризується збільшенням різноманітних

аварій, катастроф, пандемій та надзвичайних ситуацій. Всі ці події несуть в собі загрозу людському життю, здоров'ю та благополуччю, і вносять суттєвий елемент непрогнозованості та випадковості до структури життя

особистості. Різноманітні екстремальні ситуації стали значимою частиною повсякденного життя величезної кількості людей, але їх негативний вплив від цього не поменшав. Саме тому вивчення екстремальності є доцільним та актуальним.

На сьогоднішній день, кожний громадянин України, через війну з Російською Федерацією, опинився, тією чи іншою мірою, в екстремальній ситуації, стані стресу та отримав певну психічну травму. Як відповідь на такі події, наша психіка використовує різноманітні механізми психологічного захисту, щоб зберегти особистість від травмуючого впливу та руйнування. Виникнення механізмів психологічного захисту сприяє ситуації, яка є сильним випробуванням для людини, перевищує її внутрішні ресурси, виходить за рамки її актуального розвитку. Проблема психологічного захисту містить у собі центральне протиріччя між прагненням людини зберегти психічну рівновагу і тими втратами, до яких веде надмірне вторгнення захистів.

Таким чином, актуальність та вибір теми даного дослідження зумовлені тим, що, при всій нагальній потребі дослідження психології поведінки особистості в екстремальних ситуаціях, вона досі залишається маловивченою й тому потребує посиленої уваги та поглибленого аналізу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Провівши аналіз літературних джерел з представленими теоретичними та практичними дослідженнями, було визначено екстремальну ситуацію, як: незвичайні, незвичні умови існування людини, об'єктивно несприятливі для її психофізіологічної організації і життєдіяльності, та такі, що суб'єктивно сприймаються людиною як загрозові її життю, здоров'ю, благополуччю, цінностям особистості та її цілісності. Вивченням екстремальних ситуацій займалися як іноземні, так і вітчизняні дослідники: Л. Бурлачук, О. Ф. Четверіков, М. Чурсов, Я. Шакур, А. Ронік, Т. Титаренко, В. Климчук, Л. Царенко, А. Контарелло, Ф. Марті, Д. Вільсон, М. Горовиць, Дж. Боулбі, Ч. Фіглі, Д. Шпігель, Р. Мертон, М. Раттер, Д. Хебб, Р. Шпіц та інші.

Результатом впливу екстремальних ситуацій на людину може стати розвиток різноманітних хворобливих станів – невротичних та психічних розладів, травматичного та посттравматичного стресу. Найбільш екстремальні ситуації можуть зашкодити навіть базові структури всієї особистісної організації та зруйнувати звичний для людини образ світу, а разом із нею і всю систему життєвих координат.

Виникнення механізмів психологічного захисту сприяє ситуації, яка є серйозним випробуванням для людини, в деякій мірі перевищує її внутрішні ресурси, виходить за рамки її актуального розвитку. Проблема психологічного захисту містить у собі центральне протиріччя між прагненням людини зберегти психічну рівновагу і тими втратами, до яких веде надмірне вторгнення захистів. З одного боку, безумовна користь від усіх видів захисту, покликаних знижувати напруженість, що накопичується в душі людини, шляхом спотворення вихідної інформації або відповідної зміни поведінки. З іншого боку, їх надмірне включення не дозволяє особистості усвідомлювати об'єктивну, справжню ситуацію, адекватно та творчо взаємодіяти зі світом.

Дослідженням та аналізом зазначених механізмів займалися такі відомі психологи – З. Фройд, А. Фройд, Дж. Валіант, Ф. Крамер, Н. Хаан, Р. Вайт, К. Менінгер, К. Хорні, Е. Фромм, А. Адлер, Ф. Перлз, Р. Плутчик, Р. Лазарус, М. Лагад, А. Налчаджян, Н. Гончарук, С. Діхтяренко, С. Харенко, О. Богач, О. Гошовська, Д. Титаренко, В. Шебанова, В. Медведєв, Г. Шульдик та інші.

Таким чином, психологічний захист – це спеціальна система стабілізації особистості, спрямована на забезпечення свідомості від неприємних, травмуючих переживань, пов'язаних із внутрішніми та зовнішніми конфліктами, станами тривоги та дискомфорту.

**Об'єкт дослідження** – механізми психологічного захисту.

**Предмет дослідження** – особливості психологічного захисту чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях

**Мета дослідження** – теоретико-емпіричним шляхом виявити та порівняти різноманітні механізми психологічного захисту чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях.

Досягнення мети вимагало вирішення таких завдань:

1. Здійснити аналіз літератури та визначити базові поняття та класифікації механізмів психологічного захисту особистості; визначити базові поняття екстремальної ситуації.

2. Емпірично дослідити рівні нервово-психічної напруженості та психологічного стресу; показники механізмів психологічного захисту та ресурсних каналів в експериментальних групах, які знаходяться в екстремальних ситуаціях.

3. Здійснити порівняльний аналіз механізмів психологічного захисту та ресурсних каналів між експериментальними групами в екстремальних ситуаціях.

4. Розробити програму щодо розвитку психологічного захисту особистості в екстремальних ситуаціях та рекомендації щодо психологічної допомоги особистості в подоланні наслідків екстремальних ситуацій.

**Методи дослідження:** теоретичні – аналіз, синтез, узагальнення, систематизація, порівняння; емпіричні – анкетування, психодіагностичні методики, констатувальний експеримент, математико-статистичний аналіз.

У дослідженні використовувалися такі **методики:** авторська анкета; «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Х. Келермана, Х. Конте, в адаптації А. О. Вассермана; опитувальник «BASIC RH-36» М. Лагада, М. Дорона в перекладі українською мовою «Центром кризової інтервенції»; шкала нервово-психологічної напруженості (НПН) Т. А. Немчина; шкала психологічного стресу PSM 25 (Шкала Лемура-Тесьє-Філіона) в адаптації Н. Є. Водопьянкової; для обробки результатів дослідження використовувався математико-статистичний аналіз: описова статистика та t-критерій Стьюдента.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Гіпотезою дослідження стало припущення, що між показниками механізмів психологічного захисту, які використовує особистість в екстремальних ситуаціях, є відмінності в залежності від статі (чоловіки та жінки).

Експериментальна вибірка включила 57 громадян України, які знаходяться в екстремальних ситуаціях, а саме переживають вплив чи беруть безпосередню участь у військових діях нашої країни з РФ. Серед респондентів 29 осіб чоловічої статі та 28 – жіночої. Вік досліджуваних коливається від 25–63 років. Усі учасники були розділені на дві групи за статевою належністю, які умовно ми будемо називати: «ЖІНКИ» (28 осіб) та «ЧОЛОВІКИ» (29 осіб).

Результати проведеного дослідження дозволяють стверджувати, що в обидвох групах, «ЖІНКИ» та «ЧОЛОВІКИ», за опитувальником «Шкала нервово-психічної напруги», спостерігаються майже однакові середні значення нервово-психічної напруги, а саме 64,7 б. та 64,5 б., які відповідають помірного (середнього) рівню нервово-психологічної напруженості. За опитувальником «Шкала психологічного стресу PSM-25» виявлені подібні середні значення, а саме 123,4 б. та 120,8 б., які відповідають середньому рівню психологічного стресу. Особи, що мають подібні показники, переживають помірний дискомфорт на фізичному й психічному рівнях, знаходяться у стані активіза-

ції на когнітивному, емоційному й соматичному рівнях, та готові до певної діяльності, мають помірну адаптацію до зовнішніх умов та успішну роботу психологічного захисту від несприятливих почуттів. Але варто зауважити, що особа, яка знаходиться в такому стані, при появі нових чи погіршенні існуючих несприятливих умов, не завжди може адекватно реагувати на подібні тригери.

За опитувальником «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика отримані наступні статистичні дані, представлені в таблиці 1 за групою «ЖІНКИ», таблиці 2 – група «ЧОЛОВІКИ».

Отримані результати свідчать про те, що в групі «ЖІНКИ» середні показники за усіма механізмами психологічного захисту знаходяться приблизно на одному, середньому рівні вираженості. Можна виділити механізм інтелектуалізації (64,85), який має найбільший середній показник. Такий результат може свідчити про те, що жінки, які загалом схильні до сильнішого прояву емоцій в повсякденному житті, в екстремальних ситуаціях, навпаки, схильні до надмірно «розумового» способу подолання ситуації. Інакше кажучи, особистість припиняє переживання, викликані неприємною чи суб'єктивно неприйнятною ситуацією за допомогою логічних установок і маніпуляцій.

Найнижчі показники у даній групі виявились за механізмами проєкції (50,5) та придушення (50,1). Тобто, можна казати про те, що жінки менш схильні витіснити неприйнятні для них імпульси та події на рівень несвідомого (придушення), що зберігає можливість об'єктивно оцінити життєві обставини. Так само, жінки менш схильні до проєктування неусвідомлюваних та неприйнятних для особистості почуттів і думок назовні, приписувати їх іншим людям.

Вищезазначені результати свідчать про те, що в групі «ЧОЛОВІКИ», так само, середні показники за усіма механізмами психологічного захисту знаходяться приблизно на одному, середньому рівні вираженості. Найбільші середні показники мають регресія (60,6) та інтелектуалізація (60,41). Подібні результати можуть казати про те, що чоловіки, так само більше схильні створювати логічні обґрунтування своєї чи чужої поведінки, дій чи переживань, викликаних причинами, які особистість не може визнати через загрозу втрати самоповаги. У цьому способі захисту нерідко спостерігаються очевидні спроби знизити цінність недоступного особистості досвіду. При цьому, збільшені показники механізму регресії свідчать про те, що особистість у своїх поведінкових реакціях

Таблиця 1

**Результати описової статистики даних за опитувальником  
«Індекс життєвого стилю» (LSI) «ЖІНКИ»**

	Заперечення	Придушення	Регресія	Компенсація	Проекція	Заміщення	Інтелектуалізація	Реактивне утворення
Середнє	60,92	50,1	59,78	57,85	50,5	57,78	64,85	53,57
Стандартна помилка	5,46	6,79	6,37	6,02	5,52	6,03	5,37	6,06
Медіана	58	58	57	60	46	69	66	50
Мода	58	8	100	20	69	15	66	20
Стандартне відхилення	28,92	35,94	33,73	31,89	29,21	31,93	28,43	32,11
Дисперсія вибірки	836,4	1291,7	1138,0	1017,4	853,5	1019,5	808,71	1031,2
Екссес	-0,74	-1,7	-1,64	-1,53	-0,67	-1,23	-0,85	-1,43
Асиметричність	-0,4	0,05	-0,08	-0,1	0,15	-0,41	-0,55	0,27
Інтервал	92	92	86	90	93	93	92	90
Мінімум	8	8	14	10	7	7	8	10
Максимум	100	100	100	100	100	100	100	100
Сума	1706	1403	1674	1620	1414	1618	1816	1500
Рахунок	28	28	28	28	28	28	28	28
Рівень надійності (95,0%)	11,21	13,93	13,08	12,36	11,32	12,38	11,02	12,45

Таблиця 2

**Результати описової статистики даних за опитувальником  
«Індекс життєвого стилю» (LSI) «ЧОЛОВІКИ»**

	Заперечення	Придушення	Регресія	Компенсація	Проекція	Заміщення	Інтелектуалізація	Реактивне утворення
Середнє	51,27	59,31	60,6	56,89	48,72	45,03	60,41	45,86
Стандартна помилка	6,26	6,41	5,33	6,39	5,91	5,86	6,29	5,77
Медіана	30	66	71	70	46	46	75	40
Мода	30	100	85	100	100	23	100	10
Стандартне відхилення	33,71	34,53	28,7	34,44	31,83	31,57	33,91	31,11
Дисперсія вибірки	1136,6	1192,9	824,5	1186,4	1013,7	997,03	1150,39	967,98
Екссес	-1,65	-1,7	-0,85	-1,62	-0,98	-0,75	-1,33	-1,18
Асиметричність	0,35	-0,10	-0,5	-0,06	0,54	0,59	-0,4	0,38
Інтервал	92	92	93	90	93	93	92	90
Мінімум	8	8	7	10	7	7	8	10
Максимум	100	100	100	100	100	100	100	100
Сума	1487	1720	1759	1650	1413	1306	1752	1330
Рахунок	29	29	29	29	29	29	29	29
Рівень надійності (95,0%)	12,82	13,13	10,9	13,1	12,11	12,01	12,9	11,83

прагне уникнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку. Використання більш простих та звичних поведінкових стереотипів суттєво збіднює загальний арсенал переживання конфліктних ситуацій. Таким чином, в групі чоловіків перші ланки займають майже протилежні один одному механізми.

За механізмами заміщення (45,03) та реактивного утворення (45,86) у даній групі виявлено найнижчі показники. Зважаючи на це, можна припустити, що респонденти менш схильні до розрядки пригнічених емоцій (як правило, ворожості, гніву) на об'єкти, що становлять меншу небезпеку або доступніші, ніж ті, що насправді викликали негативні емоції та почуття (заміщення).

За опитувальником «BASIC PH-36» М. Лагада отримані наступні статистичні дані, представлені в таблиці 3 за групою «ЖІНКИ», таблиці 4 – група «ЧОЛОВІКИ».

Отримані результати свідчать про те, що в групі «ЖІНКИ» середні показники за усіма ресурсними каналами знаходяться приблизно на одному, високому рівні вираженості. Можна виділити канал I – imagination, тобто уяви (24,46), який має найбільший середній показник. Такий результат може свідчити про те, що жінки в екстремальних ситуаціях схильні знаходити «порятунок» у творчому потенціалі та креативності, шукати і знаходити рішення у фантазіях, уявляти змінене майбутнє чи минуле, нестандартно сприймати реальні події.

Таблиця 3

**Результати описової статистики даних за опитувальником «BASIC PH-36» «ЖІНКИ»**

	<b>B</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	<b>I</b>	<b>C</b>	<b>PH</b>
Середнє	19,03	15,17	20,39	24,46	20,25	20,85
Стандартна помилка	1,66	1,28	1,84	1,38	1,76	1,86
Медіана	17,5	13,5	21	26	21	24,5
Мода	12	10	27	29	10	31
Стандартне відхилення	8,7	6,7	9,7	7,3	9,3	9,8
Дисперсія	77,2	46,2	95,8	53,9	87,3	96,9
Екссес	-0,89	1,75	-1,27	-0,04	-1,53	-1,57
Асиметричність	0,4	1,12	-0,01	-0,63	0,04	-0,35
Інтервал	30	30	30	30	30	28
Мінімум	6	6	6	6	6	6
Максимум	36	36	36	36	36	34
Сума	533	425	571	685	567	584
Рахунок	28	28	28	28	28	28

Найменші показники виявлені за параметром A – affect (15,17), що відповідає достат-

ньому рівню розвиненості даного ресурсного каналу. Таким чином, ми можемо казати про те, що жінки в екстремальних ситуаціях менше схильні до прояву власних емоцій та почуттів назовні, словесно, письмово чи в інших прийнятних формах.

Таблиця 4

**Результати описової статистики даних за опитувальником «BASIC PH-36» «ЧОЛОВІКИ»**

	<b>B</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	<b>I</b>	<b>C</b>	<b>PH</b>
Середнє	22,68	17,65	19,89	21,06	20,86	24,2
Стандартна помилка	1,6	1,5	1,8	1,7	1,8	1,4
Медіана	25	16	20	20	24	26
Мода	14	21	10	14	12	28
Стандартне відхилення	8,6	8,2	9,8	9,2	10	7,6
Дисперсія	74,3	67,8	97,9	84,8	101,9	57,8
Екссес	-1,19	-0,47	-1,5	-0,96	-1,6	0,32
Асиметричність	-0,29	0,64	0,001	-0,09	-0,02	-0,83
Інтервал	30	30	30	30	30	30
Мінімум	6	6	6	6	6	6
Максимум	36	36	36	36	36	36
Сума	658	512	577	611	605	702
Рахунок	29	29	29	29	29	29

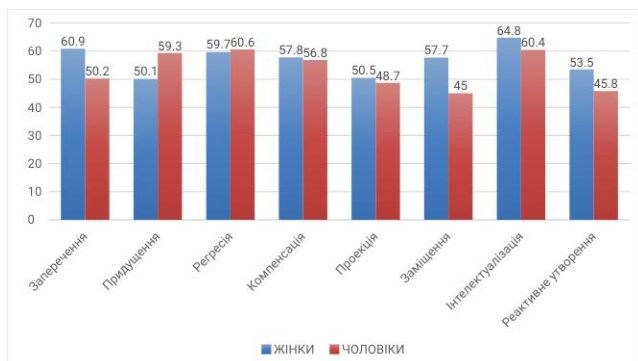
Вищезазначені результати свідчать про те, що в групі «ЧОЛОВІКИ», так само, середні показники за усіма ресурсними каналами знаходяться здебільшого на одному, високому ступені вираженості. Найбільший середній показник має параметр PH – physiology (24,2). Подібні результати можуть казати про те, що чоловіки, більше схильні компенсувати неприйнятні почуття через фізичну активність. Зазначений ресурс включає різноманітні фізичні дії чи навантаження (зарядка, силові вправи, прогулянка тощо), а також тілесні практики (м'язова релаксація, дихальні вправи, масаж та ін.), що, в свою чергу, дозволяє обдумувати та переживати складну ситуацію в неформальному форматі.

Найменший результат виявлено за показником A – affect (17,65), так само як і у жінок.

**Аналіз та порівняння результатів емпіричного дослідження.** Провівши дослідження за методикою «Індекс життєвого стилю» (LSI) між групами «ЖІНКИ» та «ЧОЛОВІКИ», визначивши середні значення результатів за кожним механізмом психологічного захисту, ми порівнюємо отриманні показники між експериментальними групами.

Так, на рисунку 1 зображено отриманні значення у вигляді діаграми, де візуально спостерігаємо вищі показники за механіз-

мом заперечення у жінок, аніж чоловіків (60,9 > 50,2); придушення більш виражено в чоловіків (50,1 < 59,3); за механізмом заміщення показники більше у жінок (57,7 > 45); та реактивне утворення більш виражено у жінок (53,5 > 45,8). Інші показники знаходяться майже на одному рівні між двома групами.



**Рис. 1. Порівняння середніх значень за методикою «Індекс життєвого стилю»**

Для перевірки наявності статистично значимих відмінностей між групами жінок та чоловіків, ми виконали статистичний розрахунок за допомогою t – критерія Стьюдента і отримали наступні значення (табл. 5).

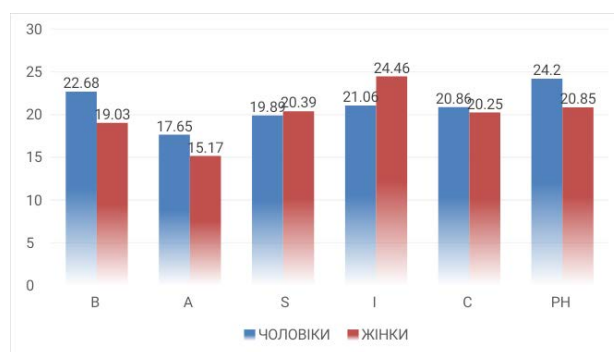
Таблиця 5

**Розрахунок параметрів за допомогою t-критерія Стьюдента за результатами методики «Індекс життєвого стилю»**

	$t_{\text{emp}}$	$t_{0.01}$	$t_{0.05}$
Заперечення	1.16	2.67	2.0041
Придушення	-0.98	2.67	2.0041
Регресія	-0.15	2.67	2.0041
Компенсація	0.11	2.67	2.0041
Проекція	0.22	2.67	2.0041
Заміщення	1.52	2.67	2.0041
Інтелектуалізація	0.54	2.67	2.0041
Реактивне утворення	0.92	2.67	2.0041

Таким чином, провівши аналіз і порівняння механізмів психологічного захисту між групами «ЖІНКИ» та «ЧОЛОВІКИ», за допомогою t-критерія Стьюдента, можемо зробити висновок, що статистично значимих відмінностей між результатами двох груп немає.

Далі, було проведено опитування за методикою «BASIC PH-36» між зазначеними групами, визначено середні значення результатів за кожним ресурсним каналом та порівняно отриманні показники між експериментальними групами. Так, на рисунку 2, зображено отримані значення у вигляді діаграми.



**Рис. 2. Порівняння середніх значень за методикою «BASIC PH-36»**

Так, можемо бачити, що у чоловіків більші показники за каналами Belief (22,6 > 19,03); Affect (17,6 > 15,1);, Physiology (24,2 > 20,8), а у жінок більше переважає канал Imagination (24,46 > 21,06), аніж у чоловіків. Інші показники знаходяться майже на одному рівні між двома групами.

Далі, для перевірки наявності статистично значимих відмінностей між групами жінок та чоловіків, ми також виконали статистичний розрахунок за допомогою t-критерія Стьюдента і отримали наступні значення (табл. 6).

Таблиця 6

**Розрахунок параметрів за допомогою t-критерія Стьюдента за методикою «BASIC PH-36»**

	$t_{\text{emp}}$	$t_{0.01}$	$t_{0.05}$
B	-1.58	2.67	2.0041
A	1.24	2.67	2.0041
S	0.19	2.67	2.0041
I	1.54	2.67	2.0041
C	-0.24	2.67	2.0041
PH	1.43	2.67	2.0041

Так, провівши аналіз і порівняння показників між групами «ЖІНКИ» та «ЧОЛОВІКИ», за параметрами ресурсних каналів особистості за допомогою t – критерія Стьюдента, також робимо висновок, що статистично значимих відмінностей між результатами двох груп немає.

Отримані результати за методикою «BASIC PH-36» М. Лагада свідчать про те, що в групі «ЖІНКИ» середні показники за усіма ресурсними каналами знаходяться приблизно на одному, високому рівні вираженості. Можна виділити канал I – imagination, тобто уяви (24,46), який має найбільший середній показник. Такий результат може свідчити про те, що жінки в екстремальних ситуаціях схильні знаходити «порятунок» у творчому потенціалі та креативності, шукати і знаходити

рішення у фантазіях, уявляти змінене майбутнє чи минуле, нестандартно сприймати реальні події. В групі «ЧОЛОВІКИ», так само, середні показники за усіма ресурсними каналами знаходяться здебільшого на одному, високому ступені вираженості. Найбільший середній показник має параметр РН – physiology (24,2). Подібні результати можуть казати про те, що чоловіки, більше схильні компенсувати неприйнятні почуття через фізичну активність. Зазначений ресурс включає різноманітні фізичні дії чи навантаження (зарядка, силові вправи, прогулянка тощо), а також тілесні практики (м'язова релаксація, дихальні вправи, масаж тощо), що, в свою чергу, дозволяє обдумувати та переживати складну ситуацію в неформальному форматі. Найменший результат в обох групах виявлено за показником А – affect, що відповідає достатньому рівню розвиненості даного ресурсного каналу, як у чоловіків, так і у жінок, що вказує на меншу схильність до прояву власних емоцій та почуттів назовні, словесно, письмо чи в інших прийнятних формах. Провівши аналіз і порівняння показників між групами «ЖІНКИ» та «ЧОЛОВІКИ», за параметрами ресурсних каналів особистості за допомогою t-критерія Стьюдента, також робимо висновок, що статистично значимих відмінностей між результатами двох груп немає.

Таким чином, гіпотезу про існування відмінностей між показниками механізмів психологічного захисту, які використовує особистість в екстремальних ситуаціях, є відмінності в залежності від статі (чоловіки та жінки), можна вважати спростованою, завдання вирішеними, мету досягнутою.

Згідно результатів дослідження було розроблено програму розвитку механізмів психологічного захисту особистості на основі моделі «BASIC PH» М. Лагада, де завданням фахівця є, по-перше, ознайомлення людини з її провідними ресурсами, до яких вона за потреби вже може звертатись, щоб знизити

стрес, напругу тощо. А по-друге, розвиток та активація неактивних ресурсних каналів особистості, розширення можливостей подолання стресу та боротьби з травмуючими подіями. Для розвитку кожного ресурсного каналу було підібрано техніки та методи з різноманітних терапевтичних напрямів, а також методи самодопомоги.

**Висновки.** В проведеній роботі мало місце дослідження особливостей та порівняння механізмів психологічного захисту та ресурсних каналів чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях. В ході аналізу літературних джерел було визначено базові поняття та класифікацію механізмів психологічного захисту, а також терміну «екстремальна ситуація».

В ході емпіричного дослідження і порівняння механізмів психологічного захисту та ресурсних каналів чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях, гіпотезу про існування між показниками механізмів психологічного захисту, які використовує особистість в екстремальних ситуаціях, є відмінності в залежності від статі – було спростовано.

На основі отриманих результатів було надано рекомендації щодо розвитку механізмів психологічного захисту особистості, які включили пропозиції різноманітних методів й технік, як можуть використовуватись як фахівцями в галузі ментального здоров'я, так і самими людьми, які переживають наслідки впливу екстремальних ситуацій.

Дістали подальшого розвитку теоретичні уявлення щодо механізмів психологічного захисту особистості в екстремальних умовах. Також, перспективами подальших досліджень можуть стати збільшення вибірки дослідження, для більш глибокого вивчення гендерних особливостей механізмів психологічного захисту. Також, важливим є дослідження й оцінка ефективності методів та технік розвитку психологічного захисту та психологічної допомоги особистості в екстремальних ситуаціях загалом для вдосконалення практичної роботи фахівців в цій області.

