

ISSN 2786-5134 (Print)
ISSN 2786-5142 (Online)
<https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4>

МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



НАУКОВІ ПРАЦІ
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

ПСИХОЛОГІЯ

SCIENTIFIC WORKS
OF INTERREGIONAL ACADEMY
OF PERSONNEL MANAGEMENT

PSYCHOLOGY

Випуск 4 (53), 2021



Видавничий дім
“Гельветика”
2021

Редакційна колегія

Грись А. М., доктор психологічних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту міжнародних відносин і соціальних наук, Міжрегіональна Академія управління персоналом (головний редактор)

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, завідувач кафедри психології, Міжрегіональна Академія управління персоналом

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

Раєвська Я. М., доктор психологічних наук, професор кафедри психології, Інститут підготовки кадрів державної служби зайнятості України

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 № 8 від 29.12.2021)

Свідectво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації серія КВ № 24778-14718Р, видане Міністерством юстиції України 21.04.2021 р.

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. 2021. Вип. 4 (53). Київ : Міжрегіональна Академія управління персоналом, 2021. 80 с.

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

ЗМІСТ

Вікторія БЕДАН ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ГАДЖЕТ-АДИКЦІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	5
Тамара БІЛУХА, Лариса ДЕЙНИЧЕНКО, Тетяна КУХАР ОСОБИСТІСНІ ПЕРЕДУМОВИ УСПІШНОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	12
Наталія ВІННИК ДУХОВНО-БУТТЄВІ ПРАКТИКИ ПІДВИЩЕННЯ СВОБОДИ ВИБОРУ ПОВЕДІНКИ В СТРЕСОВІЙ СИТУАЦІЇ.....	19
Ірина ЕНДЕБЕРЯ САМОСТІЙНА РОБОТА ЗДОБУВАЧІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 053 ПСИХОЛОГІЯ З УРАХУВАННЯМ ЇЇ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ: ШЛЯХИ ТА ЗАСОБИ ОРГАНІЗАЦІЇ.....	24
Ганна КОЛІНЕЦЬ ХАРАКТЕР ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ МАТЕМАТИЧНИХ ДОСЛІДНИЦЬКИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ.....	28
Алла КРАСНЯКОВА ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНЕ СЕРЕДОВИЩЕ МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ ЯК РЕСУРС РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ.....	34
Маргарита КУДІНОВА ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	40
Ольга ЛОСІЄВСЬКА, Анна ЛЯШКО НЕКОНФЛІКТНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК СКЛАДОВА УСПІШНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ.....	46
Яна ПОНОМАРЕНКО ЕМОЦІЙНА СКЛАДОВА У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛЩЕЙСЬКИХ З РІЗНИМ РІВНЕМ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ.....	52
Олена ПРОДАНОВА ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗИ ТА МОТИВАЦІЙНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ОСОБИСТОСТІ У СТРУКТУРІ КОМПЕТЕНЦІЇ САМООСВІТИ СТУДЕНТІВ.....	57
Лілія ПРУДКА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я: ПРОФЕСІЙНІ РИЗИКИ І ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ.....	64
Світлана СИТНІК ЕМПАТІЯ ЯК РЕГУЛЯТОР МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ.....	70

CONTENTS

Viktoriia BEDAN PSYCHOLOGICAL PREVENTION OF GADGET ADDICTION IN ADOLESCENTS.....	5
Tamara BILUKHA, Larysa DEYNYCHENKO, Tatyana KUKHAR PERSONAL PREREQUISITES FOR SUCCESSFUL PROFESSIONAL TRAINING.....	12
Natalia VINNYK SPIRITUAL-EXISTENT PRACTICES OF INCREASING THE FREEDOM OF CHOOSING BEHAVIOR IN A STRESS SITUATION.....	19
Irina ENDEBERYA INDEPENDENT WORK OF APPLICANTS OF SPECIALTY 053 PSYCHOLOGY TAKING INTO ACCOUNT ITS PSYCHOLOGICAL FACTORS: WAYS AND MEANS OF ORGANIZATION.....	24
Hanna KOLINETS THE RELATIONSHIP'S NATURE OF STRUCTURAL COMPONENTS OF STUDENTS' MATHEMATICAL RESEARCH ABILITIES: THE PSYCHOLOGICAL ASPECT.....	28
Alla KRASNIAKOVA INFORMATION AND COMMUNICATION ENVIRONMENT OF THE INTERNET AS A RESOURCE FOR THE DEVELOPMENT OF CIVIC COMPETENCE OF YOUTH.....	34
Marharyta KUDINOVA EMPIRICAL STUDY OF STRESS RESISTANCE LEVELS OF STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS.....	40
Olga LOSIYEVSKA, Anna LYASHKO NON-CONFLICT ENVIRONMENT OF THE INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION AS A COMPONENT OF SUCCESS OF THE ORGANIZATION OF EDUCATIONAL SPACE.....	46
Yana PONOMARENKO EMOTIONAL COMPONENT IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF POLICE OFFICERS WITH DIFFERENT LEVELS OF PROFESSIONAL SELF-FULFILLMENT.....	52
Olena PRODANOVA RESEARCH OF CRISIS AND MOTIVATIVE CHARACTERISTICS OF PERSONALITY IN THE STRUCTURE OF STUDENTS 'SELF-EDUCATION COMPETENCE.....	57
Liliia PRUDKA MENTAL HEALTH: OCCUPATIONAL RISKS AND HEALTH OF THE FUTURE SPECIALIST IN THE EDUCATIONAL SPACE.....	64
Svitlana SYTNIK EMPATHY AS A REGULATOR OF INTERPERSONAL INTERACTION.....	70

УДК 159.9.072.422

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.1>**Вікторія БЕДАН**

кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології,
Національний університет “Одеська юридична академія”,
Фонтанська дорога, 23, м. Одеса, Україна, 65009
ORCID: 0000-0003-0497-5473

Viktoriia BEDAN

PhD in Psychological Sciences, Senior Lecturer at Department of Psychology,
National University “Odessa Law Academy”,
23 Fontanska doroha str., Odessa, Ukraine, 65009
ORCID: 0000-0003-0497-5473

**ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ГАДЖЕТ-АДИКЦІЇ
У ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ****PSYCHOLOGICAL PREVENTION OF GADGET ADDICTION
IN ADOLESCENTS**

У статті надано результати емпіричного дослідження актуальної на теперішній час проблеми, що пов'язана з інтернет-залежністю сучасної молоді, зокрема дослідженню смарт-залежності (гаджет-залежності) осіб підліткового віку. Проведено теоретичний аналіз сучасних досліджень вітчизняних та зарубіжних науковців присвячених проблематиці Інтернет-залежності сучасної молоді. Проаналізовано наслідки надмірного використання смартфонів, гаджетів та перебування в мережі для психічного та фізичного здоров'я дітей. Визначено, що надмірне використання електронних гаджетів сприяє порушенню опорно-рухового апарату, що характеризується пошкодженням м'язів, сухожилів, нервів шиї, плеча, передпліччя, кисті, больовим відчуттям у долоні, слабкістю онімінням та порушенням моторного контролю та погіршення зору. **Метою** статті є презентація результатів дослідження смарт-залежності і підлітковому віці. Встановлено, що підлітки з високим рівнем смарт-залежності мають проблеми з концентрацією уваги, погіршення зору, неприємні відчуття в області шиї, передпліччя. Спостерігається тенденція до компульсивної поведінки, домінують тривога, дратівливість, конфліктність, зв'язок з друзями здійснюється за допомогою соц. мереж. Перебування в мережі використовують як засіб зняття стресу, напруги, можуть застосовувати тролінг, кібербулінг та інші форми емоційного вираження.

Висновки. Проведене дослідження показало, що тривале використання електронних гаджетів негативно впливає на організм дитини, тому постає потреба психологічної профілактики та психологічного просвітництва здорових способів використання гаджетів, пропагувати активний спосіб життя, формування та налагодження комунікації у реальному житті. Запропоновано рекомендації щодо подолання та профілактики негативних наслідків гаджет-залежності молодих осіб.

Ключові слова: адикція, Інтернет-залежність, гаджет-залежність, смарт-залежність, підлітки.

The article presents the results of an empirical study of the current problem related to Internet addiction of modern youth, in particular the study of smart addiction (gadget addiction) of adolescents. Theoretical analysis of modern research of domestic and foreign scientists on the issue of Internet addiction of modern youth. The consequences of excessive use of smartphones, gadgets and being online for children's mental and physical health have been analyzed. Excessive use of electronic gadgets has been shown to contribute to musculoskeletal disorders, characterized by damage to muscles, tendons, nerves in the neck, shoulders, forearms, hands, palms, weakness, numbness and impaired motor control and impaired vision. **The purpose of the article is** to present the results of research on smart addiction and adolescence. It has been established that adolescents with a high level of smart dependence have problems with concentration, impaired vision, discomfort in the neck and forearms. There is a tendency to compulsive behavior, dominated by anxiety, irritability, conflict, communication with friends is carried out with the help of social networks. Being online is used as a means of relieving stress, tension, can use trolling, bullying and other forms of emotional expression.

Conclusions. The study showed that long-term use of electronic gadgets has a negative effect on the child's body, so there is a need for psychological prevention and psychological education of healthy ways to use gadgets, promote an active lifestyle, form and establish communication in real life. Recommendations for overcoming and preventing the negative consequences of gadget addiction of young people are offered.

Key words: addiction, Internet addiction, gadget addiction, smart addiction, teenagers.

Актуальність дослідження. Інтернет, соціальні мережі, мобільні телефони та текстові повідомлення змінили наш погляд на світ, вплинули на стосунки та модель поведінки. Мобільний телефон, гаджет який створювався в першу чергу для дзвінків, зараз використовується для обміну текстовими повідомленнями, спілкування в соціальних мережах, ігор, та прослуховування музики. Сучасні гаджети стали не тільки засобом зв'язку та спілкування а й персональними пристроями, які вказують на соціальну ідентичність та статус. Доступність підключених персональних пристроїв, таких як смартфони, у поєднанні із залежністю від популярних програм (додатків) може стати проблемою, коли люди використовують їх непродуктивно. Конкретні проблеми, що виникають внаслідок надмірного використання смартфонів та Інтернету, до кінця не вивчені, але вже доведено наявність негативних наслідків, серед яких можна визначити психологічні наслідки, такі як погіршення пам'яті, концентрації уваги, занепокоєння, прокрастинація, порушення сну; соціальні наслідки, такі як негативний вплив на якість міжособистісних стосунків, втрата почуття єдності, переживання самотності; фізичні наслідки, такі як травми від нещасних випадків, повторювані травми від перенапруги, синдром надмірного використання та проблеми з опорно-руховою системою організму.

Виклад основного матеріалу. З розвитком технологічного прогресу мобільні пристрої стали настільки потужними та розумними, що здається, ніби у нас у руках суперкомп'ютер. Коли люди мають необмежений доступ до інформації "на кінчиках пальців" і сучасні технології роблять це можливим, природною тенденцією є те, що це стає постійною потребою, що переростає в залежність. Соціальні мережі, прослуховування музики, перегляд відео та ігри становлять більшу частину того, для чого люди користуються своїми гаджетами, тобто, йдеться про спілкування та розваги, які допомагають справлятися з рівнем стресу в сучасному світі.

Сучасні дослідники О.Є. Войскунський, М.І. Дрепа та ін. визначають Інтернет-залежність як психологічний феномен, який полягає у нав'язливому бажанні людини постійно перебувати у всесвітній мережі [2], як різновид технологічних адикцій, що виявляються зміщенням цілей особистості у віртуальну реальність для заповнення фрустрованих сфер реального життя [4, с. 34]. А. Голдберг, поряд з поняттям інтернет-залежності використовує термін "патологічне використання

комп'ютера". Це поняття розглядається у дещо широкому контексті, а Інтернет-адикція – як один з його видів, специфіка якого полягає у використанні комп'ютера для встановлення соціальної взаємодії [11].