#### Література:

1. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: методич. посіб. Київ: НДЦ ГП ЗСУ. 2016. 234 с.
2. Актуальні питання сучасної науки та практики. Матеріали науково-практичної конференції (15 листопада 2018, Київ). Київ, 2018. 816 с.
3. Андрушко Я. С. Теоретико-психологічний аналіз проблеми механізмів захисту особистості. *Освіта регіону*. 2013. № 2. С. 152–157.
4. Байер О. О. Життєві кризи особистості: навч. Посібник. Дніпро: Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 244 с.
5. Берегова О. В., Коваль К. І. Діагностика та корекція посттравматичного стресового розладу у жителів країни, що перебуває у стані військового конфлікту. *Габітус. Психологія особистості*. Випуск 42. Одеса: Видавничий дім «Гельветика». 2022. С. 113–118.

6. Бельська Н. А. Дослідження діагностико-психометричних можливостей тесту Р. Плутчика – Г. Келермага «Індекс життєвого стилю (Life style Index)» і його стандартизація на вибірці українських учнів старших класів. *Освіта та розвиток обдарованої особистості. Педагогічний та психологічний досвід.* № 1 (72) / I квартал / 2019. С. 20–29.
7. Володарська Н. Д. Роль цінностей психологічних захистів у сприянні позитивному психологічному здоров'ю особистості. *Габітус. Психологія особистості.* Випуск 38. Одеса: Видавничий дім «Гельветика». 2022. С.49–53.
8. Гавриловська К. П. Модель BASIC Ph у роботі психолога. *Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір: тези доповідей X наук.-практ. семінару.*, 23 квіт. 2020 р. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. 92 с. С. 14–15.
9. Гайдук В. С. Психологія травмуючих ситуацій. *Роль психології в часі відстоювання незалежності країни:* зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції молодих вчених, Київ, 14 жовтня 2022 р. Київ : НУБіП України, 2022. С. 62.
10. Дмитрук Т. В. Психологічний захист населення у випадку виникнення надзвичайних ситуацій: методичний посібник. Хмельницький, 2015. 80 с.
11. Екстремальна психологія: Підручник / За загальною редакцією проф. О. В. Тімченка. Київ : ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
12. Злишков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
13. Коновальчук В. І. Психологічні захисти як механізми адаптації людини до екстремальних умов навколишнього середовища. *Актуальні проблеми психології.* Т.7, вип.15, м. Київ. С. 132–136.
14. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2018. 505 с. (перевидання 3-тє доповнене).
15. Максименко О. Г. Дослідження механізмів психологічного захисту особистості в залежності від рівня диференціації психіки / *Практична психологія та соціальна робота:* Науково-практичний та освітньо-методичний журнал, №5. Київ : Социс-Прес, 2010. С. 45–50.
16. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: у 3-х томах / Загальна редакція: Н. Пророк. Навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
17. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: у 3-х томах / Загальна редакція: Л. Царенко. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
18. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: у 3-х томах / Загальна редакція: Л. Гридковець. Навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. 236 с.
19. *Особистість в екстремальних умовах:* матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції, 12 травня 2018 р., м. Львів. Львів: ФОП Корпан Б. І., 2018. 176 с.
20. *Особистість у кризових ситуаціях життя:* матеріали 5 Міжнародної науково-практичної конференції. Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка. Суми : Від-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2019. 472 с.
21. П'янківська Л. В., Бойко-Бузиль Ю. Ю. Класифікація психодіагностичних методик дослідження психоемоційного стану працівників поліції після їх перебування в екстремальних ситуаціях. *Журнал «Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)* № 6 (11), Київ. 2022. С. 473–485. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-6\(11\)-473-485](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-6(11)-473-485)
22. *Проблеми екстремальної та кризової психології.* Збірник наукових праць. Вип. 22. Харків : НУЦЗУ, 2017. 330 с.
23. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник / уклад. М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. вид. 2-ге. Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші. 2012. 616 с.
24. Резнікова О. А. Психологічний захист у структурі адаптаційної поведінки особистості. *Вісник Харківського національного університету №150 Серія «Психологія»*, Харків. 2015. С. 40–44.
25. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
26. Титаренко Д. С. Захисні механізми психіки людини. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць.* Вип. 6. Харків: УЦЗУ, 2009. С. 182–192.
27. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.
28. Coleman J. C. *Abnormal psychology and modern life* / Coleman J.C. – N.Y.: Scott, Foresman & Company. 1956.
29. Plutchik R. A general psychoevolutionary theory of emotions / In R. Plutchik, & H. Keliernan (Eds.). *Emotion: Theory, research, and experience.* Vol. 1. N.Y.: Academic ress. 1980. P. 3–33.
30. Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. A structural theory of ego defenses and emotions / In C. E. Izard (Ed.). *Emotions in personality and psychopathology.* N.Y. Plenum. 1979. P. 229–257.



УДК 316.614:[316.4.063.3–057.36:331.54

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.4>**Лариса КАЛМИКОВА**

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти, Університет Григорія Сковороди в Переяславі, klo377@ukr.net

ORCID: 0000-0002-7538-2635

**Ірина КОБЕЦЬ**

аспірантка, Університет Григорія Сковороди в Переяславі, seo@iceainternational.com

ORCID: 0009-0009-3356-1107

**ПРОФЕСІЙНА ІНТЕГРАЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ ВЕТЕРАНІВ  
У СОЦІУМ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДОСВІД ЗАРУБІЖЖЯ**

Стаття присвячена висвітленню результатів аналізу зарубіжних програм психологічної підтримки військових ветеранів через їхню професійну інтеграцію у соціум. Аналіз існуючих у вітчизняній психології робіт з означеної проблематики засвідчив, що цей напрям психологічних досліджень є відносно новим і малодослідженим. Є окремі розвідки, суміжні з цією проблематикою, але вони більше сфокусовані на вирішенні інших питань реабілітації, зокрема адаптації, становленні, корекції і компенсації порушених психічних функцій.

Автори програм професійної інтеграції ветеранів у США, Канаді та Великій Британії виявляють глибоке розуміння важливості психологічної підтримки в процесі переходу військовослужбовців до цивільного життя, зокрема використання: когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), методів управління стресом, групової підтримки, психоосвіти, терапії прийняття та відданості (АСТ), а також інтеграції психологічного консультування з кар'єрним розвитком. Вони спрямовані на підвищення рівня адаптації, зниження рівня стресу, поліпшення емоційного благополуччя, а також на успішну професійну інтеграцію ветеранів.

Дослідження цих програм засвідчило, що вони можуть бути прикладом для використання в Україні. Впровадження та адаптації подібних програм в Україні має передбачати не лише приклад кращих практик, але й урахування культурних особливостей та специфічних потреб українських ветеранів. Залучення кваліфікованих науковців і психологів та терапевтів, розвиток інфраструктури для надання відповідних послуг, формування комплексних навчальних програм є ключовими для забезпечення успішної реабілітації ветеранів. Врахування міжнародного досвіду та його реалізація в українських реаліях може значно сприяти розробці ефективних стратегій психологічної реабілітації та професійної інтеграції ветеранів.

**Ключові слова:** військові ветерани, програми працевлаштування, професійна інтеграція, психотехніки і методики підтримки.

**Larysa Kalmykova, Iryna Kobets. PROFESSIONAL INTEGRATION  
OF MILITARY VETERANS INTO SOCIETY: PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE  
OF FOREIGN COUNTRIES**

The article is devoted to the results of the analysis of foreign programmes of psychological support for military veterans through their professional integration into society. The analysis of existing works on this issue in domestic psychology has shown that this area of psychological research is relatively new and under-researched. There are some studies related to this issue but they are more focused on addressing other rehabilitation issues, including adaptation, development, correction and compensation of impaired mental functions.

The authors of professional integration programmes for veterans in the United States, Canada and the United Kingdom demonstrate a deep understanding of the importance of psychological support in the transition of military personnel to civilian life, including the use of cognitive behavioural therapy (CBT), stress management techniques, group support, psychoeducation, acceptance and commitment therapy (ACT), and the integration of psychological counselling with career development. These programmes are aimed at increasing the level of adaptation, reducing stress, improving emotional well-being, and facilitating the successful professional integration of veterans.

The study of these programmes has shown that they can serve as a model for use in Ukraine. The implementation and adaptation of similar programmes in Ukraine should not only be based on best practices but also consider the cultural characteristics and specific needs of Ukrainian veterans. Involvement of qualified scientists, psychologists and therapists, development of infrastructure to provide relevant services, and creation of comprehensive training programmes are key to ensuring successful rehabilitation of veterans. Taking into account international experience and implementing it in the Ukrainian context can significantly contribute to the development of effective strategies for psychological rehabilitation and professional integration of veterans.

**Key words:** military veterans, employment programmes, professional integration, psychological techniques and support methods.

**Постановка проблеми.** Одним із найважливіших напрямів психологічної допомоги в сучасних умовах у багатьох країнах світу

є здійснення професійної інтеграції військових ветеранів. В Україні ця проблематика тільки починає актуалізуватися через оголо-

шений військовий стан і військові дії, що відбуваються протягом кількох останніх років. З огляду на це виникає наукова потреба: вивчити стан дослідженості психологічної проблеми професійної інтеграції військових ветеранів з урахуванням тих психологічних проблем, з якими вони звернулися до психолога, а також проблем, які виникають у реабілітаційний період, пов'язаний з психологічною і професійною інтеграцією.

Аналіз існуючих у вітчизняній психології робіт з означеної проблематики засвідчив, що цей напрям психологічних досліджень в Україні є відносно новим і тому малодослідженим. Є окремі розвідки, суміжні з цією проблематикою, але вони більшою мірою спрямовані на вирішення питань реабілітації, пов'язаної з адаптацією, становленням, корекцією і компенсацією психічних функцій, порушених у наслідок військових дій, та інших психологічних питань психологічної допомоги [6]. Однак проблематика професійної інтеграції ветеранів війни до цього часу залишається майже не вивченою і не вирішеною в практичній підтримці звільнених у запас військових.

Саме тому доцільним є звернення науковців до досвіду психологічної допомоги військовим ветеранам у період їхньої професійної інтеграції, що сформувався в інших країнах, і описаний в зарубіжній науковій літературі (Ахерн, Д., Вортен, М., Мастерс, Д., Ліпшман, С. А., Озер, Е. Дж. та Моос, Р. [3], Бінкс, Е., Кембридж, С. [4], Блек, Т. Г. та Папіле, К. [5], Реншоу, К. Д., Кемпбелл, С. Б. [8] та інші.

Цей досвід сприятиме не тільки вирішенню актуалізованої в психологічній науці проблеми професійної інтеграції ветеранів, а й – реалізації цих найважливіших гуманітарних питань в практиці надання психологічної допомоги.

**Мета статті** – описати результати психологічного аналізу програм професійної інтеграції військових ветеранів в перехідний період від військової служби до соціуму, які використовуються в зарубіжних країнах.

**Виклад основного матеріалу.** Загальновідомо, що професійна інтеграція військових ветеранів у цивільне життя є важливим завданням для багатьох країн світу. Особливої уваги серед них заслуговують програми, що враховують психологічні та професійні аспекти реабілітації та підтримки ветеранів. У цьому аналізі ми ґрунтуємося на деяких програмах США, Канади та Британії, безпосередньо зосереджуючись на їх психологічній орієнтації та спрямованості на професію. Для психологічного аналізу стану реалізації питання професійної інтеграції військових

ветеранів в зарубіжних країнах були вибрані чотири програми цього профілю, зокрема:

1) програма професійної реабілітації та працевлаштування (Vocational Rehabilitation and Employment, VR&E) Міністерства справ ветеранів США (Department of Veterans Affairs, VA), що спрямована на підтримку ветеранів з інвалідністю, пов'язаною з військовою службою, у досягненні їхніх професійних цілей та інтеграції у цивільне робоче середовище. Ця програма надає широкий спектр психологічних послуг, включаючи кар'єрне консультування, психосвіту, перекваліфікацію, а також підтримку у пошуку та збереженні роботи [1];

2) програма допомоги у перехідний період (Transition Assistance Program, TAP) є ініціативою Сполучених Штатів Америки, спрямованою на підтримку військовослужбовців у період переходу від військової служби до цивільного життя. TAP надає комплексну підтримку, включаючи кар'єрне консультування, освітні ресурси, допомогу з пошуком роботи та психологічну підтримку, забезпечуючи ветеранам необхідні інструменти для успішної інтеграції у цивільне суспільство. Одним із важливих аспектів програми є психологічна підтримка, яка забезпечує ветеранів необхідними інструментами для ефективного адаптації та інтеграції у нові соціальні та професійні середовища [9];

3) програма послуг з працевлаштування Міністерства справ ветеранів Канади (Veterans Affairs Canada, VAC), що спрямована на підтримку ветеранів та їхніх сімей у процесі інтеграції до цивільного робочого середовища. Особливу увагу програма приділяє психологічним аспектам інтеграції, що сприяють покращенню психічного здоров'я та загального благополуччя ветеранів. Програма надає широкий спектр послуг, включаючи кар'єрне консультування, допомогу у пошуку роботи, навчальні програми та перекваліфікацію. Все це сприяє успішному працевлаштуванню та професійному розвитку ветеранів [2, 10];

4) Програма з переходу до цивільного життя (Transition to Civilian Life Programs) Міністерства Оборони Великої Британії (MOD), що спрямована на соціально-психологічну підтримку військовослужбовців у їхньому переході від військової служби до цивільного життя. Програма надає комплексну підтримку, включаючи кар'єрне консультування, навчальні можливості, психологічну підтримку та соціальну адаптацію, забезпечуючи ветеранів необхідними інструментами для успішної інтеграції у цивільне суспільство [7].

Для унаочнення змісту цих програм наведемо приклад детального аналізу програми,

що діє в США. Програма VR&E була започаткована Міністерством справ ветеранів США (Department of Veterans Affairs, VA). Вона реалізується через спеціалізовані відділи та фахівців VA, які мають досвід у сфері професійної реабілітації, працевлаштування та психологічної підтримки ветеранів. Дана програма VR&E діє по всій території США через мережу офісів Міністерства справ ветеранів. Ветерани можуть отримати доступ до послуг програми як онлайн, так і в місцевих офісах VA, що забезпечує широке охоплення та доступність ресурсів [1].

Основною метою програми VR&E є сприяння успішній професійній інтеграції ветеранів з інвалідністю, шляхом надання їм комплексної підтримки, ресурсів і можливостей для розвитку кар'єри та досягнення фінансової незалежності.

Цілі означеної програми полягають у: 1) підтримці професійної інтеграції: допомога ветеранам з інвалідністю знайти та зберегти бажану роботу, що відповідає їхнім навичкам та здібностям; 2) покращенні якості життя: забезпеченні ветеранів інструментами та ресурсами для досягнення фінансової незалежності та покращення загального добробуту; 3) розвитку навичок та компетенцій: надання можливості для професійного розвитку через навчання, перекваліфікацію та інші освітні програми; 4) зменшенні безробіття серед ветеранів: сприянні зниженню рівня безробіття серед ветеранів шляхом надання цілеспрямованої соціально-психологічної підтримки та ресурсів.

Завдання цієї програми пов'язані з кількома організаційними заходами, зокрема:

- оцінкою потреб ветеранів – проведення детального аналізу індивідуальних потреб та можливостей кожного ветерана;

- кар'єрним консультуванням – надання професійних консультацій щодо вибору кар'єрного шляху, планування професійного розвитку та пошуку роботи;

- освітніми програмами та перекваліфікацією – організація навчальних курсів, програм перекваліфікації та інших освітніх ініціатив для підвищення кваліфікації ветеранів;

- пошуком та збереженням роботи – допомога у пошуку вакансій, підготовці резюме, проведенні співбесід та підтримка на роботі для забезпечення стабільного працевлаштування;

- терапевтичною підтримкою – надання психологічної підтримки для подолання бар'єрів, пов'язаних зі стресом, травмами та іншими психологічними викликами.

Програма передбачає використання різноманітних психологічних методик та технік

для підтримки ветеранів у їхньому переході до цивільного життя та професійній інтеграції. Ці методики спрямовані на покращення психічного стану, розвиток сталого ментального здоров'я та ефективне управління стресом, що є критично важливим для успішної адаптації ветеранів.

В психологічних методиках та техніках програми VR&E передбачені як *психологічно-організаційні компоненти*: а) консультування з психологами для оцінки психічного здоров'я ветерана; б) розробка індивідуальних планів кар'єрного розвитку з урахуванням психологічного стану; в) підтримка в подоланні посттравматичних стресових розладів (ПТСР) – так і *методи*: інтегровані способи, що поєднують кар'єрне консультування з терапевтичними сесіями, групові терапії та тренінги з управління стресом.

На що спрямовуються методи і який вплив вони забезпечують в межах цієї програми?

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) допомагає ветеранам ідентифікувати та змінювати негативні мисленнєві патерни та поведінкові реакції, що впливають на їхню здатність адаптуватися до цивільного життя. КПТ використовується для подолання посттравматичних стресових розладів (ПТСР), тривожності та депресії, що часто зустрічаються серед ветеранів.

Техніки управління стресом містять методи релаксації, глибокого дихання, медитації та майндфулнес для зменшення рівня стресу та покращення емоційного благополуччя. Вони допомагають ветеранам справлятися зі стресовими ситуаціями на роботі та в повсякденному житті.

Групова терапія та підтримка однолітків забезпечує безпечне середовище для обміну досвідом, емоціями та стратегіями подолання труднощів між ветеранами, сприяючи соціальній адаптації, зниженню відчуття ізольованості та розвитку почуття спільності.

Психоосвіта сприяє наданню інформації про психічне здоров'я, методи самопомогі та доступні ресурси підтримки. Вона підвищує обізнаність ветеранів щодо їхнього психічного стану та доступних способів його покращення.

Терапія прийняття та відданості (Acceptance and Commitment Therapy, АСТ) фокусується на не прийнятті негативних думок та емоцій, одночасно сприяючи визначенню та досягненню особистих цілей. Ця терапія допомагає ветеранам розвивати гнучкість у мисленні та поведінці, що сприяє кращій адаптації до змін.

Кар'єрне консультування та планування допомагає інтегрувати психологічне консуль-

тування із заходами професійного розвитку, активізуючи ветеранів визначити кар'єрні цілі та розробити плани їх досягнення. Застосування цієї психотехніки забезпечує цілісний підхід до професійної інтеграції, враховуючи психологічні потреби ветеранів.

Результати аналізу, присвяченого вивченню психологічних аспектів чотирьох провідних зарубіжних програм професійної інтеграції ветеранів, а саме: а) *Department of Veterans Affairs (VA) Vocational Rehabilitation and Employment (VR&E)* та б) *Transition Assistance Program (TAP)* (Сполучених Штатах Америки); в) *Veterans Affairs Canada (VAC) Employment Services* (Канади); а також г) *UK Ministry of Defence (MOD) Transition to Civilian Life Programs* (Великої Британії) засвідчили потребу у їх порівнянні. Метою цього порівняння було виявлення спільних рис та відмінностей у психологічній підтримці, наданій ветеранам, а також визначення найкращих практик, які можуть бути впроваджені в Україні для підтримки українських ветеранів.

Загальний огляд психологічної реабілітації, описаний в цих програмах, дав змогу виявити, що в усіх чотирьох програмах приділяється значна увага психологічній підтримці ветеранів, визнаючи її критичну роль у процесі їхньої професійної інтеграції та загального благополуччя. Психологічна підтримка включає різноманітні методики та техніки, спрямовані на подолання психічних травм, розвиток резильєнтності та покращення емоційного стану ветеранів. Результати аналізу основних методик та технік, що передбачені в межах цих чотирьох програм, продемонстрували єдність науковців означених країн у виборі психотехнік для використання з військовими ветеранами, що відображено в таблиці 1.

Порівняння психологічних аспектів аналізованих програм засвідчило їх спільні риси. По-перше, це наявність в них індивідуального підходу. Розглянуті програми передбачають індивідуальне психологічне консультування, що дозволяє враховувати виниклі потреби кожного військовослужбовця. По-друге застосування терапевтичних методів: використання когнітивно-поведінкової терапії, управління стресом та ін.. Розвиток навичок саморегуляції також є спільними елементами усіх програм. По-третє, це групова підтримка. Більшість програм містять групові терапії та підтримку однолітків, що сприяє соціальній адаптації та обміну досвідом.

В аналізованих програмах також є й відмінності. Серед того, що відрізняє програми, слід назвати їхнє фокусування на культурних особливостях країн. Наприклад, канадська програма більшою мірою акцентує увагу на культурній адаптації та підтримці різноманітності, тоді як американська програма більше зосереджується на медичній підтримці ПТСР. Відмінності також спостерігаються в інтеграції з іншими службами. У США програма інтегрована з медичними та соціальними службами, тоді як в інших країнах інтеграція може бути менш розвиненою або відбуватися через окремі ініціативи. Ефективність порівнюваних програм доводяться певними аргументами, зокрема позитивними результатами, які демонструються зменшенням симптомів ПТСР, підвищенням рівня психологічної стійкості та поліпшенням професійної інтеграції цієї категорії осіб. Ефективність аргументується також передбаченою можливістю її постійного вдосконалення.

Незважаючи на загальні успіхи реалізації цих програм, залишається необхідність постійного удосконалення окремих психологічних компонентів програм, враховуючи

Таблиця 1

**Спільні техніки і методи професійної інтеграції в межах впровадження міжнародних програм підтримки військових ветеранів**

Програма	Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ)	Техніки управління стресом	Групова терапія та підтримка однолітків	Терапія прийняття та відданості (АСТ)	Психосвіта	Кар'єрне консультування з психологічною підтримкою
VA VR&E (США)	Так	Так	Так	Так	Так	Так
TAP (США)	Так	Так	Так	Так	Так	Так
VAC Employment Services (Канада)	Так	Так	Так	Так	Так	Так
UK MOD Transition Programs (Великобританія)	Так	Так	Так	Так	Так	Так

змінні потреби ветеранів та розвиток нових терапевтичних методів.

Детальний аналіз психологічних аспектів означених програм показав, що когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) застосовується в: а) VA VR&E та TAP (США) для подолання ПТСР, тривожності та депресії. Програми передбачають надання індивідуальних та групових сесій КПТ, спрямованих на зміну негативних мисленнєвих патернів; б) VAC Employment Services (Канада) як частина комплексної психологічної підтримки, спрямованої на покращення емоційного благополуччя ветеранів; в) UK MOD Transition Programs (Великобританія) для підтримки ветеранів при подоланні психологічних травм та адаптації до цивільного життя. Щодо техніки управління стресом, то всі програми включають методи релаксації, глибокого дихання, медитації та майндфулнеса. Ці техніки сприяють зниженню рівня стресу та покращенню здатності справлятися зі стресовими ситуаціями. Групова терапія та підтримка однолітків у всіх програмах забезпечує безпечне середовище для обміну досвідом та емоціями між ветеранами, сприяючи соціальній адаптації та зниженню відчуття ізоляції. Терапія прийняття та відданості (АСТ) у всіх програмах спрямована на не прийняття негативних думок та емоцій, одночасно сприяючи визначенню та досягненню особистих цілей. Психоосвіта всіма програмами спрямована на надання інформації про психічне здоров'я, а також на оволодіння методами самопомоги та отримання доступних ресурсів підтримки. Техніка кар'єрного консультування з психологічною підтримкою у всіх програмах інтегрує психологічне консультування із заходами професійного розвитку, допомагаючи ветеранам визначити кар'єрні цілі та розробити плани їх досягнення.

Моніторинг питань інтеграції психологічної підтримки з іншими послугами засвідчив, що у програмі VA VR&E та TAP (США) висока інтеграція психологічних послуг з кар'єрним консультуванням та навчальними програмами, що забезпечує цілісний підхід до підтримки ветеранів. Програма VAC Employment Services (Канада) поєднує психологічну підтримку з професійним розвитком, сприяючи більш ефективній адаптації ветеранів. А в програмі UK MOD Transition Programs (Великобританія) забезпечується комплексна підтримка через інтеграцію психологічних методик з освітніми та кар'єрними послугами.

Обсервація програм щодо співвідношення індивідуальних та групових форм підтримки

військових ветеранів показала, що всі програми поєднують індивідуальні та групові підходи, що дозволяє враховувати різні потреби ветеранів та забезпечувати багатогранну підтримку. Баланс між індивідуальними консультаціями та груповими сесіями для максимізації ефективності психологічної підтримки – необхідна умова реалізації цих програм. Оцінка освітніх та тренінгових компонентів програм з їх психологічною орієнтацією на військових ветеранів дає підстави стверджувати, що всі програми передбачають навчальні семінари та тренінги, спрямовані на розвиток таких психологічних навичок, як управління стресом, розвиток резильєнтності та саморегуляції. Включення психологічних аспектів у навчальні програми та тренінги для ветеранів, демонструє позитивні результати у психологічних станах та поведінці цієї категорії осіб при зосередженості на розвитку емоційного інтелекту та навичок самопомоги.

Розгляд програм в аспекті доступності та охоплення послугами засвідчив, що VA VR&E та TAP (США) пропонує послуги як онлайн, так і через місцеві офіси, забезпечуючи широкий доступ для ветеранів по всій території США. VAC Employment Services (Канада) пропонує доступ до послуг через місцеві офіси та онлайн-платформи, що дозволяє ветеранам з різних регіонів отримувати необхідну підтримку. Програмою UK MOD Transition Programs (Великобританія) пропонуються послуги через місцеві офіси, партнерські організації та онлайн-ресурси, забезпечуючи доступність для ветеранів по всій Великій Британії. Впровадження мультиканальних підходів до надання психологічної підтримки, включаючи онлайн-платформи, місцеві центри підтримки та мобільні служби для ветеранів у віддалених регіонах, ефективно допомагає ветеранам у зручній для них спосіб і швидко знайти необхідну для себе інформацію та підтримку.

**Висновки.** В Програмах професійної інтеграції ветеранів у Сполучених Штатах, Канаді та Великій Британії виявляється глибоке розуміння важливості психологічної підтримки в процесі переходу військовослужбовців до цивільного життя. Зокрема, когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), методи управління стресом, групова підтримка, психоосвіта, терапія прийняття та відданості (АСТ), а також інтеграція психологічного консультування з кар'єрним розвитком формують основу цих програм. Вони спрямовані на підвищення рівня адаптації, зниження рівня стресу, поліпшення емоційного благополуччя,

а також на успішну соціальну та професійну інтеграцію ветеранів. Дослідження цих програм засвідчило, що вони можуть бути прикладом для використання в Україні. Проте впровадження та адаптації подібних програм в Україні має передбачати не лише переклад кращих практик, але й урахування культурних особливостей та специфічних потреб українських ветеранів. Залучення кваліфікованих науковців і психологів та терапевтів, розвиток інфраструктури для надання відповідних послуг, а також формування комплексних навчальних програм, які б інтегрували психологічну підтримку з професійним

навчанням та консультуванням, є ключовими для забезпечення успішної реабілітації ветеранів. Врахування міжнародного досвіду та його реалізація в українських реаліях може значно сприяти розробці ефективних стратегій психологічної реабілітації та професійної інтеграції ветеранів, що є важливим для зміцнення соціальної згуртованості та економічного розвитку країни.

**Перспективами подальших досліджень** є надання психологічних рекомендацій з упровадження цих програм в практику соціально-психологічної підтримки військових ветеранів.

#### Література:

1. Офіційний сайт уряду США. Програма професійної реабілітації та працевлаштування (Vocational Rehabilitation and Employment, VR&E) Міністерства справ ветеранів США (Department of Veterans Affairs, VA). URL: <https://www.va.gov/careers-employment/>
2. Програма послуг з працевлаштування Міністерства справ Ветеранів Канади (Veterans Affairs Canada, VAC). URL: <https://www.veterans.gc.ca/en>
3. Ahern J., Worthen M., Masters J., Lippman S. A., Ozer E. J., Moos R. The challenges of Afghanistan and Iraq veterans' transition from military to civilian life and approaches to reconnection. *PLOS ONE*, № 10(7), 2015. Article e0128599. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128599>
4. Binks E., Cambridge S. The transition experiences of British military veterans. *Political Psychology*, № 39 (1). 2018. 125–142. <https://doi.org/10.1111/pops.12399>
5. Black T. G., Papile C. Making it on Civvy Street: An online survey of Canadian veterans in transition. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, № 44(4). 2010. 383–401. URL: <http://surl.li/rtdbxh>
6. Koval O. V., Ivanenko M. P. Інтеграція психологічних методик у програми реабілітації ветеранів України. *Психологія та суспільство*, № 10 (1). 2023. 33–50. URL: <http://surl.li/vlykjb>
7. Ministry of Defence UK (MOD). (2023). Transition to Civilian Life Programs: Support and Resources. London: MOD. URL: <http://surl.li/zvjfjr>
8. Renshaw K. D., Campbell S. B. Deployment-related benefit finding and postdeployment marital satisfaction in military couples. *Family Process*, № 56(4). 2017. 915–925. DOI: 10.1111/famp.12249
9. Transition Assistance Program (TAP). URL: <https://www.dodtap.mil/dodtap/app/home>
10. Veterans Affairs Canada (VAC). Employment Services for Veterans. 2023. URL: <https://www.veterans.gc.ca/en>

УДК 159.944.4:612.03

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.5>**Аліна КОРНЕВА**аспірантка кафедри соціальної психології, факультету психології, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, [alina.kornieva@ukr.net](mailto:alina.kornieva@ukr.net)

ORCID: 0009-0000-6639-2340

## ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ФЕНОМЕН СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ: ПОНЯТТЯ, СТРУКТУРА, ФУНКЦІЇ

У статті подано теоретичний аналіз феномену життєстійкості, який розглядається як багатовимірний психологічний ресурс для адаптації до стресових ситуацій. Описано основні аспекти життєстійкості, її структуру та функції в контексті сучасної психології. Зокрема, розглянуто історію розвитку цього терміну, який вперше був запропонований С. Кобасою і С. Мадді, що вивчали вплив стресових ситуацій на працівників компанії. Визначено три ключові компоненти життєстійкості: залученість, контроль та готовність до ризику, які дозволяють індивідууму ефективно долати труднощі та адаптуватися до змін. Також здійснили порівняльний аналіз різних теоретичних підходів, що існують вітчизняними та зарубіжними психологами до розуміння життєстійкості, виявляючи спільні риси та відмінності у трактуванні цього феномену. Значну увагу приділено дослідженню основних функцій життєстійкості, серед яких виокремлено адаптивну, прогностичну, регуляторну та трансформаційну функції. Кожна з цих функцій допомагає особистості не лише долати стрес, а й розвиватися через подолання труднощів, зберігаючи психологічну рівновагу та знаходячи нові шляхи для самореалізації.

Окремо наголошено на важливості соціальних компонентів життєстійкості, зокрема взаємодії з оточенням та підтримки з боку соціальних груп, що є значущими для ефективного подолання стресових ситуацій. В результаті, стаття підкреслює життєстійкість як комплексний феномен, що включає когнітивні, емоційні, соціальні та поведінкові аспекти, які взаємодіють для підтримки адаптації до стресових ситуацій.

Практичне значення роботи полягає у можливості застосування її висновків для розробки програм психологічної підтримки, спрямованих на розвиток життєстійкості у різних соціальних і професійних групах. Таким чином, життєстійкість розглядається як універсальний ресурс, що забезпечує адаптацію до стресових ситуацій і сприяє гармонійному розвитку особистості навіть у складних умовах.

**Ключові слова:** життєстійкість, компоненти життєстійкості, функції життєстійкості.

### Alina Kornieva. **HARDINESS AS A PHENOMENON OF MODERN PSYCHOLOGY: CONCEPT, STRUCTURE, FUNCTIONS**

The article presents a theoretical analysis of the phenomenon of hardiness, which is considered a multidimensional psychological resource for adaptation to stressful situations. The main aspects of hardiness, its structure, and its functions are described in the context of modern psychology. In particular, the history of the development of this term is examined, first introduced by S. Kobasa and S. Maddi, who studied the impact of stressful situations on company employees. Three key components of hardiness are identified: commitment, control, and challenge, which enable an individual to effectively overcome difficulties and adapt to changes. A comparative analysis of various theoretical approaches by domestic and foreign psychologists to understanding hardiness is also conducted, highlighting commonalities and differences in interpreting this phenomenon.

Significant attention is paid to studying the primary functions of hardiness, including adaptive, prognostic, regulatory, and transformative functions. Each of these functions helps individuals not only cope with stress but also grow through overcoming difficulties, maintaining psychological balance, and finding new ways for self-realization.

The importance of the social components of hardiness is emphasized, particularly interaction with others and support from social groups, which are crucial for effectively dealing with stressful situations. As a result, the article highlights hardiness as a complex phenomenon that includes cognitive, emotional, social, and behavioral aspects, which interact to support adaptation to stress.

The practical significance of the work lies in the possibility of applying its conclusions to develop psychological support programs aimed at fostering hardiness in various social and professional groups. Thus, hardiness is considered a universal resource that ensures adaptation to stressful situations and promotes the harmonious development of the individual even in challenging conditions.

**Key words:** hardiness, components of hardiness, functions of hardiness.

**Постановка проблеми.** Життєстійкість є важливим аспектом психологічної науки, проте її вивчення на сьогоднішній день все ще перебуває на етапі активного розвитку. У вітчизняній психології цей феномен став об'єктом досліджень лише нещодавно, попри те, що зарубіжні науковці вже давно звернули увагу на його значення. Перші дослідження життєстійкості були зроблені представниками зарубіжної психології С. Кобасою та С. Мадді в контексті вивчення офісних працівників, зокрема менеджерів, що дозволило виокре-

мити ключові компоненти життєстійкості – залученість, контроль і прийняття ризику.

На сьогодні, досліджуючи життєстійкість зарубіжні вчені (Е. Вернер, Р. Сміт, А. Мас-тен), підкреслюють важливість різних складових життєстійкості для успішної адаптації особистості до складних ситуацій.

Сучасні вітчизняні психологи Д. Асонов, О. Кокун, С. Кондратюк, О. Корніяка, О. Купреєва, В. Предко, Л. Сердюк, О. Хамініч, О. Чиханцова та інші, зосереджуються, в основному, на соціальних і емоційних ком-

понентах, що також є важливими для забезпечення психологічної стійкості.

Особливістю цього феномену є його багатомірність, що включає когнітивні, емоційні, соціальні та поведінкові аспекти і потребує більш глибокого систематизованого підходу. У зв'язку з цим виникає необхідність у поглибленому теоретичному аналізі життєстійкості як складного психологічного феномену, що інтегрує різні компоненти.

**Метою статті** є теоретичний аналіз феномену життєстійкості, визначення її сутності, структури та основних функцій у контексті сучасної психологічної науки.

**Методи дослідження.** Теоретичний аналіз наукової літератури дозволив детально ознайомитися з існуючими підходами та концепціями життєстійкості, що сприяло визначенню її основних компонентів. За допомогою систематизації було упорядковано знання про когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти життєстійкості, а також з'ясовано їх взаємодію. Узагальнення дозволило створити цілісне уявлення про життєстійкість як багатомірне явище, що включає не лише індивідуальні, а й соціальні компоненти. Порівняльний аналіз різних підходів допоміг виокремити спільні риси і відмінності в трактуванні життєстійкості вітчизняними та зарубіжними дослідниками. Загалом, використання цих методів забезпечило більш глибоке розуміння життєстійкості та її значення для адаптації до стресових ситуацій.

**Завданнями дослідження є:** 1. проаналізувати основні теоретичні підходи до визначення поняття життєстійкості в психології; 2. визначити ключові компоненти життєстійкості та їх взаємодію в процесі адаптації до стресових ситуацій; 3. описати основні функції життєстійкості, зокрема адаптивну, прогностичну, регулятивну та трансформаційну, на основі теоретичних моделей, запропонованих вітчизняними та зарубіжними дослідниками.

**Наукова новизна** даного дослідження полягає у систематизації та інтеграції теоретичних підходів до розуміння життєстійкості як багатомірного психологічного феномену, а також в аналізі її основних компонентів і функцій у контексті адаптації до стресових ситуацій. В рамках даного дослідження представлено комплексне теоретичне моделювання життєстійкості, яке поєднує когнітивні, емоційні, соціальні та поведінкові аспекти цього феномену, з урахуванням взаємодії між ними та їх впливу на процес адаптації.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Життєстійкість з наукової точки зору розуміється як психологічна риса, яка вивчається в рамках концепції життєстійкості. С. Мадді визначає життєстійкість, як

стійку, багатомірну рису особистості, яка концептуалізується як набір когнітивних, емоційних і поведінкових характеристик [13]. Його описують як сукупність поглядів і переконань щодо себе та навколишнього світу, які надають сміливості та мотивації перетворювати складні ситуації на можливості для зростання, а також здатність зберігати здоров'я і добре працювати навіть в умовах сильного стресу [10].

Життєстійкість як психологічний феномен привертає увагу дослідників завдяки своїй важливій ролі у подоланні труднощів та адаптації до стресових ситуацій. Вітчизняна та зарубіжна психологічна наука розробила різні підходи до розуміння та визначення цього поняття, що обумовлено як теоретичними традиціями, так і соціокультурними особливостями.

У вітчизняній українській психології життєстійкість часто розглядається через призму особистісного зростання, здатності до саморегуляції та подолання криз. Зокрема, дослідники наголошують на значенні соціальних зв'язків, підтримки та виховання в адаптації до життєвих труднощів. Важливими аспектами є взаємодія з соціальним середовищем та здатність індивіда мобілізувати внутрішні ресурси [6].

Так Д. Аносов та О. Хаустова зазначають що в поняття життєстійкість часто використовується як синонім стійкості/резильєнтності. Однак останнім часом ці поняття почали розмежовувати з огляду на те, що життєстійкість розглядається як захисний фактор стійкості [1].

В. Предко визначає життєстійкість – як сутнісну якість особистості, яка ґрунтується на позитивному ставленні до життя, передбачає вміння досягати поставлених цілей, забезпечує самовизначення та внутрішню рівновагу, сприяє розкриттю ресурсного потенціалу та є необхідною умовою повноцінного розвитку. Також, зазначає що підлітковий вік є найбільш чутливим періодом для формування життєстійкості, оскільки визначає подальший розвиток особистості та впливає на формування ціннісних орієнтацій і ставлення до життя. Про те, розвинути життєстійкість можна і впродовж всього життя [5].

О. Чиханцова дає наступне визначення життєстійкості – це енергозберігаючий механізм виживання в умовах життєвих труднощів та соціальних змін. Цей механізм дозволяє особистості зберігати свій особистісний потенціал для досягнення поставлених цілей і завдань. Життєстійкість пов'язана не лише з поведінкою у складних життєвих ситуаціях та виробленням нових життєвих філософій, а й з різними способами реалізації повсякденного життя та з моментами невизначеності у всіх видах життєдіяльності [9].



За Л. Сердюк психологічні аспекти життєстійкості пов'язані з особистісно-смысловим рівнем суб'єкта і значною мірою психологічні аспекти життєстійкості пов'язані з самоставленням, ставленням до інших, свідомим вибором та самоаналізом [7].

Зарубіжні дослідники, зокрема представники позитивної психології, акцентують увагу на індивідуальних ресурсах та внутрішніх характеристиках особистості. Класичне визначення життєстійкості як «позитивної адаптації в умовах труднощів» було запропоноване Е. Вернер та Р. Сміт у рамках їхнього дослідження резилієнтності у дітей [17].

А. Мастен у своїх роботах наголошує, що життєстійкість – це результат нормальних адаптаційних процесів, які є універсальними для всіх людей, також цей дослідник виділяє когнітивні компоненти, які забезпечують здатність до аналізу ситуацій і прийняття адаптивних рішень [14].

Водночас М. Унгар акцентує увагу на соціально-екологічному підході, який підкреслює значення взаємозв'язку між індивідом і соціальними ресурсами, зокрема підтримки від сім'ї, громади та інституцій, в своїх працях він виділяє соціальну складову життєстійкості, що відображає здатність індивіда створювати й підтримувати якісні міжособистісні зв'язки, отримувати підтримку від соціального оточення та ефективно взаємодіяти в соціальних групах [16]. До цих компонентів додаються й інші важливі аспекти.

Г. Гросс розглядає емоційну складову життєстійкості, акцентуючи увагу на здатності до емоційної саморегуляції, контролю над негативними емоціями та розвитку емоційного інтелекту, які сприяють адаптації до стресових ситуацій [11].

М. Циммерман та Р. Арункумар підкреслюють важливість поведінкового компоненту, який включає здатність до ініціації ефективних дій, дотримання запланованого курсу та мобілізації доступних ресурсів для досягнення цілей [18]. Усі ці компоненти взаємодіють, формуючи єдиний механізм адаптації до стресових ситуацій і викликів.

Аналіз різних компонентів життєстійкості дозволяє не лише зрозуміти її структуру, а й визначити основні функції, які вона виконує в процесі адаптації індивіда до стресових ситуацій.

Життєстійкість виступає як важливий ресурс для підтримки психологічної рівноваги, допомагаючи особистості долати труднощі, адаптуватися до змін та зберігати функціонування на високому рівні в умовах криз [3]. Життєстійкість виконує кілька важливих функцій, які забезпечують адаптацію особистості до стресових ситуацій та сприяють її психоемоційному розвитку. Різні дослідники виокремлюють основні функції

життєстійкості, серед яких можна виділити адаптивну, прогностичну, регулятивну та трансформаційну.

А. Мастен розглядає життєстійкість як здатність індивіда ефективно долати стресові ситуації та кризові обставини. Вона виконує адаптивну функцію, що полягає в забезпеченні психологічної гнучкості під час труднощів. Життєстійкість дозволяє не тільки зберігати функціональність під час кризових подій, але й активно адаптуватися до нових умов, зберігаючи здатність до вирішення проблем. Адаптивна функція включає в себе пошук шляхів подолання стресу, що сприяє активній адаптації до змін, зберігаючи баланс між внутрішніми і зовнішніми ресурсами [14].

М. Унгар підкреслює прогностичну функцію життєстійкості, що дозволяє передбачати рівень психологічної стійкості до майбутніх життєвих викликів. Життєстійкість допомагає створювати стратегії подолання труднощів, визначаючи, як краще підготуватися до можливих стресових ситуацій. Це дає змогу індивіду не лише прогнозувати труднощі, а й знаходити оптимальні шляхи їх подолання, ще до того, як ці труднощі стануть реальністю. Власне прогностична функція життєстійкості визначає ефективність стратегій, спрямованих на адаптацію до майбутніх змін [16].

Г. Гросс акцентує увагу на регулятивній функції життєстійкості, що забезпечує підтримку психологічного балансу у стресових ситуаціях. Здатність до емоційної саморегуляції допомагає людині зберігати спокій, приймати обґрунтовані рішення і мобілізувати ресурси для вирішення проблем. Також цей компонент життєстійкості є важливим для підтримки внутрішньої рівноваги навіть у найскладніших умовах, що дозволяє адаптуватися до змін і справлятися з різноманітними життєвими викликами [11].

Дж. Річардсон розглядає трансформаційну функцію життєстійкості, що пов'язана з розвитком особистості через подолання труднощів. Трансформація через життєстійкість включає в себе розвиток таких особистісних рис, як стійкість, самопізнання та саморегуляція, що дозволяють людині не тільки відновлюватися після криз, але й ставати більш стійкою до майбутніх труднощів. Ця функція життєстійкості сприяє розвитку нових адаптивних стратегій, покращуючи здатність до адаптації та саморозвитку [15].

Отже, життєстійкість виконувала й продовжує виконувати кілька важливих функцій, що дозволяють адаптуватися до стресу, підтримувати психологічний баланс і сприяють розвитку особистості через подолання труднощів. Вона забезпечує не лише підтримку в складних ситуаціях, а й можливість для саморозвитку та самовдосконалення в умовах стресу і змін.

**Висновки.** Життєстійкість як психологічний феномен є багатовимірним і складним поняттям, яке охоплює когнітивні, емоційні, соціальні та поведінкові компоненти. Різноманіття підходів до визначення цього явища, що представлено в науковій літературі, підкреслює її важливість у психологічному розвитку особистості та адаптації до стресових ситуацій. Науковці як вітчизняної, так і зарубіжної психології визначають життєстійкість через призму різних теоретичних підходів, таких як позитивна психологія, соціально-екологічна теорія та теорія адаптації до стресу.

Життєстійкість виконує кілька ключових функцій, зокрема адаптивну, прогностичну, регулятивну та трансформаційну, що дозволяють індивіду не лише ефективно долати кризові ситуації, але й адаптуватися до нових умов життя, зберігаючи психологічний баланс

і розвиваючи нові стратегії подолання труднощів. Адаптивна функція життєстійкості сприяє подоланню стресу, прогностична дозволяє передбачати можливі труднощі, регулятивна допомагає зберігати емоційну рівновагу, а трансформаційна функція стимулює особистісний розвиток через подолання труднощів.

Таким чином, життєстійкість є важливим ресурсом, що підтримує психологічну стабільність і дозволяє особистості не тільки справлятися з труднощами, а й зростати та адаптуватися до постійних змін, що є важливим аспектом для забезпечення психоемоційного благополуччя.

Подальші наші дослідження будуть спрямовані на експериментальне дослідження психологічних особливостей життєстійкості осіб дорослого віку в кризових ситуаціях.

### Література:

1. Асонов Д., Хаустова О. Розвиток концепції резилієнсу в науковій літературі протягом останніх років. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2019. 4(4), e0404219. URL: <https://uk.emedjournal.com/index.php/psp/article/view/219>
2. Кокур О. М. Професійна життєстійкість особистості: аналіз феномена. Актуальні проблеми психології: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. 2020. Т. 20.5. С. 68–81.
3. Кондратюк С. М. Життєстійкість як ресурс подолання життєвих труднощів в умовах війни. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 4. С. 78–83.
4. Корніяка О. М. Життєстійкість у професії викладача. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені ГС Костюка НАПН України. 2019. Т. 19. С. 93–110.
5. Предко В. В. Психологічне значення життєстійкості задля ефективного розвитку підлітка в умовах освітнього середовища. *Габітус*. 2020. Вип. 19. С. 185–189. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit\\_2020\\_19\\_34](http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2020_19_34)
6. Психофізіологічні закономірності життєстійкості фахівців соціономічних професій: монографія / О. М. Кокур, В. В. Клименко, О. М. Корніяка та ін.; за ред. О. М. Кокуна. Київ. Львів: Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.
7. Сердюк Л. З., Купреєва О. І. Психологічні засади підвищення життєстійкості особистості. Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том XI: Психологія особистості. *Психологічна допомога особистості*. Вип. 15. Київ, 2017. С. 481–491
8. Хамініч О. М. Резильєнтність: життєстійкість, життєздатність або резильєнтність? *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2016. Т. 6, № 2. С. 160–165.
9. Чиханцова О. А. Соціокультурне середовище як чинник розвитку життєстійкості особистості. Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості: матеріали Всеукраїнської (із міжнародною участю) науково-практичної конференції (5-6 жовтня 2017 року, м. Херсон). Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2017. 168 с.
10. Чиханцова О. А. Модель життєстійкості особистості. Актуальні проблеми психології. 2017. Т. 17.5. С. 142–150.
11. Gross J. J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. *Handbook of emotion regulation*. 2nd ed. 2014. С. 3–20.
12. Kobasa S. Stressful life events, personality and health. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. № 37. С. 1–11.
13. Maddi S. R. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Т. 44, № 3. С. 279–298. <https://doi.org/10.1177/0022167804266101>
14. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience in development. New York: The Guilford Press, 2014
15. Richardson J. R. Social connections and resilience: Buffering the effects of stress. *Journal of Applied Psychology*. 2018. Т. 25, № 4. С. 102–115.
16. Ungar M. The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice. New York: Springer, 2012.
17. Werner E., Smith R. Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth. New York: McGraw-Hill, 1982.
18. Zimmerman M. A., Arunkumar R. Resiliency research: Implications for schools and policy. *Social Policy Report*. 1994. Т. 8, № 4. С. 1–18.

УДК 159.942-053.4:316.614

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.6>**Людмила ЛІСОВА**

студентка кафедри психології, Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук,  
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**ОСОБЛИВОСТІ І ЗНАЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ  
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДЛЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ**

У статті обґрунтовано проблему соціально-емоційного розвитку дітей дошкільного віку, з огляду на дослідження вітчизняних і зарубіжних науковців. Авторка вважає цей аспект важливим фактором для всебічного розвитку дитини, її успішної адаптації до соціального середовища, збереження фізичного та психічного здоров'я, а також підготовки до шкільного навчання. На основі результатів наукових досліджень, соціально-емоційний розвиток визначається як здатність дитини дошкільного віку усвідомлювати свої емоції та емоції оточуючих, а також володіти навичками соціальної взаємодії та спілкування з дорослими та однолітками.

Особливу увагу приділено ролі педагогів і батьків у формуванні соціально-емоційної сфери дитини. У дослідженні зазначається, що дошкільний вік є чутливим періодом для розвитку таких якостей, як емпатія, здатність до співчуття, соціальна відповідальність та вміння будувати стосунки. Висвітлено значення інтерактивних методів навчання, які сприяють емоційному збагаченню дітей та формуванню позитивної взаємодії у групах.

Аналіз літератури засвідчує, що соціально-емоційний розвиток є багатокomпонентним процесом, що охоплює пізнавальну, емоційну та поведінкову складові. Наукові підходи до цієї проблематики акцентують увагу на необхідності врахування індивідуальних особливостей дітей, їхнього темпераменту, особистісних рис, умов виховання та середовища. Доведено, що діти, які отримують підтримку у своєму соціально-емоційному розвитку, демонструють кращі результати у навчанні, мають вищий рівень самооцінки, а також менше схильні до конфліктів у колективі.

У статті пропонуються практичні рекомендації для вихователів і батьків, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту у дітей. Описані ефективні прийоми створення сприятливого середовища для емоційного розвитку, такі як використання рольових ігор, казкотерапії, арттерапії та інтерактивних вправ. Особливу увагу приділено питанням формування емоційного самоконтролю у дітей, здатності розпізнавати та регулювати власні емоції, конструктивно реагувати на стресові ситуації та труднощі.

Узагальнюються, що соціально-емоційний розвиток дітей дошкільного віку є одним із ключових напрямів сучасної педагогіки, що вимагає системного підходу та всебічної підтримки. Результати дослідження можуть бути використані у практиці роботи закладів дошкільної освіти, а також у підготовці методичних матеріалів для вихователів і педагогів.

**Ключові слова:** діти дошкільного віку, соціально-емоційний розвиток, емоційний розвиток, соціальний розвиток; соціалізація.

**Lyudmila Lisova. FEATURES AND SIGNIFICANCE OF EMOTIONAL  
DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN FOR SOCIAL ADAPTATION**

The article presents a substantiation of the problem of socio-emotional development of preschool children by domestic and foreign scholars. The author considers socio-emotional development to be one of the important prerequisites for the full development of a preschool child, effective adaptation to life in society, preservation of physical and mental health, and preparation for schooling. Taking into account the achievements of domestic and foreign scientific research, socio-emotional development is interpreted as the ability of a preschool child to perceive both his or her own emotions and the emotions, thoughts, and preferences of others, to have skills of social behavior and communication with adults and peers.

Particular attention is paid to the role of teachers and parents in shaping the child's social and emotional sphere. The study notes that preschool age is a sensitive period for the development of such qualities as empathy, compassion, social responsibility, and the ability to build relationships. The importance of interactive teaching methods that contribute to the emotional enrichment of children and the formation of positive interaction in groups is highlighted.