Особлива увага приділяється вивченню наслідків довготривалого перебування у віртуальному просторі, яке спричинює цілу низку негативних наслідків для психічного та фізичного здоров'я людини. Особливо гостро це питання постає у молодіжному середовищі, фактично під загрозою психологічне здоров'я підлітків.

Аналіз сучасних досліджень вивчення залежності від смартфона осіб жіночої та чоловічої статі показали зв'язок з імпульсивністю, нейротизмом, інтернет-залежністю, активністю у соцмережах, звичкою користуватися смартфоном перед сном. Доведено, що залежність від смартфонів у осіб жіночої статі набагато вища, ніж у чоловіків, деякі з них настільки прив'язуються до свого гаджету, що відчувають тривогу розлуки, коли не мають до нього доступу [7]. Підлітки, які надмірно користуються смартфонами через меншу кількість спілкування віч-на-віч мають відчуття відчуженості, соціальні стосунки не приносять задоволення.

Останні дослідження показали, що у людей, які надмірно користуються електронними гаджетами, розвиваються порушення опорно-рухового апарату, зокрема "повторювана травма" або "синдром надмірного використання", що характеризується пошкодження м'язів, сухожилів і нервів шиї, плеча, передпліччя та кисті, больовим відчуттям, слабкістю онімінням та порушенням моторного контролю, що розвивається через повторювані, незручні рухи рук протягом тривалого часу. Перші повідомлення про негативні наслідки довготривалого використання гаджетів з'явилися у 2009 році, у яких надано аналіз щодо появи певних симптомів, серед підлітків, які були названі "Великий палець PlayStation" і "палець мобільного телефону" та є формою "синдрому надмірного використання", котрі застосували PlayStation для відеоігор і надсилання текстових повідомлень на мобільний телефон протягом тривалого часу [12]. На цей симптом звернув увагу І. Фернандес-Герреро [10], який у своєму повідомленні "WhatsAppitis" описав, новий розлад, який був ним зареєстрований у 34-річній вагітній жінки, яка мала двосторонній біль у зап'ясті. Збір анамнезу показав, що жінка протягом 6 годин безперервно писала та відправляла текстові привітальні повідомлення з приводу Різдва у месенджері WhatsApp.

Науковець вважає, що теносиновіт, який був викликаний написанням текстових повідомлень за допомогою смартфонів, цілком може бути захворюванням, симптоми якого можна виявити в анамнезі Інтернет-залежних осіб.

Емпірично доведено наявність зв'язку між кількістю годин роботи за комп'ютером і загальними порушеннями опорно-рухового апарату [2; 8; 15]. Скарги на біль у руці, шиї та плечах широко зустрічаються серед користувачів гаджетів і визначаються як "скарги на опорно-руховий апарат руки, шиї та/або плеча, не викликані гострою травмою чи будь-яким системним захворюванням". Діти, які тривалий час працюють за комп'ютером чи будь-яким гаджетом мають дотримуватися профілактичних заходів: слідкувати за своєю поставою, дотримуватись рекомендованої відстані між очима та монітором, використовувати ергономічні меблі, під час роботи виконувати різні вправи, щоб зменшити навантаження на скелет та м'язи, робити перерву в роботі.

Окрім негативного впливу на опорно-руховий апарат тривале використання електронних гаджетів викликає "комп'ютерний зоровий синдром". Термін з'явився в 1998 році за ініціативою Американської асоціації офтальмологів, який проявляється напругою очей, сухістю, роздратуванням, відчуттям печіння, почервонінням, затуманенням зору та двоїнням в очах [9]. Офтальмологами рекомендовано користувачам комп'ютерів, смартфонів та будь-яких гаджетів дотримуватися "правила 20-20-20", яке означає, що після безперервної роботи з пристроєм протягом 20 хвилин треба робити перерву на 20 секунд, дивлячись на віддалений об'єкт на відстані 20 метрів, а також часті моргання очима, що зменшить сухість і подальше навантаження на очі.

Слід відмітити, що особливе занепокоєння викликає тривалість використання гаджетів серед підлітків. Дослідження останніх років показали прямий зв'язок смарт-залежності з тривогою, депресією, стресом і низькою самооцінкою [1; 6; 8; 14]. Занурення у віртуальний світ пов'язане із суб'єктивним стресом, самотністю та соціальною ізоляцією та є певною захисною стратегією подолання болісних переживань. Так, наприклад, зарубіжними дослідниками було визначено, що надмірний рівень використання смартфону був безпосередньо пов'язаний з симптомами депресії, проблемами з виразом емоцій і високим рівнем міжособистісного занепокоєння (острах, тривога), пов'язаним з перебуванням в соціальних ситуаціях і знайомством з

новими людьми, а також з низьким рівнем самооцінки, що пов'язане з залежною поведінкою. Автори вважають, що надмірне використання Інтернету впливає на різні аспекти пізнання та пов'язане з проблемами на рівні комунікації та міжособистісній взаємодії серед підлітків [15].

В дослідженні А. В. Грішиної серед чинників формування інтернет-залежності у старшому підлітковому віці, авторка виділяє властивості характеру, серед яких називає "підвищену вразливість, тривожність, схильність до депресії, низьку самооцінку, погану стресостійкість". Авторка доводить, що "підлітки, схильні до інтрнет-залежності, важко адаптуються в колективі, не вміють налагоджувати контакт не тільки з однокласниками і однолітками, а й з протилежною статтю, що сприяє відходу від життєвих труднощів у віртуальний світ і поступового формування комп'ютерної залежності" [3, с. 8].