The analysis of the literature shows that socio-emotional development is a multicomponent process that includes cognitive, emotional and behavioral components. Scientific approaches to this issue emphasize the need to take into account the individual characteristics of children, their temperament, personal traits, upbringing and environment. It is proved that children who receive support in their social and emotional development demonstrate better academic results, have a higher level of self-esteem, and are less prone to conflicts in the team.

The article offers practical recommendations for educators and parents aimed at developing emotional intelligence in children. Effective techniques for creating a favorable environment for emotional development, such as role-playing games, fairy tale therapy, art therapy, and interactive exercises, are described. Particular attention is paid to the formation of emotional self-control in children, the ability to recognize and regulate their own emotions, and to respond constructively to stressful situations and difficulties.

It is summarized that the socio-emotional development of preschool children is one of the key areas of modern pedagogy, which requires a systematic approach and comprehensive support. The results of the study can be used in the practice of preschool education institutions, as well as in the preparation of methodological materials for educators and teachers.

**Key words:** preschool children, socio-emotional development, emotional development, social development, socialization.

**Постановка проблеми.** Соціально-емоційний розвиток дитини має ключове значення, адже саме в дошкільному віці формуються основи особистості, мовлення, емоційної

сфери, закладаються етичні та моральні принципи, а також визначаються підходи до ставлення до себе та оточення. Рівень емоційного розвитку суттєво впливає на успішність соці-

алізації дошкільника, оскільки емоції відіграють вирішальну роль у регуляції пізнавальних процесів, характеру дій тощо. Особлива актуальність цієї проблеми зумовлена тим, що емоційний розвиток є невід'ємною частиною психічної діяльності дитини, визначаючи її поведінку та всі види діяльності. Зважаючи на це, дослідження соціально-емоційного розвитку дітей дошкільного віку як наукової проблеми є вкрай необхідним.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** демонструють відсутність загальноприйнятого визначення поняття «соціально-емоційний розвиток дітей дошкільного віку». Однак, об'єднання змісту дефініцій «соціальний» і «емоційний», а також врахування особливостей дошкільного дитинства дають змогу розкрити сутність та значущість цього феномену. Зокрема, розвиток емоційної сфери дітей цього віку досліджували О. Вовчик-Блакитна, Т. Кириленко, К. Крутій, Р. Павелків, А. Ревть, Н. Трофайло та інші. Усі вони підкреслюють важливість емоційного розвитку як ключового елементу загального психічного становлення дитини в перші сім років життя.

Проблема соціалізації дітей дошкільного віку, зокрема її різні аспекти, знайшла відображення у працях Л. Артемової, А. Богущ, Н. Гавриш, О. Рейпольської, І. Рогальської-Яблонської, О. Кононко та інших. Окрім цього, спостерігається зростання інтересу науковців і практиків до формування соціальної компетентності у дошкільників. Над цим питанням працювали С. Бойко, А. Бочагова, Л. Карнаух, О. Кононко, О. Литвишко, С. Матвієнко та інші.

Варто також відзначити впровадження з квітня 2023 року в українській системі дошкільної освіти шведської програми соціально-емоційного розвитку «Веселі друзі» в межах проекту «Сприяння освіті». Ця програма базується на наукових дослідженнях і концепціях, розроблених організацією CASEL (Collaborative Association for Social and Emotional Learning), а також на працях психологині Боділ Веннберг, яка спеціалізується на вивченні емоційного інтелекту.

Таким чином, інтеграція зарубіжного та вітчизняного досвіду в галузі соціально-емоційного розвитку відкриває нові перспективи для вдосконалення освітнього процесу та виховання дітей дошкільного віку [5].

**Метою статті** є розкриття сутності, значущості та ключових аспектів соціально-емоційного розвитку дітей дошкільного віку, аналіз сучасних наукових підходів до цієї проблеми, а також узагальнення досвіду впровадження інноваційних програм, спрямованих на формування соціальної компетентності та емоційного інтелекту дошкільників.

**Виклад основного матеріалу.** Від народження до початку шкільного навчання

дитина проходить складний етап розвитку, протягом якого засвоює основи соціальної поведінки, формує власну емоційну картину світу та переймає досвід людського спілкування, що накопичувався століттями. У зв'язку з цим дошкільний вік розглядається як важливий період формування особистості, коли закладаються основи вихованості, розвиваються моральні уявлення, почуття та звички [4, с. 176]. Згідно з даними вітчизняних медико-психологічних досліджень, перехід від дошкільного до шкільного віку є надзвичайно складним для емоційно-особистісного розвитку дитини. У цей час особливої актуальності набуває проблема формування її «емоційного світосприймання та світовідчуття» [7, с. 21]. Гра є провідною діяльністю дошкільного віку, у процесі якої діти освоюють інші види діяльності, формуються ключові психічні та особистісні новоутворення, інтенсивно розвивається інтелект і поступово закладається готовність до шкільного навчання. Як підкреслюють І. Гобот і Ю. Котяхова, «суттєвою особливістю дошкільного віку є поява різноманітних стосунків із однолітками, формування дитячої спільноти. Власна внутрішня позиція дитини дошкільного віку щодо інших людей характеризується усвідомленням свого Я і значущості власних учинків, а також великим інтересом до світу дорослих, їхньої діяльності та взаємин» [1, с. 37].

У дошкільному віці проблема соціалізації особистості набуває особливого значення, оскільки цей період є початковим етапом формування дитини як активного суб'єкта діяльності, спілкування та пізнання. Як зазначають автори монографії «Соціалізація дітей старшого дошкільного віку в умовах ДНЗ», це зумовлено тим, що особистість уже на цьому етапі включається у важливі сфери суспільного життя. У цей період активно розвиваються взаємовідносини з іншими людьми, засвоюються елементарні поняття, а також формуються вміння та навички рольової поведінки, що відображають суспільні відносини [6, с. 5].

Т. Грицишина підкреслює, що процес соціалізації дитини дошкільного віку «відбувається у період особистісного становлення та взаємодії з соціальним оточенням. Система соціальних зв'язків створює підґрунтя для активного засвоєння суспільного досвіду та формування образу соціального світу» [2, с. 15]. Авторка трактує соціальний розвиток особистості як «взаємопов'язаний процес соціалізації та індивідуалізації дитини дошкільного віку. З одного боку, цей процес включає засвоєння соціокультурного досвіду у вигляді правил, норм, моделей поведінки, еталонів дій та взаємодії людей у соціумі, а з іншого боку, він сприяє розвитку сутнісного

«Я» дитини, формуванню її індивідуальності та неповторності, надаючи певну автономність та незалежність від соціуму, здатність ефективно і гармонійно адаптуватися до змінюваного соціального середовища» [2, с. 15].

Соціалізація є безперервним процесом, який триває протягом усього життя людини, при цьому дошкільний вік є надзвичайно важливим етапом для входження дитини у світ соціальних відносин. Ми вважаємо, що соціальний розвиток – це процес, в якому дитина дошкільного віку засвоює цінності, традиції свого народу та культуру суспільства, в якому вона живе. Соціальний розвиток дитини відбувається за двома основними напрямками: через засвоєння правил взаємовідносин між людьми та через взаємодію дитини з предметами навколишнього світу. Важливою є не лише передача знань про структуру суспільства та правила поведінки в ньому, а й створення умов для набуття особистого соціального досвіду. Адже соціалізація передбачає активну участь дитини у процесі оволодіння культурою людських відносин, засвоєння соціальних норм і ролей, а також вироблення психологічних механізмів соціальної поведінки.

Н. Трофаїл визначає дошкільний вік як перший етап соціалізації дитини, час її залучення до загальнолюдських цінностей, встановлення перших взаємин з іншими людьми, а також період інтенсивного розвитку емоційної сфери, що значно впливає на особистісний розвиток і здатність дитини оволодівати різними видами діяльності [9]. Дослідниця звертає увагу на те, що «дошкільник не здатен самостійно виражати свої емоції та почуття без спеціального навчання, оскільки здатність контролювати свої дії та емоції розвивається протягом усього дошкільного періоду. Емоції проходять шлях поступового розвитку, набуваючи дедалі більшого змісту та складних форм прояву під впливом соціальних умов життя і виховання. Емоційний розвиток дошкільника пов'язаний з виникненням нових інтересів, мотивів і потреб. Інтенсивно розвиваються соціальні емоції та моральні почуття. Зміни в емоційній сфері тісно пов'язані з розвитком мотивації, пізнавальних процесів і самосвідомості особистості» [9].

Погоджуємося з Н. Трофаїлою, яка зазначає, що «розвинута сфера емоцій і почуттів дозволяє людині здобувати власний досвід пізнання соціального та предметного оточення. Тому вихователям і батькам слід постійно піклуватися про розвиток емоційної сфери дитини, зокрема в контексті її соціального оточення, природного середовища та в різних видах організованої діяльності» [9].

Цінними є організаційно-методичні аспекти забезпечення емоційного розвитку дитини, виокремлені С. Тафінцевою. Це

включає: 1) прийняття дитячих переживань, тобто не знецінювати емоції дитини. Дорослі часто спілкуються з дитиною як із об'єктом, «недорослим», ігноруючи її емоційні прояви або навіть забороняючи їх вираження. У таких стосунках дитина може приховувати свої емоції, побоюючись, що це засмутить дорослих або що її осудять (наприклад, коли дитина радіє, а інші члени сім'ї сумують і плачуть); 2) називання емоції, адже коли емоція має ім'я, дитині легше справлятися з ситуацією. Дорослі часто є основою для комфортного життя дитини, і вона спостерігає за ними, прагнучи зрозуміти природу своїх почуттів та навчитися контролювати емоції; 3) використання вправ для зняття емоційного напруження, оскільки для стабілізації психічного та фізичного стану дитини рекомендується застосовувати спеціальні вправи для усунення наслідків перевтоми та нервово-емоційної напруги; 4) використання ігор з емоціями. Оскільки гра є природним способом для дітей звільнитися від дискомфорту та напруги, цей вид діяльності є оптимальним для емоційного розвитку дитини в психологічній практиці [8, с. 41–43].

Учена А. Ревть, досліджуючи емоційну сферу дитини дошкільного віку, стверджує, що емоційний розвиток є соціальним процесом, який відбувається від соціального до індивідуального рівня. Емоції визначають взаємодію дитини з навколишнім середовищем і спрямовують її поведінку. Життєвий досвід дошкільника в основному базується не на пізнанні об'єктивних характеристик речей, а на переживаннях приємного чи неприємного [6, с. 191].

Цінною для нас є думка Н. Ісмаїлової, яка підкреслює, що у дітей дошкільного віку соціальні та емоційні якості розвиваються взаємопов'язано. Дитина коригує свій емоційний стан відповідно до норм соціального середовища, в якому вона знаходиться. Погоджуємося з авторкою, що «через соціально-емоційний розвиток у дітей формуються позитивні ставлення до людей, доброта, турбота, взаємодопомога, здатність співчувати, вирішення конфліктів тощо. Діти набувають базових навичок ігрової, трудової та практичної діяльності, правил поведінки в колективі. У цей період виникають різноманітні форми первинної взаємодії дітей з дорослими та однолітками» [3, с. 176]. Для підтримки соціально-емоційного розвитку дитини Н. Ісмаїлова пропонує такі методи: виражати свої почуття через міміку та слова; заохочувати дітей помічати зміни та формувати позитивне ставлення до них, проводячи бесіди про зміни в навколишньому середовищі та родині; завжди будувати стосунки з дитиною на основі уваги, поваги та любові; залучати дитину до рольових ігор,

даючи їй можливість виступати в різних ролях і поводитися відповідно до них. Дослідниця виділяє такі очікувані навички в сфері соціально-емоційного розвитку дитини: дотримання простого етикету спілкування; висловлення бажань і почуттів; вміння співпрацювати (грати з однолітками та дорослими, брати участь у дискусіях); цінування бажань інших; розуміння емоційного стану як свого, так і інших; прагнення виконувати завдання самостійно, використовуючи вирази типу «Я зроблю це» або «Я це знаю»; формування особистісних якостей; розуміння понять добра і зла, красивого і потворного, правди і брехні; вираження емоцій (радість, смуток, страх, хвилювання) словами та через дії; здатність робити вибір і пояснювати свої вподобання; вміння визнавати і оцінювати свої досягнення; сприйняття зауважень від дорослих і намагання їх реалізувати; толерантне ставлення до однолітків під час гри; здатність донести свої ідеї під час спілкування; вміння ділитися ролями з друзями під час гри [3, с. 180].

Зарубіжні науковці визначають соціально-емоційний розвиток як «поступовий інтеграційний процес, завдяки якому діти здобувають здатність розуміти, переживати, виражати емоції та керувати ними, а також розвивати значущі стосунки з іншими. Соціально-емоційний розвиток охоплює широкий спектр навичок, включаючи, але не обмежуючись ними: самосвідомість, спільну увагу, теорію розуму (або розуміння поглядів інших), самооцінку, регулювання емоцій, розвиток дружби і ідентичності» [10, с. 180]. Отже, особистість, яка володіє вираженою

здатністю до розуміння своїх емоцій та емоцій інших людей, а також здатністю управляти емоційною сферою, відзначається адаптивністю і ефективністю у спілкуванні та взаємодії з оточуючими.

О. Передрій зазначає, що на соціально-емоційний розвиток дитини значний вплив мають різноманітні «сімейні» чинники, зокрема: емоційна атмосфера в родині, рівень освіти та достатку батьків, система їхніх очікувань і цінностей, а також інтенсивність спілкування з прабатьками. Авторка вважає, що дошкільний вік є критично важливим для як соціального, так і емоційного розвитку дитини. Саме тому батьки повинні зосереджуватися на правильному розвитку цих аспектів, оскільки це впливає на подальшу соціальну адаптацію дитини [4, с. 192].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Соціально-емоційний розвиток є однією з основних передумов для всебічного розвитку дитини дошкільного віку, її ефективної адаптації до соціуму, збереження фізичного і психічного здоров'я, а також підготовки до шкільного навчання. Ось чому, на основі наукових досліджень вітчизняних і зарубіжних авторів, ми визначаємо соціально-емоційний розвиток як здатність дитини сприймати свої власні емоції та емоції, думки й уподобання інших людей, володіти навичками соціальної поведінки та ефективно спілкуватися з дорослими й однолітками. У подальших дослідженнях важливо зосередитися на вивченні педагогічних умов, що сприяють формуванню соціальної компетентності дітей дошкільного віку.

### Література:

1. Гобот І. Ю., Котяхова Ю. М. Наступність роботи психологів дошкільного навчального закладу та школи. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби : методичні рекомендації / за наук. ред. В.Г. Панка. Електрон. дані. Київ : Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2013. С. 35–48.
2. Грицишина Т. І. Соціалізація дітей старшого дошкільного віку як соціально-педагогічна проблема. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*, 2016. № 12. С.12–15.
3. Ісмаїлова Н. Способи формування соціально-емоційного розвитку у дітей дошкільного віку. *Науково-теоретичний альманах "Грані"*. 2023. Том 26. № 3. С. 176–181.
4. Передрій О. Вплив сім'ї на соціально-емоційний розвиток дитини дошкільного віку. *Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського. Педагогічні науки*. 2019. № 1 (64). С. 190–193.
5. Програма соціально-емоційного розвитку "Веселі друзі". URL: <https://mon.gov.ua/osvita-2/doshkilna-osvita-2/diyalnist-the-lego-foundation-u-doshkilli-ukraini/programa-sotsialno-emotsiynogo-rozvitku-veseli-druzi>
6. Ревть, А. ЕМОЦІЙНА СФЕРА ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ. Збірник наукових праць «SCIENTIA», (10 березня 2023 р.; Валенсія, Іспанія), 2023, 189–191.
7. Соціалізація дітей старшого дошкільного віку в умовах ДНЗ : монографія / Н. Гавриш, О. Рейпольська та ін. ; за заг. ред. О. Рейпольської. Київ – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 280 с.
8. Тафінцева С. Емоційний розвиток дітей у психологічній практиці: організаційно-методичні аспекти. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. 2022. Вип. 2 (55). С. 39–44.
9. Трофаїла Н. Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки*. 2014. Вип. 1.45. С. 155–158.
10. Cohen J., Onunaku N., Clothier S., Poppe J. Helping young children succeed: Strategies to promote early childhood social and emotional development. (Research and Policy Report). Washington, DC: National Conference of State Legislatures, 2005. P. 1–20.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.7>**Ірина ТАРАСОВА**

аспірантка кафедри практичної психології, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, tarasova\_iryana@ukr.net

ORCID: 0009-0004-9266-7853

**Лариса РОДЧЕНКО**

офіцер клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих), Національного військово-медичного клінічного центру «Головний військовий клінічний госпіталь», лейтенант ЗСУ, Заслужений діяч науки і техніки, доктор наук з державного управління, професор, професор кафедри публічного управління, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», laurarodch@pm.me

ORCID: 0000-0002-2141-4742

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ТА ВІДНОВЛЕННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ У КОНТЕКСТІ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ

Військова агресія проти України спричинила безпрецедентні виклики у сфері психічного здоров'я населення та зумовила нагальну потребу в розробці ефективних механізмів психологічної допомоги постраждалим. За оцінками експертів, мільйони українців зазнали прямого чи опосередкованого впливу травматичних подій, що потребує системного наукового осмислення та практичного вирішення проблеми психологічного відновлення. В умовах триваючого конфлікту особливої актуальності набуває питання розробки та впровадження комплексних програм психологічного супроводу, які враховують специфіку воєнної травматизації та забезпечують ефективну реабілітацію постраждалих.

Метою статті є висвітлення актуальних питань психологічного супроводу та реабілітації осіб, які постраждали внаслідок військової агресії. Розглянуто теоретичні засади організації психологічної допомоги та особливості травматичного досвіду в умовах війни. Проаналізовано сучасні підходи до психологічного відновлення різних категорій постраждалих. Визначено ключові напрями психологічного супроводу, що включають кризове консультування, посттравматичну реабілітацію та соціально-психологічну адаптацію. Окреслено специфіку роботи з різними видами психологічних травм та їх наслідками. Запропоновано модель комплексного психологічного супроводу, яка враховує індивідуальні особливості постраждалих та характер отриманих травм. Обґрунтовано необхідність системного підходу до організації психологічної допомоги та координації зусиль різних фахівців у процесі відновлення постраждалих.

Висновки. Отримані дані мають важливе значення для розробки та вдосконалення програм психологічної допомоги населенню в умовах війни, а також для поглиблення розуміння специфіки травматичного досвіду та механізмів психологічного відновлення постраждалих.

**Ключові слова:** психологічний супровід, психологічна травма, військова агресія, реабілітація, посттравматичний стресовий розлад, психологічне відновлення.

### **Iryna Tarasova, Larisa Rodchenko. PSYCHOLOGICAL SUPPORT AND RECOVERY OF VICTIMS IN THE CONTEXT OF MILITARY AGGRESSION**

The military aggression against Ukraine has caused unprecedented challenges in the field of mental health and has led to an urgent need to develop effective mechanisms for psychological assistance to victims. Experts estimate that millions of Ukrainians have been directly or indirectly affected by traumatic events, which requires a systematic scientific understanding and practical solution to the problem of psychological recovery. In the context of the ongoing conflict, the issue of developing and implementing comprehensive psychological support programs that take into account the specifics of war trauma and ensure effective rehabilitation of victims is of particular relevance.

The purpose of the article is to highlight topical issues of psychological support and rehabilitation of persons affected by military aggression. The theoretical foundations of the organization of psychological assistance and the peculiarities of traumatic experience in war are considered. Modern approaches to psychological recovery of different categories of victims are analyzed. The key areas of psychological support are identified, including crisis counseling, post-traumatic rehabilitation, and socio-psychological adaptation. The specifics of working with different types of psychological trauma and their consequences are outlined. A model of comprehensive psychological support is proposed, which takes into account the individual characteristics of victims and the nature of the trauma. The necessity of a systematic approach to the organization of psychological assistance and coordination of efforts of various specialists in the process of recovery of victims is substantiated.

Conclusions. The data obtained are important for the development and improvement of psychological assistance programs for the population in wartime, as well as for deepening the understanding of the specifics of traumatic experience and mechanisms of psychological recovery of victims.

**Key words:** psychological support, psychological trauma, military aggression, rehabilitation, post-traumatic stress disorder, psychological recovery.

**Актуальність дослідження.** Військова агресія проти України, що триває з 2014 року та набула повномасштабного характеру з

24 лютого 2022 року, створила безпрецедентні виклики для системи психологічної допомоги та реабілітації постраждалого населення.

Масштабність психологічних травм, спричинених бойовими діями, окупацією територій, вимушеним переселенням та втратою близьких, вимагає розробки та впровадження ефективних методів психологічного супроводу та відновлення постраждалих осіб.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю систематизації та вдосконалення існуючих підходів до психологічного супроводу постраждалих від військової агресії, а також розробки нових методів корекційно-відновлювальної роботи, які б враховували специфіку сучасного українського контексту. Важливість цієї проблематики підкреслюється зростаючою кількістю осіб з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), тривожними та депресивними станами, порушеннями адаптації та іншими психологічними наслідками військової агресії.

Особливої значущості набуває питання розробки комплексних програм психологічної реабілітації, які враховують як індивідуальні особливості постраждалих, так і специфіку їхнього травматичного досвіду. При цьому важливо забезпечити доступність психологічної допомоги не лише у великих містах, але й у віддалених регіонах країни, зокрема, через впровадження дистанційних форм роботи та підготовку достатньої кількості кваліфікованих фахівців.

Аналіз наукової літератури свідчить про наявність значного досвіду роботи з постраждалими від військових конфліктів у різних країнах світу, однак специфіка української ситуації вимагає адаптації існуючих підходів та розробки нових методів роботи. Зокрема, потребують додаткового вивчення питання організації психологічного супроводу в умовах триваючої агресії, особливості роботи з різними категоріями постраждалих, а також методи оцінки ефективності психологічних інтервенцій.

**Метою** даного дослідження є систематизація та аналіз сучасних підходів до психологічного супроводу та відновлення постраждалих від військової агресії, а також розробка практичних рекомендацій щодо підвищення ефективності корекційно-відновлювальної роботи з урахуванням специфіки українського контексту.

**Виклад основного матеріалу.** Психологічний супровід та відновлення постраждалих від військової агресії є комплексним та багаторівневим процесом, що вимагає системного підходу до організації психологічної допомоги.

Особливої уваги заслуговує той факт, що травматичний досвід військової агресії впливає не лише на психологічний стан безпосередніх учасників бойових дій, але й на цивільне населення, яке перебувало в зоні конфлікту або було вимушене покинути свої

домівки. При цьому кожна категорія постраждалих має свої специфічні особливості переживання травматичного досвіду та потребує диференційованого підходу до психологічної допомоги.

Психологічний супровід постраждалих внаслідок військової агресії є складним, багатовекторним процесом, що вимагає комплексного міждисциплінарного підходу та врахування широкого спектра індивідуально-психологічних та соціокультурних чинників.

Основні теоретичні, методологічні та практичні аспекти надання психологічної допомоги та підтримки в умовах воєнного конфлікту базуються на фундаментальних наукових концепціях, розроблених у працях українських та зарубіжних дослідників [1; 5; 7].

Як зазначає [6], наслідки воєнних травматичних подій проявляються у широкому діапазоні гострих емоційних станів та поведінкових реакцій. Особливо гостро проблеми психічного здоров'я постають у контексті соціальної адаптації незахищених верств населення, які перебували в зоні бойових дій, а також біженців, що зазнали різних форм травматизації та катувань.

Воєнні події створюють потужний психотравматичний вплив на психологічний стан як дорослих, так і дітей через комплекс деструктивних факторів. Серед них: загроза життю та здоров'ю, порушення базового відчуття безпеки, дестабілізація системи довіри до навколишнього світу та трансформація ціннісно-сміслових орієнтацій особистості. Особливу травматичність мають раптові та інтенсивні події, рівень психотравматизації яких прямо пропорційний їх неочікуваності. Тривале перебування в зоні бойових дій призводить до виснаження психофізіологічних ресурсів організму. Додатковими стресогенними чинниками виступають невизначеність екстремальної ситуації, відсутність можливості її контролювати та складність прийняття рішень щодо збереження власного життя і здоров'я.

Корекційно-відновлювальна робота психологів з постраждалими внаслідок військової агресії є фундаментальним компонентом подолання психологічних травм як на індивідуальному, так і на соціальному рівнях. Значущість цієї діяльності визначається комплексом терапевтичних завдань та їх впливом на відновлення психологічного здоров'я суспільства [14].

ПТСР в контексті військової травми являє собою складну психологічну деструкцію, що охоплює когнітивні, емоційні, поведінкові та соматичні рівні функціонування особистості. Науковці виділяють низку визначальних чинників, які впливають на перебіг та трансформацію травматичного досвіду [3].



Психофізіологічні механізми травматизації включають порушення нейроендокринної регуляції, дисфункцію лімбічної системи, зміни в активності префронтальної кори головного мозку. Травматичний стрес призводить до перманентної активації симпатичної нервової системи, що спричиняє хронічне напруження та дезадаптивні психофізіологічні реакції.

Соціально-психологічні детермінанти посттравматичної деструкції охоплюють трансформацію системи особистісних смислів, руйнацію базових уявлень про безпеку, передбачуваність світу, соціальні зв'язки. Військова травма деконструє попередню систему світосприйняття, що вимагає глибинної психологічної реконструкції.

Ключовими напрямками корекційно-відновлювальної роботи виступають: опрацювання травматичного досвіду та стабілізація психо-емоційного стану особистості; реконструкція позитивного самосприйняття, нормалізація самооцінки та формування конструктивного бачення життєвої перспективи; редукція негативних психічних станів, включаючи тривожні розлади, депресивні стани та ПТСР; відновлення соціального функціонування та адаптивних можливостей у сімейній та суспільній сферах; розвиток психологічної резильєнтності та копінг-стратегій для подолання життєвих труднощів; профілактика хронічних форм психічних розладів та запобігання психологічній інвалідації особистості [9; 10].

Комплексна реалізація зазначених напрямків забезпечує системне відновлення психологічного благополуччя постраждалих та сприяє загальній стабілізації психічного здоров'я населення в умовах військової агресії.

У корекційно-відновлювальній роботі з особами, які постраждали внаслідок військової агресії, можна виокремити пріоритетні напрямки: діагностика та терапія посттравматичного стресового розладу (ПТСР), психологічна підтримка у подоланні втрат-переживань, відновлення особистісної самооцінки та ідентичності, психотерапевтична робота з родинами постраждалих, реалізація системного міждисциплінарного підходу, психоедукація та робота з громадськими спільнотами, превентивні заходи професійного вигорання фахівців психологічної допомоги.

Старков Д. [8] ґрунтовно висвітлює клінічні прояви ПТСР у ветеранів та цивільних після травматичних подій у зоні бойових дій. Клінічні симптоми ПТСР включають нав'язливі спогади, флешбеки травматичної події з вираженим психофізіологічним дистресом, кошмарні сновидіння, пов'язані з травматичним досвідом, емоційну деривацію, відчуження, алекситимію, перманентну гіперпильність, необґрунтований страх, екзагеровану реакцію на подразники,

порушення сну, інсомнію або гіперсомнію, підвищену дратівливість, немотивовані агресивні реакції, втрату мотивації, соціальну ізоляцію та уникнення тригерних ситуацій.

Прояви ПТСР у людей, постраждалих внаслідок військової агресії, не мають усталеного переліку. За дослідженнями науковців, специфіка ПТСР залежить від низки індивідуальних чинників: статі, віку, особистісних особливостей, життєвого досвіду, індивідуальних інтересів та інтенсивності травматичних впливів.

Андрущенко В. [1] підкреслює варіативність клінічної картини ПТСР, що ускладнює процес корекційно-відновлювальної роботи, та акцентує увагу на психосоматичних розладах, характерних для учасників бойових дій, зокрема серцево-судинних порушеннях, гастроентерологічних проблемах та ендокринних дисфункціях.

На прояви ПТСР у постраждалих від війни впливають комплексні чинники: психічні, поведінкові, соматичні, екзистенційні та культурно-специфічні. Означена складність вимагає застосування міждисциплінарного комплексного підходу та диференційованих методик психологічної реабілітації [11; 12].

Сучасна психотерапія виділяє основні методи подолання ПТСР: когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), ЕМДР-терапія, групова, сімейна та нарративна терапія.

Когнітивно-поведінкова терапія є найефективнішим методом психотерапевтичної корекції ПТСР. Методологія КПТ спрямована на трансформацію негативних когнітивних патернів та поведінкових стереотипів, що виникли внаслідок травматичного досвіду [7].

Базові принципи когнітивно-поведінкової терапії передбачають послідовну роботу з травматичним досвідом: ідентифікацію деструктивних когнітивних конструктів, усвідомлення взаємозв'язку між думками, емоціями та поведінкою, переоцінку негативних переконань, опанування стратегій емоційної регуляції та поступову експозицію травматичних спогадів.

Ключові механізми КПТ охоплюють діагностику психологічних бар'єрів, які виникають внаслідок травматизації, та розроблення індивідуальних стратегій психологічного відновлення. Психотерапевтичний процес передбачає поступову реконструкцію травматичного досвіду через контрольовану та систематичну роботу з емоційними реакціями, когнітивними установками та поведінковими патернами постраждалої особи.

Таким чином, КПТ спрямована на трансформацію дисфункційних когнітивних схем, пов'язаних з травматичним досвідом. Основні механізми включають деконструкцію негативних переконань, вироблення адаптивних

копінг-стратегій, поступову десенсибілізацію травматичних спогадів.

ЕМДР-терапія (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) є інноваційним психотерапевтичним методом подолання ПТСР та психологічних наслідків травматичних подій [15].

Методологічна концепція ЕМДР ґрунтується на нейробіологічному підході до переробки травматичного досвіду через білатеральну стимуляцію мозкових структур. Основний механізм терапії передбачає активізацію нейропластичних процесів шляхом білатерального гемісферного стимулювання: за допомогою керованих рухів очей, специфічних звукових або тактильних подразників.

Під час психотерапевтичної сесії відбувається цілеспрямована робота з травматичними спогадами, емоційними станами та тілесними відчуттями. Білатеральна стимуляція сприяє переструктуризації патологічних нейронних зв'язків, пов'язаних з психотравмою, та забезпечує поступову десенсибілізацію негативного емоційного досвіду.

ЕМДР-терапія забезпечує нейробіологічну реконструкцію травматичного досвіду через білатеральну стимуляцію мозкових структур. Методика сприяє переробці патологічних нейронних зв'язків, зниженню інтенсивності травматичних переживань.

ЕМДР-терапії полягає в нейрофізіологічній трансформації травматичних спогадів, зниженні інтенсивності негативних емоційних реакцій та відновленні адаптивних психологічних механізмів опанування стресу.

Наративна терапія є інноваційним психотерапевтичним підходом у подоланні ПТСР, що забезпечує реконструкцію травматичного досвіду через переосмислення особистісної життєвої історії [13].

Методологія наративної терапії спрямована на створення безпечного психотерапевтичного простору, де травматичний досвід трансформується шляхом деконструкції негативних наративних патернів та конструювання нових адаптивних психологічних наративів.

Основні етапи наративної терапії включають послідовну роботу з травматичним досвідом: формування довірливого терапевтичного контакту, збір та структурування індивідуальної наративної історії, критичний аналіз деструктивних психологічних конструктів, вироблення альтернативних інтерпретацій травматичних подій та поступову інтеграцію нового конструктивного наративу в особистісну систему світосприйняття.

Наративна терапія пропонує унікальний підхід до реінтерпретації травматичного досвіду через реконструкцію особистісної життєвої історії. Ключова мета – створення

нового конструктивного наративу, що дозволяє трансформувати негативні смислові установки та формувати адаптивні стратегії подолання психологічних наслідків травматизації.

Корекційно-відновлювальна робота з особами, які мають ПТСР, вимагає комплексного підходу з урахуванням культурних та індивідуально-психологічних особливостей.

Методологія психотерапевтичної допомоги передбачає врахування низки визначальних чинників: культурних переконань, мовних особливостей комунікації, соціальних мереж підтримки, релігійних та духовних орієнтацій, індивідуальних психологічних потреб та вподобань постраждалої особи [4].

Ключові принципи культурно-орієнтованого підходу включають: розуміння специфіки травматизації в різних соціокультурних контекстах, забезпечення комунікативної та психологічної сумісності, врахування традиційних практик подолання кризових станів, інтеграцію соціальних та родинних ресурсів підтримки.

Загальна стратегія психотерапевтичної допомоги має бути гнучкою, динамічною та максимально адаптованою до індивідуальних особливостей кожного пацієнта, що забезпечує ефективність корекційно-відновлювальної роботи в подоланні наслідків психотравматизації.

Ефективність психотерапевтичної допомоги безпосередньо залежить від врахування індивідуальних та культурних особливостей постраждалих. Важливим чинником є соціокультурний контекст травматизації, що впливає на сприйняття, переживання та інтерпретацію травматичного досвіду. Різні культурні традиції пропонують відмінні моделі подолання кризових станів.

Окрім того, це й індивідуально-психологічні характеристики особистості: вік, стать, попередній життєвий досвід, психологічні ресурси, механізми психологічного захисту, рівень стресостійкості. Родинні та соціальні мережі підтримки відіграють критичну роль у процесі психологічної реабілітації та відновлення.

Усі зазначені чинники підтверджують необхідність розроблення гнучких, індивідуалізованих моделей психологічного супроводу, що враховують складну природу психотравматизації в умовах військової агресії.

**Висновки.** Теоретичне дослідження психологічного супроводу постраждалих внаслідок військової агресії засвідчило комплексність та багатовимірність проблеми подолання психотравматизації.

Наукові результати дослідження полягають у систематизації методологічних підходів до психологічної реабілітації осіб з посттравматичним стресовим розладом, обґрунтуванні необхідності міждисциплінарного підходу в корекційно-відновлювальній роботі,

визначенні провідних психотерапевтичних методик та виокремленні культурно-індивідуальних чинників впливу на перебіг психотравматизації.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою інтегративних моделей психологічної підтримки, удосконаленням діагностичного інструментарію та впровадженням інноваційних реабілітаційних технологій.

Принципово важливим є забезпечення індивідуального, особистісно-орієнтованого під-

ходу в роботі з постраждалими, врахування їхніх психологічних, культурних та соціальних особливостей. Психологічний супровід має бути гнучким, динамічним та максимально адаптованим до потреб кожної конкретної особи.

Запропоновані теоретичні узагальнення та практичні рекомендації можуть слугувати методологічним підґрунтям для подальших наукових розвідок у сфері психологічної реабілітації постраждалих внаслідок військової агресії.

### Література:

1. Андрущенко В. І. Соціально-психологічна адаптація учасників бойових дій. *Психологічний журнал*. Умань: ВПЦ «Візаві». 2022. Вип. 8. С.6–16.
2. Бондарчук О. І. Соціально-психологічні проблеми готовності практичних психологів до надання психологічної допомоги особам, які беруть участь в АТО, та членам їх сімей. *Матеріали міжвідом. наук.-практ. конф.* Київ, 2016. С. 11–14.
3. Васильєв С. П., Зубовський Д. С. Психодіагностика посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців. *Український психологічний журнал*. 2016. № 1. С. 6–16.
4. Журавльова Н. Ю. Особливості психологічної допомоги сім'ям демобілізованих військовослужбовців. *Актуальні проблеми психології. Т. 3. Консультативна психологія і психотерапія. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України за ред. С. Д. Максименка*. Київ : Логос, 2015. С. 76–84.
5. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Особливості використання тренінгу життєстійкості у психологічній реабілітації учасників бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 1 (65). С. 24–30.
6. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога постраждалим унаслідок травмивних подій: досвід, узагальнення, висновки. *Актуальні проблеми психології. Т. 3. Консультативна психологія і психотерапія. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України за ред. Максименка С. Д.* Київ : Логос, 2015. Вип. 11. С. 7–20.
7. Кокур О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Київ: НДЦ ГП ЗСУ. 2018, 310 с.
8. Старков Д. Ю. Динаміка мотивації адиктів у процесі соціально-психологічної реабілітації: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04. Київ, 2021. 308 с.
9. Abbasi K. Understanding the Complexity of Conflict Trauma: A Systematic Review. *South Asian Journal of Social Sciences and Humanities*. 2022. Vol. 3(5). P. 146–167.
10. Asch R. H., Esterlis I., Southwick S. M., Pietrzak R. H. Risk and resilience factors associated with traumatic loss-related PTSD in US military veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Psychiatry Research*. 2021. Vol. 298. P. 113775–113775.
11. Bisson J. I., Wright L. A., Jones K. A., Lewis C., Phelps A. J., Sijbrandij M. Roberts N.P. Preventing the onset of post traumatic stress disorder. *Clinical Psychology Review*. 2021. Vol. 86. P. 1–17.
12. Bryant R. A. Post-traumatic stress disorder: a state-of-the-art review of evidence and challenges. *World Psychiatry*. 2019. Vol. 18(3). P. 259–269.
13. Hamby S., Elm J. H., Howell K. H., Merrick M. T. Recognizing the cumulative burden of childhood adversities transforms science and practice for trauma and resilience. *American Psychologist*. 2021. Vol. 76(2). P. 230–245.
14. Nadim Almoshmosh. The role of war trauma survivors in managing their own mental conditions, Syriacivil war as an example. *Vicenna J Med*. 2016. № 6(2). 54–59.
15. Ramírez-Vizcaya S., Froese T. The enactive approach to habits: New concepts for the cognitive science of bad habits and addiction. *Frontiers in Psychology*. 2019. 10. Article 301.
16. Krasnodemska I., Savitskaya M., Berezan V., Tovstukha O., Rodchenko L. Psychological consequences of warfare for combatants: ways of social reintegration and support in Ukraine. *Amazonia Investiga*, 2023, 12(70), 78–87.
17. Radchenko O., Kovach V., Semenets-Orlova I., Zaporozhets A. (Eds.). *National security drivers of Ukraine: information technology, strategic communication, and legitimacy*, 2023, Springer Nature.
18. Usachenko A. Реалізація сучасної державної політики у сфері культури та орієнтири розвитку в умовах проведення адміністративної реформи. *Theory and Practice of Public Administration*, 2020, 1(68), 119–125.

УДК 159.98:615.851]:616.036.21COVID-19

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.8>**Тетяна ТРИАНДОФІЛОВА**

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія,  
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**Яна РАЄВСЬКА**

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, директор Навчально-наукового інституту психології та соціальних наук, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», raievska.psychology@journals.maup.kiev.ua

ORCID: 0000-0003-3802-2304

Scopus Author ID: 57218830781

## КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВА ТЕРАПІЯ У БОРОТЬБІ З СОЦІАЛЬНОЮ ІЗОЛЯЦІЄЮ ТА ЇЇ НАСЛІДКАМИ, ВИКЛИКАНИМИ ПАНДЕМІЄЮ

Соціальна ізоляція, спричинена пандемією COVID-19, стала глобальним викликом для психічного здоров'я людей, що призвело до значного зростання рівня тривожності, депресії та інших психоемоційних розладів. У цьому контексті когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) виступає потужним інструментом для допомоги людям у подоланні негативних наслідків ізоляції, викликаних пандемією. КПТ є ефективним методом роботи з когнітивними викривленнями та деструктивними патернами поведінки, що дозволяє знижувати рівень стресу, тривожності та депресії, а також відновлювати соціальні зв'язки, порушені пандемією.

У статті розглядається застосування КПТ для подолання психологічних наслідків соціальної ізоляції, зокрема таких як самотність, тривожність і депресія. Окремо акцентується увага на впливі пандемії на різні групи населення, зокрема на дітей, підлітків та літніх людей, і на адаптацію когнітивно-поведінкових методик до цих груп. Усі ці аспекти аналізуються через призму сучасних підходів до КПТ, що дозволяє зробити висновки про ефективність цієї терапії в умовах глобальних соціальних змін.

**Ключові слова:** когнітивно-поведінкова терапія, КПТ, соціальна ізоляція, пандемія, психологічний стан, депресія, тривожність, автоматичні негативні думки, когнітивне реструктурування, поведінкові патерни, адаптивні стратегії, психоемоційний стан, модифікація поведінки, стресостійкість, саморегуляція, міжособистісна взаємодія, соціальна підтримка.

## Tetiana Tryandofilova, Yana Raievska. COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY IN THE FIGHT AGAINST SOCIAL ISOLATION AND ITS CONSEQUENCES CAUSED BY THE PANDEMIC

Social isolation caused by the COVID-19 pandemic has become a global challenge for mental health, leading to a significant increase in anxiety, depression, and other psycho-emotional disorders. In this context, cognitive-behavioral therapy (CBT) serves as a powerful tool for helping people overcome the negative effects of isolation caused by the pandemic. CBT is an effective method for working with cognitive distortions and destructive behavior patterns, which helps reduce stress, anxiety, and depression levels, as well as restore social connections disrupted by the pandemic.

The article explores the application of CBT to overcome the psychological consequences of social isolation, particularly such issues as loneliness, anxiety, and depression. Special attention is given to the impact of the pandemic on different population groups, specifically children, adolescents, and elderly people, and the adaptation of cognitive-behavioral techniques to these groups. All these aspects are analyzed through the lens of contemporary CBT approaches, which allows for conclusions on the effectiveness of this therapy in the context of global social changes.

**Key words:** cognitive-behavioral therapy, CBT, social isolation, pandemic, psychological state, depression, anxiety, automatic negative thoughts, cognitive restructuring, behavioral patterns, adaptive strategies, psycho-emotional state, behavior modification, stress resilience, self-regulation, interpersonal interaction, social support.

**Постановка проблеми.** Пандемія COVID-19 стала глобальним викликом для психічного здоров'я людей, що призвело до значного зростання рівня тривожності, депресії та інших психоемоційних розладів. Одним із найбільш важливих наслідків пандемії стала соціальна ізоляція, що суттєво вплинула на психічне благополуччя багатьох людей. Відсутність регулярних соціальних контактів та звичних активностей сприяла підвищенню рівня стресу та погіршенню психоемоційного

стану. В умовах цих змін когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) виявилася потужним інструментом для подолання негативних наслідків соціальної ізоляції. КПТ дозволяє працювати з когнітивними спотвореннями та деструктивними патернами поведінки, що допомагає знижувати рівень стресу, тривожності та депресії, а також відновлювати соціальні зв'язки, порушені пандемією.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Останні дослідження демонструють значний

інтерес до проблеми соціальної ізоляції та психологічних наслідків пандемії, зокрема в контексті застосування когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). Зокрема, Бочелюк і Панов (2021) у своєму дослідженні підкреслюють, що пандемія стала важливим фактором, який поглибив соціальну ізоляцію в Україні, що вимагає впровадження КПТ для подолання її наслідків. Вестбрук, Кеннерлі та Кірк (2021) також акцентують на ефективності КПТ у боротьбі з соціальною тривогою, що може виникати у результаті ізоляції, та надають цінні практичні поради щодо застосування методів терапії. Давидова (2022) вивчає, як майндфулнес-техніки, як частина КПТ, допомагають підвищити стресостійкість у молоді, що також є важливим у контексті постпандемічної адаптації. Іваніцька (2023) зазначає, що карантинні заходи значно погіршили психічний стан населення, особливо серед осіб, що пережили соціальну ізоляцію, що підвищує актуальність застосування КПТ для подолання депресивних та тривожних симптомів.

Продовження досліджень у сфері застосування КПТ для подолання наслідків соціальної ізоляції є важливим для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки в умовах постпандемії. Це дозволить адаптувати методи терапії до нових реалій, враховуючи специфіку соціальних обмежень та потреби різних груп населення.

**Мета статті** – проаналізувати застосування когнітивно-поведінкової терапії для подолання психологічних наслідків соціальної ізоляції, зокрема таких, як самотність, тривожність і депресія.

**Виклад основного матеріалу.** Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним із найпоширеніших та найефективніших методів психотерапії, яка базується на наукових доказах. Її розвиток почався у 60-х роках ХХ століття завдяки роботам Аарона Бека, який розробив когнітивну терапію для лікування депресії. Водночас Альберт Елліс створив раціонально-емотивну поведінкову терапію, яка також стала основою КПТ. Принциповою рисою КПТ є інтеграція двох підходів: когнітивного, що фокусується на зміні мислення, та поведінкового, спрямованого на модифікацію поведінки. Основними принципами КПТ є орієнтованість на проблему, акцент на «тут і зараз», активна співпраця терапевта і клієнта, а також структурованість терапевтичного процесу.

Ключовим механізмом дії КПТ є її здатність впливати на когніції та поведінкові патерни, що формують психоемоційний стан людини. Згідно з основною моделлю КПТ, психологічні проблеми виникають через дисфункціональні думки та переконання, які впливають на емоції і поведінку. Наприклад, автоматичні

негативні думки, що виникають у відповідь на певні події, здатні викликати тривогу чи депресію. КПТ спрямована на виявлення таких думок, їхню критичну оцінку та заміну на більш адаптивні. Крім того, значна увага приділяється модифікації поведінки через впровадження нових стратегій подолання труднощів, навчання навичкам саморегуляції та покращення міжособистісної взаємодії [6, с. 75–76].

КПТ має низку переваг, які роблять її ефективним інструментом для подолання різних психологічних проблем. По-перше, її методи є практичними та орієнтованими на досягнення конкретних результатів. Це дозволяє клієнтам швидко помічати позитивні зміни у своєму стані. По-друге, КПТ є короткостроковою терапією, що робить її доступною для широкого кола людей. По-третє, ефективність КПТ підтверджена численними дослідженнями, зокрема, у лікуванні депресії, тривожних розладів, посттравматичного стресового розладу та багатьох інших станів. Також терапія надає клієнтам інструменти для самостійного вирішення проблем у майбутньому, що сприяє підвищенню їхньої стресостійкості та психологічної автономії [9, с. 82].

Соціальна ізоляція є складним соціально-психологічним явищем, яке характеризується обмеженням або повною відсутністю контактів між людьми. У контексті пандемії соціальна ізоляція стала однією з ключових проблем, що виникла внаслідок запровадження карантинних обмежень, спрямованих на стримування поширення вірусу. Особливістю цього періоду є примусове зменшення соціальної активності, що торкнулося як міжособистісних стосунків, так і колективних форм взаємодії [8, с. 27–28].

В умовах пандемії соціальна ізоляція проявляється в таких формах, як дистанційна робота, закриття навчальних закладів, обмеження громадських заходів і заборона на подорожі. Такі зміни викликали порушення звичних соціальних ритмів та ізоляцію людей у їхніх домівках. Особливо значущим фактором є раптовість і тривалість цих змін, які виявилися стресогенними для багатьох. Обмеження вплинули на всі сфери життя, зокрема на освіту, зайнятість, медичну допомогу та сімейні відносини, створюючи численні труднощі адаптаційного характеру. [7, с. 29].

Пандемічна соціальна ізоляція мала свої специфічні особливості, пов'язані з глобальністю явища, масовістю та вимушеним характером змін. По-перше, ізоляція охопила значну частину населення світу незалежно від віку, статі, соціального статусу чи національності. По-друге, вона супроводжувалася підвищеним рівнем невизначеності та тривожності через відсутність чітких прогнозів щодо

закінчення пандемії. По-третє, ізоляція загострила існуючі соціальні нерівності, оскільки люди з обмеженим доступом до технологій чи медичної допомоги зазнали більшого впливу.

Соціальна ізоляція, особливо в умовах пандемії, має значний вплив на психологічний стан людини. Найбільш поширеними її наслідками є тривожність, депресія та почуття самотності, які тісно пов'язані між собою та можуть спричинити погіршення як психічного, так і фізичного здоров'я.

Тривожність є одним із найчастіших психологічних станів, що виникають унаслідок соціальної ізоляції. Вона пов'язана з постійним відчуттям невизначеності, страхом за власне здоров'я та добробут близьких, а також з неможливістю реалізації звичних соціальних контактів. Карантинні обмеження та вимушена самотність часто спричиняють розвиток генералізованої тривожності, яка проявляється в постійному занепокоєнні, порушеннях сну, підвищеній дратівливості та труднощах у концентрації уваги [5, с. 68–70].

Депресія є ще одним серйозним наслідком соціальної ізоляції. Відсутність соціальної підтримки, обмеження фізичної активності та неможливість брати участь у звичних формах дозвілля сприяють розвитку почуття безпорадності та зниженню настрою. Люди, які відчувають ізоляцію, часто стикаються з такими симптомами, як втрата інтересу до життя, емоційна апатія, хронічна втома та низька самооцінка. Пандемія додатково посилює ці фактори, збільшуючи ризик розвитку клінічних форм депресії [7, с. 29].

Почуття самотності є ще одним важливим аспектом психологічних наслідків соціальної ізоляції. Відсутність регулярної взаємодії з родиною, друзями та колегами створює відчуття соціального відчуження, яке може перерости в хронічну самотність. Це почуття є особливо небезпечним, оскільки воно асоціюється з підвищеним рівнем стресу, погіршенням імунної функції та розвитком психосоматичних захворювань. Самотність також сприяє виникненню негативних когнітивних схем, які посилюють ізоляцію, створюючи замкнене коло психологічних труднощів [1, с. 110].

Соціальна ізоляція в умовах пандемії по-різному вплинула на різні вікові групи, зокрема на дітей, підлітків та літніх людей. Ці категорії населення є особливо вразливими через специфіку їхніх соціальних, психологічних та фізіологічних потреб.

Діти є однією з найбільш чутливих до ізоляції груп через їхню потребу у стабільному середовищі для розвитку. Відсутність можливості взаємодії з однолітками, обмеження доступу до освіти та ігор негативно впливають на когнітивний, емоційний та соціальний розвиток. Тривале перебування вдома часто

приводить до порушення режиму дня, зменшення фізичної активності та зростання рівня тривожності. Діти молодшого віку можуть демонструвати регресивну поведінку, наприклад, підвищену залежність від батьків або труднощі зі сном.

Підлітки, перебуваючи на етапі формування ідентичності та незалежності, також гостро реагують на соціальну ізоляцію. Обмеження контактів із друзями, відсутність можливості брати участь у позашкільних заходах та збільшення часу, проведеного в онлайн-просторі, можуть викликати почуття самотності, депресію та підвищену дратівливість. Крім того, пандемія поглибила проблему «екранної залежності» серед підлітків, що негативно впливає на їхнє психічне здоров'я та соціальні навички. Порушення комунікації з однолітками також позбавляє підлітків можливості отримувати соціальну підтримку, яка є важливою для їхнього емоційного благополуччя.

Літні люди є ще однією вразливою групою, яка зазнала суттєвого впливу соціальної ізоляції. Через вікові фізіологічні зміни та зростання ризику важкого перебігу захворювань, літні люди були змушені дотримуватися суворих карантинних обмежень. Це призвело до зменшення соціальних контактів, погіршення фізичної активності та підвищення рівня самотності. Самотність у цій групі пов'язана з підвищеним ризиком розвитку депресії, тривожних розладів та когнітивних порушень, включаючи деменцію. Відсутність регулярної взаємодії з близькими та обмежений доступ до медичних послуг додатково погіршили якість життя літніх людей [4, с. 39].