Особливе занепокоєння викликає надмірне використання гаджетів через зростаючу залежність від гаджетів під час карантину COVID-19 на здоров'я молодих осіб шкільного віку. Використання смартфонів, гаджетів стало більш тривалим під час спалаху коронавірусу в усьому світі. Інтернет-інструменти, такі як Zoom, Google Hangouts, Skype Meet up, Google Classrooms і YouTube використовувались для проведення академічної діяльності, що в свою чергу, підвищило залучення підлітків до он-лайн середовища. Домашній карантин може призвести до того, що деякі підлітки мали можливість зосередяться на більш розвагах, а не на виконанні та уроках. Збільшення екранного часу означає збільшення віртуальної взаємодії та отримання задоволення через соціальні мережі (репости, лайки) і зменшення особистого часу на реальне живе спілкування. Зменшення часу для особистого спілкування з іншими людьми призводить до відсутності співчуття до ближнього, спричинює депресивні стани, відчуття відчуження та самотності.

Отже, тривале використання електронних гаджетів може негативно вплинути на організм підлітків. На зараз існує критична потреба пропагувати здорові, екологічні способи використання гаджетів, а також акцентувати увагу на важливість налагодження реальних, а не віртуальних дружніх стосунків, сімейних зв'язків, як способу сприяння психологічного благополуччя підлітків. Педагоги, психологи, лікарі мають володіти інформацією щодо різних розладів здоров'я, що пов'язані з гаджет-залежністю дитини та проводити просвітницьку та профілактичну

роботу з дітьми та їх батьками стосовно висвітлення правил та рекомендацій фахівців, донесення інформації щодо застосування ергономічних методів та безпеки для здоров'я при використанні гаджетів. Розглянемо більш детально рівень смарт-адикції у підлітків, проаналізуємо і наслідки.

Мета цього дослідження полягала в оцінці залежності від смартфона у підлітків. В дослідженні на умовах добровільності та анонімності взяли участь 57 учнів 5–7 класів віком від 12 до 14 років загальноосвітньої школи м. Одеси. Для вивчення смарт-залежності було застосовано методичку “Шкала залежності від смартфона” (SAS) (Kwon et al.) в адаптації В. П. Шейнова [5; 13] яка використовувалася для поділу респондентів на групу залежних від смартфона та групу незалежних.

За результатами діагностики високий рівень смарт-залежності виявлено у 15 осіб, що відповідає 26% від загальної кількості респондентів, середній рівень продемонстрували 32 особи, що складає 56% від загальної вибірки досліджуваних та низький рівень смарт-залежності показали 10 підлітків, що відповідає 17% від загальної кількості діагностованих. Подальше обговорення та інтерпретації отриманих результатів буде спиратись на показники осіб з високим рівнем смарт-залежності, що є предметом нашого дослідження.

На рис. 1 надано результати діагностики смарт-залежності підлітків за методикою М. Кwon в адаптації В. П. Шейнова.

Отже, аналізуючи результати на рис. 1, можна припустити, що підлітки, які мають

високий рівень смарт-залежності мають порушення в повсякденному житті, пропуски занять, проблеми з концентрацією уваги, фізичне напруження і порушення сну. Відмічають деякі ознаки погіршення зору, неприємні відчуття в області ший. Спостерігається налаштування на позитивне очікування емоційного задоволення від безцільного блукання за профілями веб-серфінг по соц. мережам, що може бути одним із засобів зняття стресу, напруги, відволікання від поточних проблем або пошук варіантів їх вирішення, знайомство з досвідом користувачів соц. мереж. Підлітки з високим рівнем смарт-залежності виявляти роздратування через неможливість зайти у свій профіль через відсутність Wi-Fi або через розрив з'єднання під час SNS-сесії, що може виявлятися у різних проявах агресії. Вони часто вступають у конфлікти з оточуючими людьми, котрі намагаються відволікти їх від гаджета. У даних осіб виражена схильність до компульсивної поведінки, яка характеризується необхідністю постійно перевіряти надіслані повідомлення у своєму смартфоні, відчуття страху пропустити щось нове в житті віртуальних знайомих та друзів. Вони надають перевагу стосункам в мережі, зв'язок з друзями, зазвичай, здійснюється за допомогою соц. мереж. Саме за рахунок соц. мереж вони вирішують свої проблеми, емоційно розряджаються, можуть застосовувати тролінг, кібербулінг та інші форми емоційного вираження. Надмірне використання свідчить про неконтрольованість потягів, нездатність відмовитись від постійної присутності он-лайн. Респонденти зазначають, що навіть

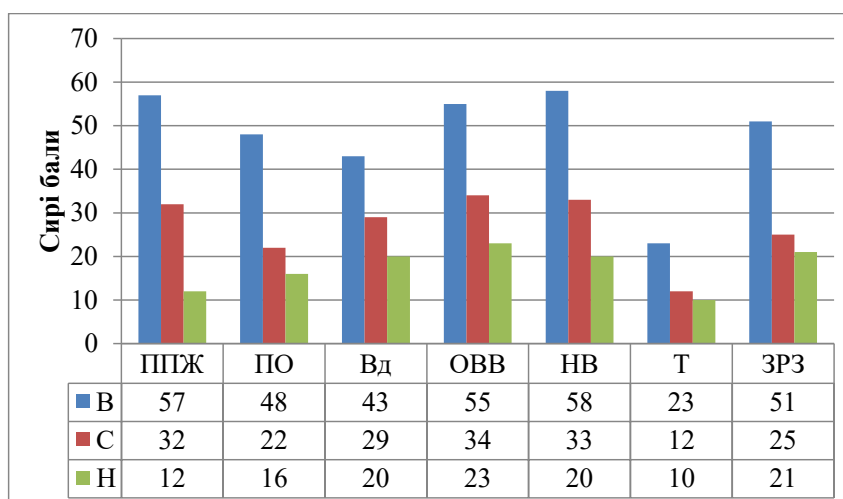


Рис. 1. Результати діагностики смарт-залежності у групи підлітків за методикою М. Кwon в адаптації В. П. Шейнова

Примітки. Умовні скорочення: ППЖ – порушення повсякденного життя, ПО – позитивне очікування, Вд – відмова, ОВВ – орієнтація на віртуальні відносини, НВ – надмірне використання, Т – терпимість (толерантність), ЗРЗ – загальний показник рівня смарт-залежності.