Когнітивні техніки є важливим компонентом когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) і спрямовані на подолання негативного мислення, яке часто лежить в основі тривожності, депресії та інших психологічних розладів. Ці техніки допомагають змінювати деструктивні когніції, формувати більш адаптивні способи мислення та поліпшувати емоційний стан.

Однією з основних технік є виявлення і модифікація автоматичних негативних думок. Люди з депресивними або тривожними станами часто переживають повторювані негативні думки, які автоматично виникають у відповідь на певні події чи ситуації. Терапевт допомагає клієнту ідентифікувати ці думки, ставити під сумнів їхню достовірність і замінювати їх на більш реалістичні та позитивні. Наприклад, замість думки «я завжди зазнаю невдачі», клієнт вчиться формулювати більш конструктивне твердження: «я маю досвід як успіхів, так і невдач, але це не визначає мою цінність».

Ще однією ефективною технікою є когнітивне реструктурування. Воно передбачає аналіз і трансформацію основних переконань,

які впливають на поведінку та емоції людини. Цей процес включає виявлення когнітивних викривлень, таких як катастрофізація, чорнобіле мислення або узагальнення, та їхню заміну на більш збалансовані та обґрунтовані судження. Наприклад, клієнт, який схильний до катастрофізації, може навчитися оцінювати реалістичні наслідки певної ситуації, що зменшує рівень тривоги.

Техніка ведення когнітивного щоденника також використовується для боротьби з негативним мисленням. Клієнтам пропонується записувати свої думки, емоції та реакції на певні ситуації. Це дозволяє усвідомлювати зв'язок між подіями, думками та почуттями, а також аналізувати їх об'єктивно. Крім того, ведення щоденника сприяє формуванню навички самостереження, що є важливим кроком до зміни негативних шаблонів мислення.

Перенаправлення уваги є додатковою технікою, яка допомагає клієнтам уникати зосередження на негативних думках. Воно передбачає свідоме спрямування уваги на позитивні або нейтральні аспекти ситуації. Наприклад, замість фокусування на помилці, зробленій на роботі, клієнт може звернути увагу на свої досягнення або кроки, які вже були успішно виконані.

Поведінкові стратегії є важливим аспектом відновлення соціальних зв'язків, особливо в умовах, коли ці зв'язки були порушені через соціальну ізоляцію або тривалі стресові ситуації, наприклад, під час пандемії. Ці стратегії спрямовані на поступове повернення до соціальної активності, підвищення впевненості у взаємодії з іншими людьми та покращення міжособистісних відносин.

Однією з ключових поведінкових стратегій є постановка реалістичних соціальних цілей. Людині рекомендується визначити конкретні та досяжні цілі, пов'язані з відновленням контактів, наприклад, регулярні зустрічі з друзями, участь у соціальних заходах або встановлення нових знайомств. Такі цілі допомагають структурувати процес інтеграції в соціальне середовище та зменшують відчуття розгубленості або тривоги.

Тренування соціальних навичок є ще однією важливою поведінковою стратегією. У процесі ізоляції багато людей можуть втратити впевненість у своїх здібностях до спілкування. Через моделювання ситуацій, рольові ігри та обговорення реальних сценаріїв терапевт допомагає клієнту удосконалювати навички вербальної та невербальної комунікації. Наприклад, відпрацювання технік активного слухання, уміння висловлювати свої думки та почуття, а також розв'язання конфліктів сприяє відновленню соціальної впевненості.

Поступове розширення кола соціальних контактів також є ефективною стратегією. Людині пропонується почати з мінімальних

зусиль, наприклад, короткої розмови з сусідом або спілкування з колегами на роботі, і поступово переходити до більш активної участі в суспільному житті. Такий підхід допомагає уникнути перевантаження та дозволяє адаптуватися до нових соціальних умов.

Майндфулнесс (mindfulness) є ефективним інструментом у боротьбі із соціальною ізоляцією, яка часто супроводжує пандемії. Через обмеження спілкування, стрес та невизначеність багато людей стикаються з емоційними труднощами, такими як самотність, тривожність і депресія. Практики усвідомленості можуть допомогти знизити негативний вплив ізоляції на психічне здоров'я, сприяючи емоційній стійкості, покращенню настрою та підтриманню зв'язку із собою та іншими [3, с. 89].

Важливим елементом поведінкових стратегій є використання підтримуючого середовища. Участь у групах взаємодопомоги, волонтерських ініціативах або соціальних заходах створює безпечний простір для відновлення взаємодії з іншими. Таке середовище сприяє формуванню нових соціальних зв'язків, зміцненню відчуття приналежності та зниженню рівня самотності.

Додатково слід зазначити роль позитивного підкріплення у формуванні нових соціальних звичок. Наприклад, після успішної соціальної взаємодії людині пропонується відзначити цей успіх, що допомагає закріпити позитивний досвід і стимулює подальшу активність [5, с. 73].

Практичне застосування когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) у боротьбі з наслідками соціальної ізоляції, викликаними пандемією, демонструє її високу ефективність у різних популяціях. КПТ була успішно використана для подолання тривожних розладів, депресії, самотності та інших психологічних труднощів, які виникли внаслідок тривалого перебування у вимушеній ізоляції.

Одним із прикладів є впровадження онлайн-програм КПТ для пацієнтів, які страждали від тривожності через відсутність соціальних контактів. Такі програми включали модулі, спрямовані на ідентифікацію та модифікацію негативних автоматичних думок, пов'язаних із самотністю та страхом перед майбутнім. Завдяки використанню когнітивних технік учасники навчалися розпізнавати свої когнітивні викривлення, такі як катастрофізація або надмірне узагальнення, і замінювати їх більш реалістичними судженнями. Результати досліджень показали, що у більшості учасників спостерігалось зниження рівня тривожності та покращення загального емоційного стану.

Іншим успішним прикладом є застосування КПТ для літніх людей, які найбільше постраждали від соціальної ізоляції. У рамках індивідуальних та групових сесій літніх

пацієнтів навчали поведінковим стратегіям, спрямованим на відновлення соціальної активності, навіть за умов обмежених контактів. Наприклад, пацієнти використовували технології для підтримки зв'язку з родиною та друзями, планували регулярні дзвінки або відеоконференції. Такі втручання допомогли знизити рівень самотності, підвищити суб'єктивне відчуття соціальної підтримки та покращити якість життя [4, с. 45].

Також варто зазначити використання КПТ у роботі з медичними працівниками, які стикнулися з професійним вигоранням та високим рівнем стресу під час пандемії. У цьому випадку терапевтичні інтервенції фокусувалися на розробці індивідуальних стратегій подолання стресу, таких як впровадження релаксаційних технік, розвиток позитивного мислення та формування здорових поведінкових звичок. Результати показали значне зменшення симптомів емоційного виснаження, підвищення стресостійкості та покращення загального психологічного благополуччя.

Ще одним прикладом є використання КПТ серед підлітків, які страждали від соціальної тривожності через тривалий період дистанційного навчання та обмежену соціалізацію. Терапевтичні втручання включали когнітивне реструктурування, моделювання соціальних ситуацій та розвиток соціальних навичок. У підлітків спостерігалось зниження рівня тривожності під час спілкування з однолітками та поступове відновлення впевненості у власних соціальних здібностях [9, с. 40–42].

**Висновки.** Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є сучасним, науково обґрунтованим

підходом, який довів свою ефективність у роботі з різноманітними психологічними проблемами. Її теоретичні основи та практичне застосування створюють міцну базу для допомоги людям у подоланні життєвих труднощів.

Соціальна ізоляція в умовах пандемії стала багатогранною проблемою, яка вплинула на фізичний, емоційний і соціальний добробут населення. Особливо виражений її руйнівний вплив на дітей, підлітків та літніх людей. Тривожність, депресія та самотність є ключовими психологічними наслідками соціальної ізоляції, які впливають на якість життя та психоемоційний стан людини. Розробка стратегій подолання наслідків кризи, викликані пандемією, є важливими завданнями сучасної психології.

Одним із ефективних інструментів у подоланні негативного мислення в умовах пандемії є когнітивні техніки. Вони допомагають людям усвідомити та змінити свої деструктивні думки, формуючи адаптивні стратегії мислення, що сприяє поліпшенню їхнього психологічного та емоційного благополуччя. Потужним інструментом для відновлення соціальних зв'язків є поведінкові стратегії. Завдяки ним люди поступово повертаються до активного соціального життя, покращують комунікацію та зміцнюють відчуття соціальної підтримки, що є важливим чинником психологічного благополуччя. Можливість застосування когнітивно-поведінкової терапії до різних груп населення дозволяють успішно вирішувати широке коло проблем, спричинених кризовими ситуаціями.

#### Література:

1. Бочелюк В. Й., Панов М. С. Психологічні наслідки пандемії для сучасного українського суспільства як соціально-психологічна проблема. *Габітус*. 2021. Вип. 21. С. 109–113.
2. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Галицька видавнича спілка, 2021. 416 с.
3. Давидова О. В. Майндфулнес-технології регуляції стресостійкості в роботі практичного психолога з учнями юнацького віку. *Кременчук*, 2022. 56 с.
4. Ентоні М., Рова К. Розлад соціальної тривоги. Львів: Свічадо, 2018. 122с.
5. Іваніцька Т. І. Вплив карантину та соціальної ізоляції на психічний стан населення. *Буковинський медичний вісник*. 2023. Т. 27, № 1 (105). С. 67–72.
6. Коробанова О. Л. Соціальна взаємодія та переживання складних соціальних ситуацій в умовах пандемії COVID-19. *Проблеми політичної психології*. 2020. Вип. 9 (23). С. 73–94.
7. Рем Л. Депресія. Львів : Свічадо, 2022. 112 с.
8. Чабан О. С., Хаустова О. О. Психічне здоров'я в період пандемії COVID-19 (особливості психологічної кризи, тривоги, страху та тривожних розладів). *Neuro News*. 2020. № 3. С. 26–36.
9. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.



УДК 159.9:34]:316.613.434

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.9>**Володимир ФІЛОНЕНКО**

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціології та психології,  
Харківський національний університет внутрішніх справ, [filonenko.v.n@gmail.com](mailto:filonenko.v.n@gmail.com)  
ORCID: 0000-0003-2662-1705

**АПЕТИТНА АГРЕСІЯ ЯК ФОРМА ЗАДОВОЛЕННЯ  
НАСИЛЬНИЦЬКОЇ СХИЛЬНОСТІ ІНДИВІДА**

У статті подано результати дослідження актуальної для сучасної юридичної психології, психотерапії та консультативної психології проблеми – визначення чинників, що є рушійними для вчинення комбатантами та військовослужбовцями агресивних, насильницьких актів та звірств при виконанні військового обов'язку. Розглянуто агресію та агресивність, які вже тривалий час піддаються вивченню з різних точок зору та підходів, основними з яких є фактори, що стосуються ролі та впливу біологічних і соціальних аспектів на індивіда. Прийнято розрізняти так звану захисну агресію, що виконує позитивну функцію для виживання особистості і є інстинктивною, та інший вид агресії, що є деструктивною та жорстокою, яка є безцільною пристрастю і являється виключно людською рисою. Військовослужбовці, які брали участь у бойових діях, часто стикаються з емоційним напруженням, підвищеною агресивністю, нестриманістю, схильністю до ризикованої поведінки, нехтуванням традиційними цінностями та дотриманням правил. Це вказує на можливу роль нестриманості у прояві агресивної та розгалуженої поведінки, особливо в умовах стресу або передбачуваної загрози. Учасники бойових дій різних воєнних кампаній повідомляли, що вчинення насильницьких дій може бути привабливим і навіть захоплюючим. Існує дві основні форми агресії: реактивна та інструментальна. Реактивна виникає як реакція на певну передбачувану провокацію чи загрозу. Інструментальна агресія є спланованою і цілеспрямованою, або ініціативною, хижацькою агресією, що орієнтована на досягнення мети. Така агресія проявляється заради самої агресії, нанесення шкоди іншому для задоволення власної потреби цього спрямування, так званої апетитної агресії. За свідченнями науковців, найчастіше така поведінка проявляється у солдатів-дітей – членів озброєних формувань та у осіб, які за власним бажанням доєдналися до таких груп. В умовах бойових дій дегуманізація супротивника та ритуали ініціації в озброєних формуваннях можуть спричиняти відхилення від засвоєних моральних норм і підвищувати рівень насильства у спільноті. Серед учасників бойових дій існує частка осіб, які вважають перебування у складі озброєних формувань інструментом для задоволення власних агресивних нахилів та насильницької залежності. Це саме відноситься і до катів, серед яких є тип, що отримує задоволення від нанесення ушкоджень та знущання над іншими. У статті навмисно не застосовується прямий переклад терміну *appetitive aggression* (апетитна агресія) задля уникнення співпадінь з медичною термінологією. Для позначення агресивної поведінки, що сприймається автором як захоплююча та емоційно збудлива, пропонується використання терміну апетитна агресія. Напрямоком подальших досліджень вважаємо з'ясування ролі та місця апетитної агресії у скоєнні комбатантами інших видів злочинів і правопорушень.

**Ключові слова:** комбатанти, військовослужбовці, агресивність, насильство, апетитна агресія, стрес, посттравматичний стресовий розлад, девіантна поведінка, злочинна поведінка.

**Volodymyr Filonenko. APPETITIVE AGGRESSION AS A FORM OF  
SATISFACTION OF VIOLENT OF AN INDIVIDUAL'S VIOLENT TENDENCIES**

The article presents the results of a study of a problem relevant to modern legal psychology, psychotherapy and counseling psychology – determining the factors that drive combatants and military personnel to commit aggressive, violent acts and atrocities in the performance of military duty. The article examines aggression and aggressiveness, which have long been studied from different perspectives and approaches, the main ones being the factors relating to the role and influence of biological and social aspects on an individual. It is customary to distinguish between the so-called defensive aggression, which performs a positive function for the survival of the individual and is instinctive, and another type of aggression, which is destructive and violent, which is an aimless passion and is an exclusively human trait. Military personnel who have participated in combat often face emotional stress, increased aggression, intemperance, a tendency to engage in risky behavior, and a disregard for traditional values and compliance with rules. This indicates a possible role for intemperance in aggressive and disinhibited behavior, especially under stress or perceived threat. Combatants often report that committing violent acts can be attractive and even exciting. There are two main forms of aggression: reactive and instrumental. Reactive aggression occurs as a reaction to a certain perceived provocation or threat. Instrumental aggression is a planned and purposeful, or proactive, predatory aggression that is focused on achieving a goal. Such aggression is manifested for the sake of aggression itself, harming another to satisfy one's own needs of this direction, the so-called appetitive aggression. It has been found that this behavior is most often manifested by child soldiers who are members of armed groups and by persons who have voluntarily joined such groups. In the context of hostilities, the dehumanization of the enemy and initiation rituals in armed groups can cause deviations from learned moral norms and increase the level of violence in the community. Among combatants, there is people who consider being part of armed groups as a tool to satisfy their own aggressive tendencies and violent addictions. The same applies to torturers, among whom there is a type that takes pleasure in injuring and abusing others. Future research should examine whether appellate aggression and the commission of other criminal offenses and customs of warfare by combatants that are not related to aggression have an impact.

**Key words:** combatants, military personnel, aggressiveness, violence, apparent aggression, stress, post-traumatic stress disorder, deviant behavior, criminal behavior.

**Постановка проблеми.** Агресивність – є особистою рисою, яка відображає схильність людини реагувати на ситуацію певним чином, готовність діяти агресивно та

схильність сприймати поведінку інших як ворожу.

У різні часи вчені розглядали агресію і агресивність з різних позицій і підходів,

головними з яких є пов'язані з роллю та впливом на індивіда біологічних і соціальних факторів. Розглядаючи детермінанти агресії, деякі дослідники, такі, як Ділл і Андерсон (Dill and Anderson), Лоренц (Lorenz), Мак (Mask), віддавали перевагу внутрішнім біологічним факторам, Берковіц (Berkowitz) та Ронель (Ronel) відносили агресію до зовнішніх соціальних чинників і розглядали акти агресії як соціально засвоєні моделі поведінки. З точки зору теорій фрустрації, прихильниками якої є Блер, Бруер, Елсон (Blair, Breuer, Elson), агресивність – зовнішня реакція, яка виникає в результаті переживань будь-якої неприємної ситуації. Саме тому при описі агресії необхідно враховувати вплив емоційних процесів. З точки зору теорії примусу, яку підтримували Джоліф і Фаррінгтон (Jolliffe, Farrington), агресивність не є інстинктивною мотиваційною силою, яка виникає в результаті позбавлення організму важливих речей, умов і збільшується з посилення такого позбавлення. Джонс та інші (Jones), які є представниками етичного і гуманістичного підходів, розглядають агресію та насильство як види психологічного захисту, як вимушені дії індивіда у відповідь на загрозливий досвід [18].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасній літературі агресивність розглядається як невід'ємна риса гармонійно розвинутої особистості, а її відсутність може призвести до невміння захистити власні інтереси та себе. Е. Фромм (Fromm) виділяє так звану захисну агресію як інстинкт, що служить для виживання особистості, та інший вид агресії – деструктивність або жорстокість, яка є пристрастю, що не має конкретної мети, а її прояви є суто людською рисою [18].

Військовослужбовці, які брали участь у бойових діях, часто стикаються з емоційним напруженням і відчуженням, підвищеною дратівливістю та агресивністю, а також безпричинними спалахами гніву, страху і тривоги. Важливою рисою особистості може бути нестриманість, схильність діяти імпульсивно, брати участь у ризикованій поведінці та шукати гострих відчуттів, а також нехтувати традиційними цінностями та дотриманням правил. Це свідчить про можливість проявів нестриманості у вчиненні агресивної та розгальмованої поведінки, особливо в умовах стресу чи передбачуваної загрози [1; 9].

**Мета статті** полягає у виявленні чинників, що визначають агресивні та насильницькі прояви в поведінці комбатантів на основі теоретичного аналізу публікацій у зарубіжних та вітчизняних психологічних студіях.

**Виклад основного матеріалу.** Солдати та учасники бойових дій різних воєнних кампаній часто повідомляли, що вчинення

насильства може бути привабливим і захоплюючим [7]. Як правило, людська агресія визначається як будь-яка поведінка щодо іншої особи, що включає намір заподіяти шкоду [4]. Окрім того, злочинець має добровільно бажати завдати шкоди жертві і жертва повинна хотіти уникнути такої поведінки. Насильство виступає крайньою формою агресії, включаючи, наприклад, звалтування або вбивство [3]. Переважна більшість дослідників розрізняють дві основні форми агресії: реактивну та інструментальну. Реактивна агресія також відома як афективна, імпульсивна або ворожа, що виникає як реакція на певну передбачувану провокацію чи загрозу. Інструментальна агресія є спланованою і цілеспрямованою. У літературі її також називають ініціативною, такою, що має цільову орієнтацію, або хижацькою агресією. Люди використовують агресію такого типу з метою досягнення позитивного результату у власних цілях та задля уникнення негативних наслідків [15].

Водночас ці два типи агресії значною мірою корелюють між собою і в реальному житті часто виявляються одночасно [10]. Наприклад, під час пограбування захопленого в умовах воєнних дій селища певний злочинець може бути більше зосередженим на зовнішніх вигодах, у той час як інший злочинець, який фізично нападає на когось, може бути більше зосередженим на завданні особі фізичної шкоди як такої. Ельберт (Elbert) та інші повідомили, що діти-солдати в Уганді ставилися до вчинення злочинного насильства як до захоплюючої, привабливої події, що з часом перетворювалося на залежність. Діти припускали, що заподіяння шкоди іншим або вбивство, може бути винагородою само по собі та засобом отримання задоволення. Також В. Нелл (V. Nell) описував, що сам акт вчинення людьми насильства та жорстокості може сприйматися ними як винагорода [7; 13].

В умовах бойових дій дегуманізація ворога та обряди ініціації в озброєних групах можуть призводити до порушень засвоєних моральних норм і збільшувати рівень внутрішньовидового насильства [8]. Окрім того, вбивство іноді асоціюється з позитивними почуттями, такими як радість чи щастя [11]. Ельберт (Elbert) з колегами описали така звану appetitive aggression, яка за визначенням має кінцеву та внутрішню мету винагороди – завдати шкоди іншим. Appetitive aggression автори визначають як сприйняття агресивної поведінки по відношенню до інших як самої по собі позитивної та захоплюючої, навіть без отримання будь-якої користі [7]. Дослідники розмірковують, чому жорстокість і насильство є настільки розповсюдженими серед людей; і роблять припущення, що мисливська

поведінка є захоплюючою та привабливою, бажанням, яке робить прагнення вбивати терпимим і навіть апетитним [7]. «Еволюційний розвиток до такого «збочення» як бажання полювати на людей, тобто перенесення цього полювання на членів власного виду, був підживлений результатом переваги особистої та соціальної влади та домінування. У той час як порушення гальмування в бік внутрішньовидового вбивства загрожує будь-якому виду тварин, то у людей контрольоване гальмування було можливим завдяки тому, що вищі регуляторні системи, такі як виконавчі функції лобової частки, запобігають мимовільному виходу з рейок мисливської поведінки. Якщо цьому контролю – як, наприклад, у дітей-солдат – не навчитися, тоді жорстокість по відношенню до людей стає захоплюючою та привабливою» [7]. І тоді кров, що проливається, боротьба жертви за виживання сприймаються як «апетитний сигнал», як захоплююча та емоційно збудлива гра з паралельним викидом тестостерону, серотоніну та ендорфінів, які можуть викликати відчуття ейфорії та полегшувати біль [7]. Це певною мірою може пояснити захоплення гадіаторськими боями, насильницькими комп'ютерними іграми тощо.

У дослідженнях злочинців, що вчиняли акти геноциду в Руанді та дітей-солдатів з Уганди було виявлено, що appetitive aggression була позитивно пов'язана з вчиненням насильницьких дій і негативно з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Наявність високого соціального статусу або військового звання в озброєній групі позитивно корелювали з даним видом агресії у дітей-солдатів Уганди [5; 16].

Діти зазвичай беруть участь у бойових діях під час різноманітних збройних конфліктів у всьому світі. Зростання в насильницькому середовищі піддає дітей-солдатів високому ризику бути змушеними вчиняти насильство, а також адаптуватися до насильства [17]. Розглядаючи пластичність мозку і проводячи опитування, дослідники зауважують, що діти-солдати частіше повідомляють про схильність до агресії, оскільки вони найкраще адаптуються до насильницьких обставин у озброєних групах [7; 5]. Також є дані, що вербування до збройних формувань за власним бажанням позитивно пов'язане з appetitive aggression [7].

У США в результаті Національного дослідження з реабілітації ветеранів війни у В'єтнамі (NVVRS) було виявлено, що одним із найбільш важливих факторів, пов'язаних з отриманням у війні ПТСР, була участь ветеранів у заподіянні шкоди цивільним особам та/або ув'язненим. Кількість осіб, схильних до антисоціальної поведінки в бойових ситуаціях і їх залученість до заподіяння шкоди іншим, сягнула 13% від загальної вибірки 1183 ветеранів-чоловіків. Ветерани, які завдавали шкоди як цивільним особам, так і ув'язненим, мали вищі бали, що вказує на вплив довоєнної антисоціальної поведінки та найвищі бали за почуттям провини, пов'язаним з В'єтнамом [6].

Ельберт (Elbert) та інші підкреслюють, що appetitive aggression може мати негативний зв'язок із тяжкістю симптомів посттравматичного стресового розладу лише в тому випадку, якщо учасники бойових дій не пережили подій, які би перевищували певний поріг травматичності [7; 15].

Цілком зрозуміло, що приєднання до озброєної групи за власним бажанням і вступ до збройних формувань у віці до 18 років, а також тривалість перебування у збройних групах та наявність військових звань мають позитивний зв'язок із appetitive aggression, як от і участь в минулому у вчиненні звірств та насильницьких дій. Дехто з комбатантів бажав стати бійцем, пов'язуючи це із задоволенням власних агресивних прагнень [12].

Д. Полашек зауважує, що у осіб, які починають вчиняти агресивні дії та скоювати насильницькі злочини в ранньому віці, існує висока вірогідність рецидиву прояву таких злочинів у дорослому віці [14].

Якщо звернутися до вітчизняного наукового дискурсу, то опитування повернених з полону військовослужбовців дозволило Ю. Широбокову визначити основні типи катів, які застосовують незаконні методи впливу (приниження, знущання, побиття, тортури, тощо) по відношенню до військовополонених. Усіх катів автор умовно розподілив на чотири типи: 1) «Боягуз». Для них характерним є бажання самоствердитися в очах своїх товаришів по службі, демонструючи свою сміливість під час допиту полонених. Найчастіше вони використовують колючі або ріжучі предмети для нанесення поранень полоненим. 2) «Профі». Як правило, це ті, хто до служби працювали у пенітенціарній системі. 3) «Месник». У цю категорію катів люди потрапляють спонтанно. Серед них, як правило, особи, які глибоко переживають втрату близької людини або товариша по службі. 4) «Садист». Цей тип є найнебезпечнішим серед катів. До нього приєднуються люди за власним бажанням, більш того, деякі з них до зони ведення бойових дій потрапили саме з метою стати катами, задля реалізації своїх хворобливих фантазій [2, с. 6]. Для таких осіб головною метою є самоствердження за рахунок безпорадних полонених і демонстрація своєї зверхності [2, с. 294]. Тобто кати цього типу вчиняють агресивні акти заради самого насилля та отримання задоволення від цього.