не намагаються обмежувати себе в часі перебування в мережі.

Отже, теоретичний аналіз фахової літератури з питань вивчення різних видів інтернет-залежності та аналіз власного емпіричного дослідження дозволило розробити деякі рекомендації для підлітків, щодо подолання смарт-залежності.

1. Визначте додатки на своєму смартфоні, що викликають звикання. Мета першого кроку полягає у підвищенні обізнаності та прийнятті логічного та відповідального рішення. Краще це робити на папері. Виконати завдання:

Надайте письмову відповідь на питання: Які програми та сервіси ви використовуєте найчастіше? Важливо визначити, які програми ви дійсно хочете використовувати на своєму смартфоні. На аркуші паперу запишіть програми, які потрібно використовувати. Оцініть свою залежність від цих програм за шкалою від 1 до 10. Проаналізуйте з якими незручностями ви можете зіткнутися у разі відмови від використання конкретної програми на своєму телефоні? Спробуйте використати 3 питання як керівництво, щоб вирішити, які веб-сайти та програми використовувати

– Який найкращий можливий результат якщо я не буду користатись цією програмою?

– Який гірший можливий результат якщо я не буду користатись цією програмою?

– Який найбільш імовірний результат якщо я не буду користатись цією програмою?

2. Заблокуйте все, що викликає у вас інтернет-залежність (ігри, інтернет-магазини, онлайн-казино тощо). Зробіть наступні дії: а) видаліть всі програми, які потенційно викликають звикання з телефону. б) завантажте Applock для Android, щоб заблокувати магазин ігор і ваш інтернет-браузер.

3. Цифровий детокс це те, що ви можете зробити самостійно, якщо у вас є для цього рішучість і сила. Обмежте використання смартфона. Як тільки ви зрозумієте, що інтернет-залежність шкідлива і бере під контроль ваше життя, ви можете почати «тримати дистанцію». Завантажте програму Appdetox і додайте час для програм, які потрібно використовувати рідше, але які ви не можете видалити повністю. Ви можете обмежити сеанс он-лайн до 30 хвилин. Ви можете встановити деякі правила щодо того, щоб не користуватися Інтернетом після певного часу кожен день.

4. Сформууйте список веб-сайтів, які потрібні для навчання, виконання роботи, завдань. Це сайти, які дозволені 24/7. Змініть установки у смартфоні. Відключити сповіщення щодо отримання листа або повідомлення

у соц. мережах (Facebook, Viber тощо). Це зменшить кількість разів, коли смартфон вмикається або вібує, таким чином, ви не будете отримувати повідомлення щоразу, коли щось відбувається у профілях інших користувачів.

5. Тайм-менеджмент – ключ до вирішення проблем з Інтернет-залежністю. Вам потрібно скласти розклад та виділити час для кількох інших справ поряд із використанням Інтернету. Таким чином, бажання перевіряти свій смартфон (гаджет) після кожного короткого інтервалу буде обмежене. Заведіть інтернет-щоденник, куди ви маєте записувати подробиці свого щоденного використання Інтернету. Запишіть час, сайти або програми, до яких ви зверталися, свій емоційний стан, коли ви вийшли в мережу, що спонукало вас вийти в мережу і скільки часу ви провели в Інтернеті. Перегляньте журнал через 1 тиждень, щоб перевірити закономірності та дізнатися, скільки часу ви насправді проводите в Інтернеті. Відстеження часу, який ви проводите в Інтернеті, може допомогти вам уважніше ставитися до використання свого часу, і ця стратегія також допоможе запобігти виходу залежності з-під контролю.

6. Активна комунікація. Вийдіть з Інтернету та поділіться своїми емоціями, новинами, досвідом із реального життя з оточенням. Запросіть своїх друзів і проведіть з ними час. Зробіть своїх близьких своїм пріоритетом, проводите з ними більше часу, намагайтеся підтримувати стосунки у реальному житті більше, ніж у Інтернеті. Якщо ви проводите час із сім'єю або друзями, вимкніть свій пристрій або, принаймні, переведіть його в беззвучний режим і покладіть деінде поза полем зору, наприклад, в кишеню пальто, у шафу, сумочку або в іншу кімнату.

7. Змініть моделі спілкування. Коли ви весь день переписуєтеся з другом за допомогою смартфона, спілкуєтесь в месенджері, в соц. мережах змініть шаблон і зустріньтеся з ним, щоб поговорити з ним віч-на-віч. Якщо ви захоплюєтеся онлайн-іграми, ви можете замінити їх іншими іграми (футбол, баскетбол тощо).

8. Розставте пріоритети у своїх потребах. Зосередьтеся на тому, що ви хочете зробити насамперед. Це залежить від того, що ви робите та як ви це робите. Наприклад, якщо ви учень (студент), ви можете вирішити спочатку закінчити домашню роботу, коли прийдете додому, а зробити все згодом. Таким чином, ви побачите, як інтернет-залежність змушувала вас упускати важливі речі у вашому житті.

9. Організуйте вільний простір. Задача полягає у створення “зон, вільних від Інтернету” та використання гаджетів вдома, у транспорті під час переїзду, на уроках, у громадських місцях (кафе, бари, клуби тощо) або під час прогулянки на природі без підключення до Інтернету.

Заряджайте пристрої в іншій кімнаті вночі, щоб не переглядати їх перед сном. Якщо ви часто виходите в Інтернет на телефоні, лежачи у ліжку, не дозволяйте собі цього робити. Почитайте книгу (паперову) або журнал або використовуйте техніку релаксації, яка допоможе вам заспокоїтись уночі.

10. Тримайте пристрої недоступними. Вимикайте смартфон, планшет та комп'ютер під час спілкування. Якщо ваші пристрої увімкнені та знаходяться в межах досяжності руки, ви можете бездумно перевіряти їх під час їжі та інших соціальних заходів.

Якщо ситуація виходить з-під контролю, і з кожним днем ви помічаєте, що залежність стає дедалі більшою, ви можете зробити серйозні кроки, позбавившись своїх цифрових пристроїв на певний період часу, особливо тих,

які вас сильно турбують. Це може бути ваша ігрова приставка, смартфон, ноутбук тощо. Ви можете попросити допомоги в друга, батьків і дозволити їм зберігати їх у себе.