Комбатанти, які за власним бажанням, а не вимушено доєдналися до збройних формувань,

частіше повідомляли про високий рівень апетентної агресії. Вже існуюча апетентна агресія може призвести до рішення особистості приєднатися до озброєної групи. Чоловіки більшою мірою можуть виявляти вроджену схильність до апетентної агресії [7; 13]. Дегуманізація жертв та обряди ініціації, ймовірно, сприяють розвитку або посиленню апетентної агресії, особливо у дітей-солдатів [8].

**Висновки і перспективи досліджень.** Учасники бойових дій, у яких спостерігався високий рівень appetitive aggression, частіше приєднувалися до озброєної групи за власним бажанням, або в дитячому віці. Вони скоїли більше актів насильства, ніж комбатанти, яким був характерний низький рівень appetitive

aggression. Регулярні вчинення насильства та відчуття провини за скоєні звірства під час озброєних конфліктів посилюють прояви апетентної агресії. Особи, що мали досвід вчинення багатьох насильницьких актів до участі у військових діях також схильні до вчинення таких дій, перебуваючи у складі озброєних формувань. Апетентна агресія може мати негативний взаємозв'язок з посттравматичним стресовим розладом через вплив невеликої травматичності. Майбутні дослідження доцільно присвятити вивченню причинно-наслідкових зв'язків між апетентною агресією і вчиненням комбатантами інших кримінальних порушень та звичаїв війни, які не пов'язані з проявами агресії.

### Література:

1. Філоненко В. М. Бойова травматизація як чинник скоєння злочину. Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєнної реабілітації: збірник матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції (25 жовтня 2024 року) / уклад. В. С. Бліхар. Львів: 2024. С. 380–384.
2. Ширококов Ю. М. Психологія військового полону. Дис. доктора психологічних наук. Харківський національний університет повітряних сил імені Івана Кожедуба, Харків; Національний університет цивільного захисту України, Харків, 2020. 473 с.
3. Anderson C A., Bushman. B. Human aggression. *Annual Reviews of Psychology*. 2002. No 53. P. 27–51.
4. Berkowitz L. Pain and aggression: Some findings and implications. *Motivation and Emotion*. 1993. Vol. 17, No 3. P. 277–293.
5. Crombach Anselm & Weierstall Roland & Hecker Tobias & Schalinski Inga & Elbert Thomas. Social Status and the Desire to Resort to Violence: Using the Example of Uganda's Former Child Soldiers. *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*. 2013. No 22. P. 559–575. <https://doi.org/10.1080/10926771.2013.785458>.
6. Dohrenwend B. P., Yager T. J. Personal Involvement of U.S. Vietnam Veterans in Harming Civilians and Prisoners: The Roles of Antisocial Predispositions and Combat Situations. *Clinical Psychological Science*. 2021. No 9 (5). P 932–943. <https://doi.org/10.1177/2167702621991794>.
7. Elbert T., Weierstall R., Schauer M. Fascination violence: On mind and brain of man hunters. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*. 2010. Vol. 260, No 1. P. 100–105.
8. Engen R. Kolling for their country: A new look at killillogy. *Canadian Militmy journal*. 2008. Vol. 9, No 2. P. 120–128.
9. Harkness A. R., McNulty J. L. An Over-view of Personality: The MMPI-2 Personality Psychopathology Five (PSY-5) Scales, MMPI-2: *A practitioner's guide*: Washington, 2006. P. 73–97.
10. Kempes M., Matthys W., de Vries H. van Engeland. H. Reactive and proactive aggression in children – A review of theory, findings and the relevance for child and adolescent psychiatry. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 2005. Vol. 14, No 1. P. 11–19. <https://doi.org/10.1007/s00787-005-0432-4>
11. MacNair R. M. Violence begets violence: The consequences of violence become causation. *The psychology of resolving global conflicts: From war to peace. Group and Social Factors*. Westport. Connecticut, 2006. P. 91–210.
12. Mai Mai child soldier recruitment and use: Entrenched and unending: Coalition to stop the use of child soldiers. URL: <https://www.refworld.org/reference/countryrep/cscoal/2010/en/71810>
13. Nell V. Cruelty's rewards: The gratifications of perpetrators and spectators. *The Behavioral and Brain Sciences*. 2006. Vol. 29, No 03. P. 211–257. No 3. P. 244–249. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2012.02.016>.
14. Polaschek D. L. L., Yesberg J. A., Chauhan P. A year without a conviction: An integrated examination of potential mechanisms for successful re-entry in high-risk violent prisoners. *Criminal Justice and Behavior*. 2018. No 45. P. 425–446. <https://doi.org/10.1177/0093854817752757>.
15. Tobias Hecker, Katharin Hermenau, Anna Maedl, Thomas Elbert, Maggie Schauer. Appetitive aggression in former combatants – Derived from the ongoing conflict in DR Congo, *International Journal of Law and Psychiatry*. 2012. Vol. 35,
16. Weierstall R., Schaal S., Schalinski I., Dusingizemungu, J. -P. Elbert T. The thrill of being violent as an antidote to posttraumatic stress disorder in Rwandese genocide perpetrators. *European journal of Psychotraumatology*. 2011. No 2. 6345.
17. Wessells M. G. Child soldiering: Entry reintegration and breaking cycles of violence. *The psychology of resolving global conflicts: From war to peace. Interventions*. Westport. Connecticut, (2006). P. 243–266.
18. Yevdokimova O., Okhrimenko I., Filonenko V., Shylina A., Ponomarenko Y., Okhrimenko S., Aleksandrov D. The Problem of Unconscious Aggressiveness of Criminals in the Conditions of Postmodern Society Development. *Postmodern Openings*. 2020. No 11. (2 Supl 1). P. 182–199. <https://doi.org/10.18662/po/11.2Supl/186>

УДК 316.346.2:342.7:364.4:351.85(477)

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.10>**Євгеній ЧОРНОШТАН**

кандидат політичних наук, викладач кафедри соціальної роботи, Яготинський інститут  
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»  
ORCID: 0000-0002-5515-0482

**ГЕНДЕРНА ДИСКРИМІНАЦІЯ  
ТА СОЦІАЛЬНА РОБОТА В УКРАЇНІ**

У статті визначено гендерну дискримінацію як будь-яку відмінність, виключення, обмеження або перевага, яка заснована на гендері, що призводить або може призвести до запобігання або обмеження на основі гендерної рівності в усіх сферах суспільного життя. Проаналізовано основні положення у міжнародному законодавстві, а також процедуру імплементації принципів протидії гендерній дискримінації в українському законодавстві. Для аналізу стану гендерної дискримінації використані міжнародні та загальнонаціональні дослідження та звіти. Доведено: гендерна дискримінація може проявлятися у контексті порушень прав у сфері праці, освіти, охорони здоров'я, політики, релігії, шлюбу, сім'ї чи родини. Основою для виявлення гендерної дискримінації є проведення різноманітних соціологічних досліджень. Виявлено: гендерне насильство є специфічним видом насильства, що виникає через належність жертви до певної гендерної групи. Традиційно його асоціюють із насильством проти жінок, однак це поняття охоплює ширший спектр явищ. Чоловіки можуть бути як суб'єктами агресії, так і її об'єктами, особливо у контексті збройних конфліктів чи побутових ситуацій. Таким чином, гендерне насильство включає насильницькі дії як з боку чоловіків, так і з боку жінок щодо представників обох статей.

У перспективі подальших досліджень окреслено необхідність внесення змін у законодавство України щодо протидії гендерному насиллю, постійний моніторинг стану якісного застосування законодавчих та інших нормативних актів, розвиток освіти, зокрема вивчення майбутніми соціальними працівниками гендерної політики.

**Ключові слова:** гендерна рівність, гендерна дискримінація, соціальна робота, соціальний супровід, протидія гендерній дискримінації.

**Yevhenii Chornoshtan. GENDER DISCRIMINATION AND SOCIAL WORK  
IN UKRAINE**

The article defines gender discrimination as any distinction, exclusion, restriction or advantage based on gender that has or may have the effect of preventing or restricting gender equality in all areas of public life. The main provisions of international legislation, as well as the procedure for implementing the principles of combating gender discrimination in Ukrainian legislation, were analyzed. International and national studies and reports were used to analyze the state of gender discrimination.

It is proven that gender discrimination can manifest itself in the context of violations of rights in the fields of labor, education, healthcare, politics, religion, marriage, family or household. The basis for identifying gender discrimination is the conduct of various sociological studies. It is found that gender violence is a specific type of violence that occurs due to the victim's belonging to a certain gender group. Traditionally associated with violence against women, this concept covers a wider range of phenomena. Men can be both subjects of aggression and its objects, especially in the context of armed conflicts or domestic situations. Thus, gender-based violence includes violent acts by both men and women against representatives of both sexes.

In the perspective of further research, the need for amendments to the legislation of Ukraine on combating gender-based violence, constant monitoring of the state of qualitative application of legislative and other regulatory acts, development of education, in particular the study of gender policy by future social workers, is outlined.

**Key words:** gender equality, gender discrimination social work, social support, combating gender discrimination.

**Актуальність проблеми.** Гендерна дискримінація є однією з найбільш актуальних проблем сучасного суспільства, попри вже наявні значні досягнення у контексті боротьби та профілактики її проявів, які є сьогодні. Дискримінація за гендерною ознакою може проявлятися у різних аспектах життя: обмеженому доступі до економічних і політичних ресурсів, нерівній оплаті праці, насильстві за гендерною ознакою, стереотипах, які укорінені в культурі та побуті. Для України, яка активно просувається у питаннях європейської і прагне розвитку демократичних цінностей, питання гендерної рівності є не лише соціальним, а й стратегічним питанням. Ключовим аспектом гендерної дискримінації вважається порушення рівності прав жінок та

чоловіків, яка передусім ґрунтується на стереотипах про «традиційні» ролі. Наприклад, жінки досі частіше асоціюються з вихованням дітей і веденням домашніх справ, тоді як чоловіки – із професійною діяльністю та лідерством, особливо політичним. Зрештою це призводить до дискримінації у сфері праці: жінки отримують нижчу оплату за рівноцінну роботу, мають обмежений доступ до керівних посад, а також стикаються із сексуальними домаганнями на робочому місці. Доволі часто чоловіки також стають жертвами гендерної дискримінації, особливо коли від них очікується відповідність жорстким стандартам «маскулінності». Наприклад, вони можуть відчувати тиск суспільства щодо обов'язку фінансового забезпечення сім'ї або уникати

звернень за психологічною допомогою через страх суспільного осуду.

Особливого значення у контексті протидії гендерній дискримінації набуває соціальна робота, оскільки саме соціальні працівники стають першими, хто допомагає постраждалим від дискримінації або гендернозумовленого насильства. Вони сприяють реінтеграції людей у суспільство, надають емоційну підтримку та забезпечують доступ до правових, медичних і психологічних послуг. Проте ефективність їхньої діяльності залежить від глибокого розуміння природи гендерної дискримінації, її проявів і наслідків, а також від розвитку методів подолання цієї проблеми. Адже з одного боку, дедалі більше ми можемо спостерігати як посилюється суспільний запит на боротьбу із дискримінацією, з іншого – все-таки доволі часто суспільство демонструє недостатній рівень обізнаності щодо нормативно-правової бази, можливостей протидії дискримінації тощо. У контексті соціальної роботи проблема гендерної дискримінації проявляється у двох напрямках. По-перше, соціальні працівники стикаються з труднощами у роботі з постраждалими, оскільки гендернозумовлені проблеми часто супроводжуються стигматизацією або недостатньою обізнаністю населення. По-друге, самі працівники можуть потрапляти під вплив гендерних стереотипів, що обмежує їхню ефективність. Таким чином, проблема гендерної дискримінації вимагає комплексного підходу, який включає в себе не лише боротьбу з її проявами, але й зміну суспільних уявлень про гендерні ролі. У цьому контексті соціальна робота може стати одним із ключових інструментів у подоланні дискримінації, формуванні рівних можливостей і побудові інклюзивного суспільства.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У роботі головно зосереджено увагу на міжнародному законодавстві та процедурах імплементації принципів протидії гендерній дискримінації в українському законодавстві. Для аналізу стану гендерної дискримінації використані міжнародні та загальнонаціональні дослідження та звіти. Серед українських дослідників, які сфокусовані на тематичі вивчення гендерної дискримінації у контексті соціальної роботи звернено до робіт А. Войтовської, О. Гуренко, Н. Мацейко, О. Кравченко та ін.

**Мета дослідження** полягає у вивченні міжнародних та загальнонаціональних практик вивчення тематики гендерної тематики у контексті здійснення соціальної роботи.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У науковому дискурсі дискримінація

здебільшого трактується як менш толерантне, у порівнянні з іншими, ставлення до особи за певною ознакою, через почуття неприязні або ворожості [11]. З точки зору міжнародного права дискримінація розуміється як несправедливе ставлення до осіб через стать, расу, вік, національність, релігію, етнічну чи політичну приналежність [12]. Загалом проблеми протидії гендерній дискримінації містяться у кількох міжнародних правових документах. Наприклад, Закон США про рівну оплату праці 1970 року, який використовується для подолання нерівності за ознакою статі; Закон про дискримінацію за ознакою статі 1975 року який застосовується лише до дискримінації за конкретними ознаками, такими як стать та сімейний статус у Великій Британії. На європейському континенті оцінка дискримінації зосереджена на застосуванні принципу рівного ставлення.

Щодо українського законодавства, гендерна дискримінація трактується як «будь-яка відмінність, виключення, обмеження або перевага, заснована на гендері, що призводить або може призвести до запобігання або обмеження на основі гендеру рівності в усіх сферах суспільного життя» [9]. Гендерна дискримінація може проявлятися у контексті порушень прав у сфері праці, освіти, охорони здоров'я, політики, релігії, шлюбу, сім'ї чи родини. Загалом наявність гендерної дискримінації можна виявити за допомогою проведення різноманітних соціологічних досліджень. Якщо говорити про психологічні дослідження гендерної тематики, то вони здебільшого спрямовані на виявлення гендерних стереотипів, соціологічні більше сконцентровані на стереотипах та очікуваннях про соціальні ролі. Однак існують і спеціально встановлені міжнародною системою індекси (наприклад, індикатор глобального індексу гендерного розриву), які, власне, спрямовані на визначення динаміки гендерної дискримінації у цивілізованому світі.

Перш за все варто звернути увагу, що протидія гендерній дискримінації є стратегічним напрямом діяльності української держави зокрема через проходження нею процедури узгодження українського законодавства з європейським. Питання гендерної дискримінації у ЄС є актуальним ще від часу його заснування. Про це зокрема йдеться у 2 ч. статті 3 Договору про заснування Європейської спільноти від 25 березня 1957 року: «уся спільнота має на меті нерівність та сприяти рівності жінок та чоловіків» [3]. Дуже показовим з цього приводу є висловлювання Президентки Європейської комісії Урсули фон дер

Ляєн : «Ми не повинні соромитися пишатися тим, де ми є, або амбітно ставитися до того, куди ми хочемо йти» у повідомленні щодо стратегії гендерної рівності 2020–2025. Згідно з Повідомленням комісії до Європейського парламенту, ради, Європейського економічного та соціального комітету та комітету регіонів «Гендерна рівність є основною цінністю ЄС, фундаментальним правом і ключовим принципом Європейської основи соціальних прав» [13]. Згідно цієї ж стратегії, ключові кроки у боротьбі із гендерною дискримінацією є: відсутність насильства та стереотипів; підтримка процвітання гендерної рівності в економіці; рівний доступ до керівних посад; гендерний мейнстрімінг і міжсекторальна перспектива в політиці ЄС; фінансування заходів для досягнення прогресу в гендерній рівності в ЄС; вирішення питань гендерної рівності та розширення прав і можливостей жінок у всьому світі [13].

До слова, чим більше Україна наближається до членства у ЄС, тим більше її законодавство повинне бути узгоджене із європейською спільнотою. Загалом у контексті європейської інтеграції Україною підписано та ратифіковано кілька нормативних документів, які стосуються протидії гендерній дискримінації: 2 травня 1996 року підписана Європейська соціальна хартія; 17 липня 1997 року ратифіковано Конвенцію про захист прав людини й основоположних свобод (з протоколами), Конвенція набрала чинності 11 вересня 1997 року; 21 вересня 2010 року Україна ратифікувала Конвенцію Ради Європи про заходи щодо протидії торгівлі людьми, яка набрала чинності через пів року після ратифікації; Законом № 4988-VI від 20.06.2012 ратифіковано Конвенцію Ради Європи про захист дітей від сексуальної експлуатації та сексуального насильства з заявами; 20 червня 2022 року Україна ратифікувала Стамбульську Конвенцію – «еталон міжнародних стандартів» у сфері захисту прав жінок. Водночас в Україні діє Закон № 2866-IV «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків», у якому визначено, що «дискримінація за ознакою статі – це дії чи бездіяльність, що виражають будь-яке розрізнення, виняток або привілеї за ознакою статі, якщо вони спрямовані на обмеження або унеможливають визнання, користування чи здійснення на рівних підставах прав і свобод людини для жінок і чоловіків».

У законі визначені основні нормативні та законодавчі документи на яких формується політика гендерної рівності – Конституції України, цей Закон та інші нормативно-пра-

вові акти. Статтею 3 цього Закону визначено, що основними напрямками державної політики щодо забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків є: сприяння досягненню гендерної рівності; запобігання дискримінації за статевою ознакою; забезпечення рівного доступу жінок і чоловіків до участі у прийнятті важливих суспільних рішень; створення умов для поєднання професійних обов'язків і сімейного життя як для жінок, так і для чоловіків; підтримку інституту сім'ї, популяризацію відповідального ставлення до батьківства та материнства; формування культури гендерної рівності та поширення просвітницьких ініціатив серед населення; захист суспільства від інформації, яка сприяє гендерній дискримінації. Усі ці заходи спрямовані на формування інклюзивного суспільства, де кожен має рівні права та можливості незалежно від статі [7].

Водночас 12 серпня 2022 р. українським Урядом схвалено Державну стратегію забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2030 року. Документ акцентує увагу на чотирьох ключових стратегічних напрямках: забезпечення ефективною та скоординованою роботою національного механізму з досягнення рівноправності жінок і чоловіків. Це дозволить враховувати потреби різних груп населення при ухваленні рішень у всіх сферах та на всіх рівнях; запровадження дієвої протидії всім видам насильства, включаючи насильство, пов'язане з конфліктами; гарантування рівного доступу жінок і чоловіків до можливостей розвитку в таких сферах, як освіта, охорона здоров'я, соціальний захист, культура та спорт; забезпечення паритетної участі жінок і чоловіків у різних сферах економіки, що стане важливим фактором для уповільнення зростання бідності, зумовленого агресією російської федерації в Україні [2]. Ще одним важливим нормативним документом є ЗУ «Про внесення змін до Закону України «Про рекламу» щодо протидії дискримінації за ознакою статі» № 1750-IX від 10.09.2021 року. Зокрема цим документом пропонується доповнити ЗУ «Про рекламу» визначенням дискримінаційної реклами, а також дискримінаційної реклами за ознакою статі. Остання за визначенням ЗУ – «реклама, що містить твердження та/або зображення щодо інтелектуальної, фізичної, соціальної чи іншої переваги однієї статі над іншою та/або щодо стереотипності ролі чоловіка та жінки, що пропагує принизливе та зневажливе ставлення; принижує гідність людини за ознакою статі; демонструє насильство за ознакою статі; використовує зображення тіла людини

(частини тіла) виключно як сексуального об'єкта з метою привернення уваги споживача та/або посилення (слова, звуки, зображення) на сексуальні стосунки, що не стосуються рекламованого продукту чи способу його споживання» [6].

Згідно з даними World Economic Forum, який систематично формує глобальний звіт про гендерні розриви, показник гендерного розриву за 2022 р. в Україні становив 29%, у 2023 році цей показник погіршився на 0,7%. Загалом, згідно з офіційними даними Україна у 2022 році перебувала на 81-му місці зі 147 досліджуваних країн. У 2024 році показники глобального індексу гендерного розриву дещо змінилися. Цього року 18-те видання Global Gender Gap оцінював гендерний розрив у 146 країнах світу. Україна у цьому рейтингу має такі показники: рівність економічної участі та можливостей – 40 місце; рівність залученості до роботи – 83 місце; рівність оплати за аналогічну роботу 35 місце; рівність доходу – 74 місце; рівність займаних посад у контексті виконання обов'язків посадових осіб та топ-менеджерів – 35 місце; абсолютний показник гендерної рівності визначено за напрямками освіта та грамотність, за показником здоров'я та виживання Україна займає 42-ге місце, у питаннях спадку, доступу до земельних активів, доступу до неземельних активів та можливості кар'єрного просування та лідерства в Україні виявлено рівні права та можливості. Рівні права виявлені також у показниках доступу до правосуддя та щодо свободи пересування. На 91 місці Україна перебуває за показником «жінки у парламенті» та на 80-му місці за показником «жінки на міністерських посадах» [15].

Протягом 27 лютого – 15 березня, 2024 року Київським міжнародним інститутом соціології (КМІС) на замовлення Національного Демократичного Інституту (НДІ) було проведено загальнонаціональне дослідження «Забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків в українському суспільстві». У загальному в дослідженні взяло участь 2,509 осіб. Згідно з отриманими результатами, 73% українців визнають важливість рівності жінок і чоловіків. Трохи більше ніж половина громадян країни позитивно оцінюють участь жінок в політичній діяльності. 77% громадян погодилися із твердженням що здебільшого жінки беруть участь у волонтерській діяльності, 57% опитаних поділяють думку про залученість жінок до оборони держави. Частина опитуваних, які позитивно оцінюють заняття жінок волонтерством та активізмом складає 89%; 71% опитуваних схвалюють

участь жінок у захисті країни. Щодо показників політичної участі, лише 40% опитаних стверджують, що жінки діяльнісні у політиці, хоча рівень залученості на рівні «скоріше ні» або «дуже ні» оцінюють лише 28%. 72% (більшість опитаних) погодилися з тим, що чоловіки мають брати участь у вихованні дітей, а 93% стверджують, що жінки та чоловіки мають бути разом відповідальними за турботу про дітей. Залученість жінок і чоловіків однаково важливою вважають 92% опитуваних щодо догляду за літніми батьками [5]. Однак варто також зауважити, що дані, оприлюднені КМІС не показують реальної картини поширення дискримінації в Україні, а є швидше індикатором, який дозволяє ідентифікувати дискримінацію.

Щодо поданого звіту «Забезпечення гендерної рівності в Україні в умовах війни у 2022 році від «ООН жінки», виявлено, що організація виділила понад 2,2 млн доларів США на підтримку більш ніж 20 жіночих організацій громадянського суспільства для оперативного реагування на нагальні потреби жінок і дівчат. У 18 регіонах України партнерські організації, очолювані жінками, надали допомогу понад 37 400 жінкам і дівчатам, зокрема найбільш уразливим категоріям населення. Серед пріоритетних напрямків визначено, якими скористалися жінки та дівчата є такі: понад 15 400 жінок отримали екстрену гуманітарну підтримку, що забезпечила їх їжею, водою, притулком, медикаментами та гігієнічними засобами; понад 5000 жінок скористалися психосоціальною підтримкою для подолання наслідків кризи психічного здоров'я, викликані війною; понад 10 100 жінок отримали доступ до інформації щодо захисту та соціально-економічних послуг; понад 5000 жінок звернулися за правовою допомогою або отримали інформацію щодо повідомлення про порушення прав і випадки сексуального насильства, пов'язаного з конфліктом; понад 5000 жінок мали можливість отримати економічну підтримку або створити власне джерело доходу для себе та своїх сімей [4].

Загалом варто зазначити, що оскільки чоловіки частіше виступають агресорами, гендерне насильство зазвичай асоціюють із насильством проти жінок, однак, на наше переконання такий підхід є занадто обмеженим. Чоловіки можуть бути не лише тими, хто вчиняє насильство, а його жертвами – це особливо актуально під час воєнних дій, збройних конфліктів, вуличного насильства або насильства в сімейному середовищі. Тому гендерне насильство слід розглядати ширше: це



і насильство чоловіків щодо жінок чи інших чоловіків, і насильство жінок щодо чоловіків або ж інших жінок.

У контексті розвитку соціального супроводу протидії гендерної дискримінації українські дослідниці О. Гуренко та Н. Мацейко визначають завдання, які стоять перед соціальними працівниками, зокрема зниження рівня гендерно-зумовленого та домашнього насильства; сприяння забезпечення ефективного запобігання його проявам; надання своєчасної допомоги постраждалим [1, с. 13]; формування у фахівця із соціальної роботи здатності розпізнавати прояви гендерної нерівності та дискримінації на індивідуальному чи інституційному рівнях; впливати на формування свідомості населення у напрямку толерантності, взаємоповаги, соціальної справедливості, протистояння гендерно-рольовим установкам і стереотипам [1, с. 19]. Авторки також підкреслюють, що однією із ключових компетенцій фахівців із соціальної роботи є володіння ним необхідної інформації щодо заходів, які здійснюються на загальнодержавному та місцевому рівнях.

У дослідженні О. Кравченко та А. Войтовської, присвяченому питанню формування гендерної компетентності у процесі підготовки майбутніх соціальних працівників, на основі аналізу численних освітніх програм із підготовки фахівців зроблено висновок, що формування такої компетентності можна здійснити через запровадження наскрізного підходу до освітнього процесу, важливе місце в якому належить спеціалізованим навчальним дисциплінам та неформальній освіті, які розкривають прикладні аспекти гендерної рівності [8, с. 57].