Висновки. В результаті проведеного теоретичного аналізу визначено, що інтернет-залежність визнається як психологічний феномен, який полягає у нав'язливому бажанні людини постійно перебувати у всевітній мережі. Вивчено наслідки надмірного використання смартфонів, гаджетів та перебування в мережі для психічного та фізичного здоров'я підлітків. Емпірично встановлено, що у підлітків з високим рівнем смарт-залежності мають проблеми з концентрацією уваги, погіршення зору, неприємні відчуття в області шиї, передпліччя, тенденція до компульсивної поведінки, домінують тривога, дратівливість, конфліктність, зв'язок з друзями здійснюється за допомогою соц. мереж, які використовують як засіб зняття стресу, напруги, можуть застосовувати тролінг, булінг та інші форми емоційного вираження. Запропоновано рекомендації щодо подолання та профілактики негативних наслідків гаджет-залежності підлітків.

Література:

1. Большот Т.Ю. Психічні та поведінкові розлади в осіб молодого віку з комп'ютерною залежністю (клініка, корекція та профілактика) : дис. ... канд. мед. наук : 14.01.16. Дніпропетровськ, 2005. 182 с.
2. Войскунский А.Е. Психология и Интернет. Москва: Акрополь, 2010. 439 с.
3. Гришина А.В. Психологические факторы возникновения и преодоления игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Нижний Новгород, 2011. 196 с.
4. Дрепа М.И. Психологическая профилактика Интернет-зависимости у студентов. Ставрополь : КУБ, 2010. 277 с.
5. Шейнов В.П. Адаптация и валидизация опросника “Шкала зависимости от смартфона” для русскоязычного социума. *Системная психология и социология*. 2020. № 3 (35). С. 75–84. DOI: 10.25688/2223-6872.2020.35.3.6
6. Шейнов В.П. Связи зависимости от смартфона с состояниями и свойствами личности. *Журнал Белорусского государственного университета. Социология*. 2020. № 4. С. 120–127. DOI: 10.33581/2521-6821-2020-4-120-127
7. Шейнов, В.П., Девицын, А.С. Личностные корреляты зависимости от смартфона женщин и мужчин. *Психология человека в образовании*. 2021. Т. 3, № 3, С. 313–328. DOI: 10.33910/2686-9527-2021-3-3-313-328
8. Юрьева Л.Н., Большот Т.Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика : монографія. Днепропетровск : Пороги, 2006. 196 с.
9. American Optometric Association. Computer vision syndrome (2014). URL: <http://www.aoa.org/patients-and-public/caring-for-your-vision/protecting-your-vision/computer-vision-syndrome> (дата звернення: 11.01.2022)
10. Fernandez-Guerrero I. M. WhatsAppitis. *Lancet*. 2014. Vol 383:1040. URL: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/issue/vol383no9922/PIIS0140-6736\(14\)X6076-9](https://www.thelancet.com/journals/lancet/issue/vol383no9922/PIIS0140-6736(14)X6076-9) DOI: 10.1016/S0140-6736(14)60125-2 (дата звернення: 13.01.2022)
11. Goldberg I. Internet addiction disorder. *CyberPsychol. Behavior*. 1996. Vol. 3, № 4. P. 403–412.
12. Karim S.A. From “playstation thumb” to “cellphone thumb”: the new epidemic in teenagers. *South African Medical Journal*. 2009. Vol. 99, No. 3:161–162.
13. Kwon M. Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS) / M. Kwon et al. *PLOS ONE*. 2013. № 8 (2): e56936. P. 1–7. DOI: 10.1371/journal.pone.0056936

14. Orzack M.H. Computer Addiction Services. URL: <http://www.computeraddiction.com/> (дата звернення: 11.01.2022)
15. Yang, S.C., & Tung, C. J. Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*. 2007. 23 (1), P. 79–96. DOI: 10.1016/j.chb.2004.03.037

References:

1. Bolbot T. YU. (2005). Psykhichni ta povedinkovi rozlady v osib molodoho viku z kompyuternoyu zalezhnistyu (klinika, korektsiya ta profilaktyka) [Mental and behavioral disorders in young people with computer addiction (clinic, correction and prevention)]. *PhD Thesis*. Dnipropetrovsk, 182 p. [in Ukrainian].
2. Voyskunskiy A. Ye. (2009). Psikhologiya i Internet [Psychology and Internet.]. Moscow. 439 p. [in Russian].
3. Grishina A. V. (2011). Psikhologicheskiye faktory vzniknoveniya i preodoleniya igrovoy kompyuternoy zavisimosti v mladshem podrostkovom vozraste [Psychological factors of occurrence and overcoming of game computer addiction in younger adolescence]. *PhD Thesis*. Nizhny Novgorod. 196 p. [in Russian].
4. Drepa M.I. (2010). Psikhologicheskaya profilaktika Internet-zavisimosti u studentov [Psychological prevention of Internet addiction in students]. Stavropol: KUB. 277 p. [in Russian].
5. Sheynov V. P. (2020). Adaptatsiya i validizatsiya oprosnika “Shkala zavisimosti ot smartfona” dlya russkoyazychnogo sotsiuma [Adaptation and validation of the questionnaire “Smartphone addiction scale” for the Russian-speaking society]. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya*. № 3 (35). S. 75-84. DOI: 10.25688/2223-6872.2020.35.3.6 [in Russian].
6. Sheynov V. P. (2020) Svyazi zavisimosti ot smartfona s sostoyaniyami i svoystvami lichnosti [Relationships between smartphone addiction and personality states and properties]. *Zhurnal Belorusskogo gosudarstvennogo universiteta. Sotsiologiya*. № 4, s. 120-127. DOI: 10.33581/2521-6821-2020-4-120-127 [in Russian].
7. Sheynov V. P., Devitsyn, A. S. (2021) Lichnostnyye korrelyaty zavisimosti ot smartfona zhenshchin i muzhchin [Personal correlates of womens and mens smartphone addiction]. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii*, t. 3, № 3, pp. 313-328. DOI: 10.33910/2686-9527-2021-3-3-313-328 [in Russian].
8. Yuryeva L. N., Bolbot T. YU. (2006). Kompyuternaya zavisimost: formirovaniye, diagnostika, korektsiya i profilaktika [Computer addiction: formation, diagnosis, correction and prevention]. Monografiya. Dnipropetrovsk. Porogi. 196 p. URL: <http://phtiziatr.ru/library/knigi/?lib=1559> [in Ukrainian].
9. American Optometric Association. Computer vision syndrome (2014). URL: <http://www.aoa.org/patients-and-public/caring-for-your-vision/protecting-your-vision/computer-vision-syndrome> [in English].
10. Fernandez-Guerrero I. M. (2014). WhatsAppitis. *Lancet*. Vol 383:1040. URL: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/issue/vol383no9922/PIIS0140-6736\(14\)X6076-9](https://www.thelancet.com/journals/lancet/issue/vol383no9922/PIIS0140-6736(14)X6076-9) DOI: 10.1016/S0140-6736(14)60125-2 [in English].
11. Goldberg I. (1996). Internet addiction disorder. *CyberPsychol. Behavior*. Vol. 3, N 4. P. 403–412 [in English].
12. Karim S.A. (2009). From “playstation thumb” to “cellphone thumb”: the new epidemic in teenagers. *South African Medical Journal*. Vol. 99, No. 3. P. 161–162 [in English].
13. Kwon M. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS) / M. Kwon et al. *Plos One*. № 8 (2): e56936. DOI: 10.1371/journal.pone.0056936 [in English].
14. Orzack M. H. Computer Addiction Services. URL: <http://www.computeraddiction.com> [in English].
15. Yang, S.C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23 (1), 79-96. DOI: 10.1016/j.chb.2004.03.037 [in English].

УДК 159.922

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.2>**Тамара БІЛУХА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації,
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького,
бульв. Шевченка, 81, м. Черкаси, Україна, 18000
ORCID: 0000-0001-9749-3347

Лариса ДЕЙНИЧЕНКО

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології,
ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”,
вул. Генерала Батюка, 19, м. Слов’янськ, Донецька область, Україна, 84100
ORCID: 0000-0002-1944-2066

Тетяна КУХАР

кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології,
Академія державної пенітенціарної служби України,
вул. Гонча, 34, м. Чернігів, Україна, 14000
ORCID: 0000-0002-7021-7091

Tamara BILUKHA

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Psychology,
Deep Correction and Rehabilitation, Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy,
81 Shevchenko Boulevard, Cherkasy, Ukraine, 18000
ORCID: 0000-0001-9749-3347

Larysa DEYNYCHENKO

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor at Psychology Department,
Donbas State Pedagogical University,
General Batyuk str., 19, Slovyansk, Donetsk Region, Ukraine, 84100
ORCID: 0000-0002-1944-2066

Tatyana KUKHAR

Candidate of Psychological Sciences, Senior Lecturer at the Department of Psychology,
Academy of the State Penitentiary Service of Ukraine,
Honcha str., 34, Chernihiv, 14000
ORCID: 0000-0002-7021-7091

**ОСОБИСТІСНІ ПЕРЕДУМОВИ УСПІШНОСТІ
ПРОФЕСІЙНОГО НАВЧАННЯ****PERSONAL PREREQUISITES FOR SUCCESSFUL
PROFESSIONAL TRAINING**

У статті представлено результати дослідження особистісних особливостей здобувачів вищої освіти з різним рівнем успішності професійного навчання. Проаналізовано підходи до аналізу чинників, які сприяють успішності навчання. Успішність розглядається як сукупність складових, що сприяють ефективному засвоєнню знань, формуванню професійних умінь та навичок. Дослідники виділяють суб'єктивні та об'єктивні складові успішності професійного навчання. Суб'єктивні – це стійка адекватна самооцінка, задоволеність собою і власною діяльністю. Об'єктивні – кількісний і якісний показник результативності.

Метою статті є висвітлення результатів дослідження особистих детермінант успішності професійного навчання здобувачів вищої освіти. За результатами експертної оцінки, поточних модульних контролів і результатів зимової сесії всі досліджувані були розділені на дві групи: високо успішних та низько успішних здобувачів. Дослідження впливу мотивації до навчання у ЗВО на успішність навчальної діяльності показало, що у високо і низько успішних здобувачів переважає мотивація отримати документ про наявність вищої освіти, що може свідчити про некоректний вибір професії або про незадоволеність нею. Дослідження особистісних детермінант успішності професійного навчання показало, що у високо успішних здобувачів

переважають такі особливості, як: високий рівень інтелектуального розвитку, наполегливість, емоційна стійкість, реалістичність, сталість інтересів, тактовність, формалізованість контактів. У низько успішних здобувачів спостерігаються: емоційність, імпульсивність, дратівливість, екстравертованість, недостатня організованість діяльності, безтурботність.

Висновки. Доведено, що існує зв'язок між особистісними характеристиками здобувачів та рівнем успішності професійного навчання. Подальшої розробки потребує удосконалення психологічних засобів, за допомогою яких можна підвищити результативність професійного навчання.

Ключові слова: особистість, здобувач освіти, професійне навчання, успішність навчання.

The article presents the results of a study of personal characteristics of higher education students with different levels of success in vocational training. Approaches to the analysis of factors that contribute to learning success are analyzed. Success is seen as a set of components that contribute to the effective acquisition of knowledge, the formation of professional skills and abilities. Researchers distinguish between subjective and objective components of professional success. Subjective – is a stable adequate self-esteem, satisfaction with themselves and their own activities. Objective – quantitative and qualitative indicator of effectiveness.