Правозахисниця М. Кіндрись стверджує, що першочерговими заходами у питанні становлення гендерночутливої системи соціального захисту в Україні є: необхідність змін у трудовому законодавстві, зокрема що стосується питань вагітності, гарантування збереження місця роботи та середньої заробітної плати, імплементація принципу гендерної рівності у спеціальному законодавстві щодо надання окремих видів соціального забезпечення та ін. [10].

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Підсумовуючи, хочемо зазначити, що тема гендерної дискримінації є надзвичайно актуальною не тільки для України, але й загалом для цілого світу. Одним із важливих напрямів розвитку цієї тематики є не лише прийняття законодавчих актів і норм, але й покорова їх реалізація у різних сферах. Так, нами було доведено, що найбільш гендерно чутливою темою є сфера політики, за цими показниками Україна показує низький рівень як у загальнонаціональних опитуваннях, так і по міжнародних показниках. Окремо варто звернути увагу на прогалини, допущені у системі освіти і підготовки соціальних працівників, відсутності у професійних стандартах відповідних компетенцій у питаннях підготовки фахівців, а відтак перекладання відповідальності із формальної на неформальну освіту. Отже, головними перспективами подальших досліджень є моніторинг виконання державою внутрішніх та зовнішніх нормативних зобов'язань, отримання законів, та стратегій забезпечення гендерної рівності, сприяння захисту прав жінок та чоловіків у контексті російсько-української війни та подолання її наслідків тощо.

#### Література:

1. Гуренко О., Мацейко Н. Розв'язання проблеми запобігання та протидії гендернозумовленому насильству в Україні у контексті соціальної роботи та соціальної освіти. *Соціальна робота та освіта*. Вип. 2(7), 2021 С. 12–23.
2. Державна стратегія забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2030 року. URL: <http://surl.li/jcqc5yh>
3. Договір про заснування Європейської Спільноти (Договір про заснування Європейського економічного співтовариства). URL: <http://surl.li/hrzohx>
4. Забезпечення гендерної рівності в Україні в умовах війни. Оновлення інформація щодо роботи структури ООН жінки у 2022 році. URL: <http://surl.li/gmрхуп>
5. Загальнонаціональне телефонне опитування «Забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків в українському суспільстві» 27 лютого – 15 березня, 2024 року. URL: <http://surl.li/kndsdx>
6. Закон України «Про внесення змін до Закону України «Про рекламу». URL: <http://surl.li/jfpqzg>
7. Закон України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків». URL: <http://surl.li/qymzq>
8. Кравченко О., Войтовська А. Формування гендерної компетентності у процесі підготовки майбутніх соціальних працівників. *Social Work and Education*, Vol. 11, No. 1. pp. 41–61. DOI: 10.25128/2520-6230.24.1.4
9. Східне міжрегіональне управління Державної служби України з питань праці. URL: <http://surl.li/ypixwh>

10. Чи гендерно чутлива система соціального захисту в Україні? URL: <http://surl.li/jzqlip>
11. Bracken C. Unreasonable intolerance: Article 14 as the basis for sexual orientation and gender identity refugee claims under the European convention on human rights. *Eur Hum Rights Law Rev.* № 5, 2017. 455 p.
12. European Convention on Human Rights article 14, 1950 URL: <http://surl.li/ywrjte>
13. Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions. A Union of Equality: Gender Equality Strategy 2020-2025 URL: <http://surl.li/bvosxe>
14. Global Gender Gap Report 2022 URL: <http://surl.li/fmvvtm>
15. Global Gender Gap Report 2024 URL: <http://surl.li/ailygl>
16. Obodo Ch. A. Gender-Related Discrimination. Springer Nature Switzerland AG 2020 URL: <http://surl.li/knjslx>

УДК 159.9.072.433

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.11>**Вікторія ШЕВЧУК**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ORCID: 0000-0001-7101-7617

**Марина ТЕСЛЕНКО**

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ORCID: 0000-0003-4676-7736

**Леся КЛЕВАКА**

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ORCID: 0000-0001-6924-8221

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ІЗ РІЗНИМИ ЦІННІСНИМИ ОРІЄНТАЦІЯМИ

Комуникативна компетентність майбутніх психологів – це багаторівнева система знань, умінь і особистісних якостей, що забезпечує успішність соціальної взаємодії. Її формування тісно пов'язане з ціннісними орієнтаціями, які впливають на мотивацію, ставлення до професії та вибір комуникативних стратегій. Гуманістичні цінності сприяють розвитку емпатії, здатності створювати сприятливу атмосферу й ефективно вирішувати конфлікти. Емпатія, як ключова професійна компетентність, свідчить про психологічну зрілість і готовність до професійної діяльності, що робить її важливим аспектом підготовки фахівців із психології. Для виконання поставлених завдань і досягнення визначеної мети було застосовано загальнонаукові методи теоретичного рівня, зокрема: аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення науково-теоретичних даних. Для діагностики комуникативної компетентності студентів-психологів і майбутніх педагогів із різним рівнем самооцінки були використані такі методиками: опитувальник «Шкала емоційного відгуку» А. Мєграбяна і Н. Епштейна; методика діагностики рівня емпатійних здібностей В. В. Бойка; методика «Оцінка рівня схильності до спілкування» (В. Ф. Ряховського); методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича. Для обробки отриманих даних як метод математичної статистики було використано критерій  $\chi^2$  Пірсона.

Отримані результати підкреслюють важливість розвитку емпатійних здібностей як ключової професійної компетенції студентів-психологів для підвищення ефективності їхньої взаємодії у соціальному середовищі.

**Ключові слова:** комуникативна компетентність, ціннісні орієнтації, майбутні психологи, емпатія, професійна підготовка, соціальна взаємодія, емоційний інтелект, психологічна зрілість, методи діагностики, методологія дослідження.

## Victoria Shevchuk, Maryna Teslenko, Lesia Klevaka. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS WITH DIFFERENT VALUE ORIENTATIONS

Communicative competence of future psychologists is a multi-level system of knowledge, skills and personal qualities that ensures the success of social interaction. Its formation is closely related to value orientations that influence motivation, attitude to the profession and the choice of communicative strategies. Humanistic values contribute to the development of empathy, the ability to create a favorable atmosphere and effectively resolve conflicts. Empathy, as a key professional competence, indicates psychological maturity and readiness for professional activity, which makes it an important aspect of training specialists in psychology. To fulfill the tasks set and achieve the specified goal, general scientific methods of the theoretical level were applied, in particular: analysis, synthesis, comparison, systematization and generalization of scientific and theoretical data. The following methods were used to diagnose the communicative competence of psychology students and future teachers with different levels of self-esteem: the questionnaire "Emotional Response Scale" by A. Mehrabian and N. Epstein; the method for diagnosing the level of empathic abilities by V. V. Boyko; the method "Assessment of the level of propensity to communicate" (V. F. Ryakhovsky); the method "Value orientations" by M. Rokych. To process the obtained data, the Pearson  $\chi^2$  criterion was used as a method of mathematical statistics.

The obtained results emphasize the importance of developing empathic abilities as a key professional competence of psychology students for increasing the effectiveness of their interaction in the social environment.

**Key words:** communicative competence, value orientations, future psychologists, empathy, professional training, social interaction, emotional intelligence, psychological maturity, diagnostic methods, research methodology.

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство ставить перед професією психолога все більше вимог, що пов'язані зі здатністю до ефективного міжособистісного спілкування, побудови конструктивних взаємодій та розуміння потреб і цінностей інших людей. У цьому контексті комунікативна компетентність є однією з ключових характеристик професійної діяльності психолога.

Ціннісні орієнтації особистості, як фундаментальні регулятори поведінки, істотно впливають на стиль та ефективність комунікації. Вони визначають пріоритети, цілі та стратегії міжособистісної взаємодії, формуючи основу для розвитку комунікативної компетентності. Майбутні психологи, які перебувають на етапі професійного становлення, потребують усвідомлення власних ціннісних орієнтацій та їхнього впливу на професійні взаємини, що актуалізує проблему вивчення цієї взаємозалежності.

Актуальність дослідження підсилюється зростаючими вимогами до професійної підготовки психологів, зокрема в умовах постійних соціокультурних змін, що впливають на структуру цінностей молоді. Вивчення психологічних особливостей комунікативної компетентності в контексті ціннісних орієнтацій дозволить глибше зрозуміти механізми формування ефективної комунікації у майбутніх фахівців та сприятиме розробці більш ефективних програм їхньої підготовки.

Отже, дослідження взаємозв'язку комунікативної компетентності та ціннісних орієнтацій майбутніх психологів є важливим для забезпечення якісного розвитку їхніх професійних здібностей і відповідає актуальним запитам сучасної психологічної науки та практики.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Комунікативна компетентність як інтегральна характеристика особистості, що включає знання законів спілкування, комунікативні здібності й навички, була предметом досліджень багатьох науковців (О. Бодальов, Л. Долинська, В. Кан-Калік, Є. Клімов, В. Семиченко, Т. Титаренко, Т. Яценко тощо). Більшість із них наголошують на винятковій важливості комунікативної компетентності в професіях, пов'язаних із міжособистісною взаємодією [9, с. 76].

Науковою основою підготовки майбутніх психологів є концепції спілкування, розроблені К. Абульхановою-Славською, Г. Андреевою, С. Максименком, Б. Паригіним тощо. Методологічні аспекти спілкування висвітлені у працях О. Леонтьєва, С. Рубінштейна, Л. Виготського, Б. Ананьєва, О. Бондаренка.

Професійне спілкування розглядається з позицій професійного самовизначення (Є. Клімов, М. Захаров), а розвиток комунікативного потенціалу особистості – у дослідженнях Ю. Ємельянова, В. Каплінського, Л. Петровської. Українські вчені приділяють значну увагу професійній компетентності (Ж. Вірна, Н. Пов'якель) та становленню особистості психолога під час навчання (О. Бондаренко, Ю. Долинська, В. Панок). Методи розвитку комунікативних здібностей детально досліджували Ю. Ємельянов, Т. Яценко та інші. У науковій літературі висвітлюється низка питань, пов'язаних із професійним становленням учителя. Зокрема, це розвиток творчого педагогічного мислення (В. І. Загв'язинський, Н. В. Кузьміна, Ю. Н. Кулюткін, С. Д. Максименко, Р. П. Скульський), формування професійної готовності до педагогічної діяльності (О. А. Абдулліна, С. Л. Братченко, В. В. Каплінський, Г. О. Нагорна, В. О. Сластьонін, Л. Ф. Спирін), професійна адаптація (С. Г. Вершловський, О. Г. Мороз, Т. С. Полякова, Т. Д. Щербан) та підвищення кваліфікації (С. Б. Єлканов, М. М. Заброцький, М. М. Поташнік) [4, с. 24].

Проблематика педагогічного спілкування як ключового елементу педагогічного процесу детально обґрунтовується у працях Г. О. Балла, М. Й. Боришевського, В. М. Галузяка, М. М. Заброцького, В. О. Кан-Каліка, О. В. Киричука, С. Д. Максименка, С. О. Мусатова, Л. Е. Орбан, Н. В. Чепелевої, Т. С. Яценко та інших. У цих дослідженнях педагогічне спілкування розглядається як різновид професійного спілкування, що забезпечує соціально-психологічну взаємодію між учителем і учнями. Така взаємодія включає обмін інформацією, пізнання особистості учнів, реалізацію виховних впливів, створення сприятливих умов для розвитку мотивації до навчання та творчого підходу до навчальної діяльності [1, с. 8].

Проте проблема професійного спілкування психолога потребує подальшого вивчення. Зокрема, недостатньо досліджені особистісні чинники, що впливають на розвиток комунікативної компетентності, та їхній зв'язок із формуванням професійної компетентності майбутніх психологів.

**Мета роботи** полягає у дослідженні специфіки комунікативної компетентності майбутніх психологів із різними ціннісними орієнтаціями.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для виконання поставлених завдань і досягнення визначеної мети було застосовано загальнонаукові методи теоретичного рівня,

зокрема: аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення науково-теоретичних даних. Для діагностики комунікативної компетентності студентів-психологів і майбутніх педагогів із різним рівнем самооцінки були використані такі методики: опитувальник «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна і Н. Епштейна; методика діагностики рівня емпатійних здібностей В. В. Бойка; методика «Оцінка рівня схильності до спілкування» (В. Ф. Ряховського); методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича. Для обробки отриманих даних як метод математичної статистики було використано критерій  $\chi^2$  Пірсона.

Інтегральна природа комунікативної компетентності як особистісного конструкту обумовлює її складну внутрішню структуру. Згідно з підходом Ю. Ємельянова, вона включає загальні здібності, які проявляються у здатності до засвоєння знань і навичок, комунікативні знання та навички, пов'язані з використанням вербальних і невербальних засобів спілкування, а також особистісні риси, як-от «Я-концепція» чи індивідуальні установки.

Є. Руденський наголошує, що особливості соціальних ролей визначають формальні та змістові параметри комунікативної компетентності. Серед основних її аспектів виділяються діагностична, прогностична, програмована та організаційна функції, які забезпечують ефективне розуміння, планування та реалізацію комунікації [6, с. 38].

О. Низовець-Кропта акцентує увагу на трьох ключових компонентах компетентності: когнітивній, яка охоплює знання про сутність і структуру спілкування; емоційній, що включає здатність до емпатії та адекватного емоційного реагування; та поведінковій, яка реалізується через вербальні й невербальні уміння ефективною взаємодії. Емоційна складова комунікативної компетентності нерозривно пов'язана з емоційним інтелектом. Р. Бар-Он трактує його як сукупність рис, що впливають на успішність комунікації та діяльності, включаючи усвідомлення власних емоцій, емпатію, адаптивність та стресостійкість [5, с. 63]. Д. Люсін додає, що емоційний інтелект охоплює як внутрішньо-особистісні риси (самоконтроль, оптимізм), так і міжособистісні навички (емпатію, відкритість). А. Болотова та Ю. Жуков, спираючись на диспозиційний підхід В. Ядова, підкреслюють роль особистісних диспозицій, комунікативних знань і умінь [2, с. 40]. Вони зазначають, що знання про правила поведінки в комунікативних ситуаціях стають вагомими лише за умови їх застосування у взаємодії. Комунікативні уміння передбачають не лише

володіння відповідними знаннями, а й здатність до адаптації, контролю ситуації, а також коригування власної поведінки відповідно до контексту [8, с. 149]. Є. Руденський класифікує комунікативні вміння на кілька груп, включаючи мовленнєві, соціально-психологічні, психологічні, етикетні, невербальні, організаційно-комунікативні та інтерактивні. Вони забезпечують адаптацію до різних соціальних ситуацій і успішну взаємодію як на міжособистісному, так і на груповому рівнях [3, с. 252].

Таким чином, комунікативна компетентність особистості є багаторівневою психологічною системою, що інтегрує знання, уміння, здібності та особистісні риси, які забезпечують ефективність і успішність соціальної взаємодії. Комунікативна компетентність студентів-психологів, яка є основою їхньої професійної ефективності, тісно пов'язана з їхніми ціннісними орієнтаціями. Ці два аспекти особистості взаємодіють у складному процесі формування соціальних і професійних навичок, що визначають успішність у роботі з людьми.

Ціннісні орієнтації відіграють роль основи, на якій будується система взаємодії з іншими людьми. Вони формують внутрішню мотивацію, визначають ставлення до професії, соціальних норм і стандартів, а також впливають на вибір підходів у комунікації. Наприклад, студенти, які орієнтуються на гуманістичні цінності, демонструють більшу емпатію, розвинуте вміння слухати і здатність створювати емоційно сприятливу атмосферу в комунікації. Це сприяє кращому взаєморозумінню і більш ефективному вирішенню конфліктних ситуацій [7, с. 134].

Емпіричне дослідження рівнів емоційного відгуку у студентів-психологів здійснювалося за допомогою методики «Шкала емоційного відгуку» (А. Меграбян, Н. Епштейн). Більшість досліджуваних студентів-психологів (51%) характеризуються високим рівнем емпатії в міжособистісній комунікації. Вони демонструють легкість у встановленні контактів, почуваються комфортно у великих групах, добре розуміють емоційні прояви й вчинки інших та легко знаходять взаєморозуміння з оточуючими. Такі студенти надають перевагу колективній роботі, проявляючи більше цінування чуйності, ніж раціональності чи ділових якостей. Високий рівень емпатії також забезпечує їм здатність співпереживати і водночас емоційно дистанціюватися від негативних переживань інших.

Для 23% студентів характерний середній рівень схильності до емоційного відгуку.

Вони більше орієнтуються на аналіз вчинків і діяльності людей, ніж на емоційні враження. Такі студенти добре контролюють свої емоції, однак можуть відчувати труднощі з прогнозуванням розвитку міжособистісних стосунків, що частково обмежує їхню комунікативну ефективність.

26% студентів-психологів, які взяли участь у дослідженні, демонструють низький рівень схильності до емоційного відгуку. Вони не орієнтовані на глибоке ціннісне сприйняття емоцій оточуючих, рідко проявляють співпереживання та уникають включення у внутрішній світ інших людей. Ці студенти можуть не відчувати емоційної залежності від оточення, що робить їх вразливими, ускладнює процес соціалізації та може бути причиною психосоматичних проблем. Їхня низька схильність до емпатії обмежує можливість налагодження глибоких міжособистісних зв'язків, оскільки емоції та переживання партнерів по спілкуванню для них не мають значної цінності.

Таким чином, більшість студентів-психологів (51%) демонструють високу здатність емоційно відгукватися на почуття та переживання інших, що сприяє успішній міжособистісній комунікації.

Емпіричне дослідження рівнів емоційного відгуку у студентів-психологів показало, що 51% студентів мають високий рівень емпатії. Ці студенти легко встановлюють контакти, комфортно почуваються у великих групах, розуміють емоції інших і здатні знаходити взаєморозуміння. Вони віддають перевагу колективній роботі і цінують чуйність більше за раціональність. Високий рівень емпатії дозволяє їм співпереживати та емоційно дистанціюватися від негативних переживань інших.

23% студентів мають середній рівень емоційного відгуку, вони більше орієнтуються на аналіз вчинків людей, а не на емоційні прояви, добре контролюють свої емоції, але можуть мати труднощі в прогнозуванні розвитку міжособистісних стосунків.

26% студентів демонструють низький рівень емпатії, що ускладнює їхню соціалізацію та комунікацію, оскільки вони рідко проявляють співпереживання і не зважають на емоції оточуючих. Це може призвести до психосоматичних проблем і обмежувати можливість для налагодження глибоких міжособистісних зв'язків.

У ході нашого дослідження ми вивчали специфіку прояву та вираженості різних компонентів емпатії серед студентів, які здобувають вищу освіту на спеціальності 053 «Психологія». Для цього ми застосували методіку

діагностики рівня емпатійних здібностей, запропоновану В. В. Бойко.

**Результати дослідження** показали, що більшість студентів-психологів володіють високим рівнем емпатії, що є важливою професійною компетенцією в їхній майбутній діяльності. Особливо важливими є емоційна чутливість і здатність до емпатії у міжособистісній комунікації, які сприяють встановленню гармонійних взаємин і створенню атмосфери довіри. Це означає, що студенти, які володіють високим рівнем емпатії, здатні до відкритого спілкування, розуміють емоційні стани інших людей і можуть надати підтримку в складних ситуаціях.

Проте, серед респондентів була помічена певна різноманітність у вираженості окремих компонентів емпатії. Наприклад, 43% студентів мають низький рівень розвитку раціонального каналу емпатії. Це вказує на те, що вони менш схильні концентрувати увагу на розумінні емоційних станів інших людей, а більше звертають увагу на зовнішні аспекти ситуацій, що може обмежувати їх здатність до глибокого емоційного контакту. Такі студенти схильні до більш дистанційованого спілкування, що може ускладнити ефективне налагодження міжособистісних зв'язків.

Водночас 31% студентів виявили високий рівень розвитку раціонального каналу емпатії, що дозволяє їм краще розуміти людей на когнітивному рівні. Ці студенти здатні до емоційного контакту, проте їхня комунікація більше орієнтована на логічне осмислення ситуацій і інтерпретацію поведінки через призму мислення та аналітичних підходів.

Ще одна важлива характеристика – емоційна чутливість, яка була виражена у 42% респондентів. Такі студенти виявляють схильність до емоційного резонансу, вони швидко і точно реагують на емоції інших людей, здатні до співпереживання та емоційної підтримки. З іншого боку, 23% студентів показали низький рівень емоційної чутливості, що обмежує їх здатність до ефективного спілкування та створення емоційних зв'язків.

Ще однією важливою характеристикою є інтуїтивний канал емпатії. 63% студентів продемонстрували високий рівень інтуїтивної чутливості, що дає їм змогу передбачати поведінку інших людей, спираючись на досвід і підсвідомі переконання. Однак лише 11% респондентів мають розвинену здатність інтуїтивно прогнозувати емоційні реакції, що важливо для ефективної взаємодії в умовах обмеженої інформації про співрозмовників.

Не менш важливим аспектом є те, що 68% студентів мають установки, які обмеж-

ують їх здатність до глибокої емпатії. Це може проявлятися у відсутності бажання встановлювати емоційні зв'язки з іншими людьми, що суттєво ускладнює їхні міжособистісні взаємодії. Враховуючи професійну спрямованість студентів-психологів, ця проблема є особливо важливою, адже здатність до емпатії є важливим компонентом їх професійної діяльності.

Щодо ідентифікації з партнерами по спілкуванню, то 55% студентів виявили низький рівень цієї здатності, що обмежує їх можливості для співпереживання та створення глибоких міжособистісних зв'язків. Однак 16% респондентів мають високу здатність до ідентифікації, що дозволяє їм ефективно взаємодіяти з іншими людьми і досягати взаєморозуміння.

**Висновки.** Таким чином, хоча більшість студентів-психологів демонструють високий рівень емпатії, існують групи, у яких є обмеження в розвитку окремих компонентів емпатії, що може заважати їхній ефективності в професійній діяльності. Важливо, щоб такі студенти отримували корекційні заходи для розвитку своїх комунікативних навичок та емпатії на емоційному і раціональному рівнях.

Особливості мотивації до спілкування варіюються залежно від вікової групи. У старшому віці мотивація до емоційного контакту і підтримки зростає, оскільки це важливий аспект психологічного благополуччя людей. Це також стосується студентів, зокрема студентів-психологів і педагогів, у яких кому-

нікаційна активність є важливою частиною професійної підготовки.

Дослідження схильності до спілкування серед цих груп студентів дозволяє виявити різні рівні мотивації до міжособистісного спілкування, що є важливим для розвитку їх професійної комунікативної компетентності. Зокрема, результати дослідження показали, що більшість студентів (66%) мають високий рівень комунікабельності, що проявляється у відкритості та здатності до адаптації в соціальних ситуаціях. Менша частина студентів (14%) демонструє середній рівень комунікабельності, а 20% студентів мають низький рівень комунікабельності, що може вказувати на труднощі в соціалізації.

Ці результати підтверджують важливість розвитку комунікативних навичок серед студентів, особливо в контексті професійної підготовки майбутніх психологів. Розвиток емпатії, комунікабельності та відповідних ціннісних орієнтацій є важливими для їхнього успіху в професійній діяльності.

Загалом, комунікативна компетентність студентів-психологів визначається поєднанням різних компонентів: емпатії, мотивації до спілкування, ціннісних орієнтацій і комунікабельності. Ці складові взаємопов'язані між собою і впливають на ефективність міжособистісних взаємодій у професійному середовищі. Розвиток цих аспектів у студентів є ключовим для формування їх професійної компетентності і підготовки до успішної кар'єри в психології.

#### Література:

1. Баранов В. В. Психолого-педагогічні умови формування комунікативної компетентності. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : зб. наук. пр. 2011. № 5. С. 7–9.
2. Галецький С. М. Особливості підходів до проектування структури комунікативної компетентності фахівців. *Znanstvena misel* , 2019. 2 (32), С. 39–41.
3. Денищич Т. А. Комунікативні вміння як компонент професійно-комунікативної компетентності майбутніх фахівців. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. Херсон : Херсонський держ. ун-т, 2010. Вип. 55. С. 252–255.
4. Єжижанська Т. С., Осадча М. П. Проблеми формування комунікативної компетентності майбутніх фахівців. *Наукові записки. Серія «Культура і соціальні комунікації»*, 2017. (3), 23–24.
5. Корніяка О. М. Вивчення розвитку комунікативної компетентності студентів // психолінгвістика: збірник наукових праць ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Г. Сковороди», 2019. вип. 3, с. 60–69.
6. Корніяка О. М. Психологічні особливості розвитку комунікативної компетентності педагогів і психологів у період їх професійної адаптації. *Психолінгвістика*: Зб. наук. праць ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Григорія Сковороди». Переяслав-Хмельницький: ПП «СКД», 2010. Вип. 7. С. 31–40.
7. Марущак О. М. Формування комунікативної компетентності: Методичні рекомендації. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. 134 с.
8. Пузь І. В., Шевченко О. М. Значення комунікативної компетентності у професійному становленні майбутніх психологів. *Психологічний часопис*. 2018. № 4. С. 149–150.
9. Рудева Л. С. Психологічні особливості комунікативної компетентності майбутніх психологів. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. Збірник наук. праць. Випуск 3 / Інституту психології та соціальної педагогіки, Київського університету імені Бориса Грінченка, м. Київ. 2012. С. 76–77.

Наукове видання

**НАУКОВІ ПРАЦІ  
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ  
ПСИХОЛОГІЯ**

**Випуск 4 (65), 2024**

Засновано 2001 року  
Видання виходить 6 разів на рік

Коректор *І. М. Чудеснова*  
Комп'ютерне верстання *М. С. Михальченко*

Підписано до друку 27.12.2024 р.  
Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.  
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 7,44.  
Наклад 100 прим.

Надруковано: Видавничий дім «Гельветика»  
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1  
Телефони: (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.