The purpose of the article is to highlight the results of the study of personal determinants of success in vocational training of higher education. According to the results of expert evaluation, current modular controls and the results of the winter session, all subjects were divided into two groups: highly successful and low-successful applicants. A study of the impact of motivation to study in ZVO on the success of educational activities showed that highly and low-achieving applicants are more motivated to obtain a document of higher education, which indicates either incorrect choice of profession or dissatisfaction with it. A study of personal determinants of success in vocational training has shown that such features as dominate highly successful applicants: high level of intellectual development, perseverance, emotional stability, realism, stability of interests, tact, formality of contacts. In low-successful applicants are observed: emotionality, impulsiveness, irritability, extroversion, lack of organization, carelessness.

Conclusions. It has been proven that there is a connection between the personal characteristics of applicants and the level of success of vocational training. Further development is needed to develop psychological tools that can be used to increase the effectiveness of vocational training.

Key words: personality, student, professional training, academic success.

Актуальність дослідження. Одним з пріоритетних завдань сучасної вищої освіти є підготовка професійно компетентних фахівців, які здатні до самовдосконалення, розширення спектру знань, умінь та навичок. Успішність професійного навчання це сукупність чинників, які визначають якість підготовки майбутнього фахівця будь-якої професійної галузі, тобто вона не може обмежуватися лише академічною успішністю, бо завданням освіти є формування всебічно розвиненої особистості.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Теоретичні аспекти професійного становлення майбутнього фахівця розглядаються у наукових роботах О. Бандурки [1], З. Бондаренко [2], О. Кохун [8], С. Лябик [11], Н. Мілорадової [12], Н. Шевченко [15] та ін. Проблема професійного самовизначення молоді займаються такі вітчизняні науковці, як: І. Бех [2], Ю. Загребнюк [5], Є. Калюжна та В. Омельчук [6], В. Лозовецька [10], Л. Оліховська [13] та ін. Також сучасних науковців цікавить проблема навчальної мотивації: М. Вієвська [4], В. Климчук та В. Горбунова [7], Т. Левченко [9] та ін. Крім того актуальними є розробки, які стосуються інтеграції України у всесвітній освітній простір (Н. Рідей, Ю. Рибалко, Хітренко [14]) та дослідження досвіду зарубіжних колег [16]. Але дотепер недостатньо уваги приділяється науковцями проблемі особистісно-професійного становлення фахівців, що і зумовило мету дослідження.

Виклад основного матеріалу. Метою дослідження є особистісна детермінованість успішності професійного навчання здобувачів вищої освіти. Дослідження проходило у два етапи: 1) експертна оцінка успішності навчальної діяльності здобувачів, на підставі якої всі досліджувані були розділеними на дві групи: 1-ша група – це високо успішні у навчанні здобувачі, 2-га група – це низько успішні у навчанні здобувачі; 2) порівняльний аналіз особистісних особливостей високо і низько успішних у навчанні здобувачів.

Для вирішення завдань дослідження використовувалися такі психодіагностичні методики: “Експертна оцінка успішності навчальної діяльності здобувачів”, “Методика вивчення мотивації навчання у вузі” Т. Ільїної, “Фрайбургський багатофакторний особистісний опитувальник” (FPI), 16-PF опитувальник Кеттелла; методи математичної статистики: t-критерій Стьюдента і ф-критерій Фішера.

У дослідженні брали участь здобувачі 3 курсу, майбутні психологи Черкаського національного університету ім. Б. Хмельницького, ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет та Академії державної пенітенціарної служби України у кількості 67 осіб.

Експертна оцінка успішності навчальної діяльності здобувачів була проведена викладачами за 5-ти бальною шкалою за такими показниками: мотивація (бажання вчитися); соціальна нормативність; комунікативна

компетентність; нервово-психічна стійкість; стан здоров'я (захворюваність); академічна успішність; інтегральна оцінка успішності навчальної діяльності.

В результаті проведеної експертної оцінки і аналізу результатів поточних модульних контролів і результатів зимової сесії 2021-2022 навчального року всі досліджувані були розділені на дві групи. До першої групи увійшли здобувачі, що мають середній бал за всіма показниками експертної оцінки не менше 3,5 і за результатами навчальної діяльності, мають середній бал не нижче 80. В кількості 28 осіб. До другої групи увійшли здобувачі що мають середній бал за всіма показниками експертної оцінки не більше 2,5 і за результатами навчальної діяльності, мають середній бал не вище 65. В кількості 31 особи.

З метою вивчення мотивації навчання у здобувачів вищої освіти з різним рівнем успішності використано методику Т. Ільїної "Мотивація навчання у вузі". Отримані результати представлено в таблиці 1.

Таблиця 1
Показники мотивації навчання у здобувачів з різним рівнем успішності (%)

Шкали	1 група	2 група	ϕ	p
Придбання знань	24,9	15,4	1,12	>0,05
Оволодіння професією	29,9	33,7	0,56	>0,05
Отримання диплому	45,2	50,9	0,63	>0,05

В результаті проведеного дослідження, не було виявлено значущих відмінностей (за ϕ -критерієм Фішера) в показниках мотивації навчання у ЗВО залежно від успішності. Представлені дані свідчать про девальвацію вищої освіти (цінні не знання, не рівень освіти, а документ, який її засвідчує). Необхідність підвищення мотивації навчальної діяльності здобувачів – одна з актуальних проблем сучасної освіти. Обумовлена ця проблема різними соціальними причинами: це відмова від традиції у вітчизняній педагогіці та психології; результат процесу акселерації (фізичне дозрівання людини прискорилося; утворився істотний розрив (8 – 10 років) між фізичним розвитком і соціальною зрілістю); зміна пріоритетів в системі освіти: зростання обсягу інформації призводить до скорочення в освіті гуманітарної складової в цілях збільшення прикладної компоненти навчання; опанування нових наукових дисциплін тощо. Але дегуманізація освіти призводить до деградації людини і суспільства в цілому. Не можна

бути освіченим та не мати системи світогляду, світобачення, ціннісних орієнтирів, ідеалів, потреби й мети їх формування.

Дослідження станів і властивостей особистості у здобувачів з різним рівнем успішності у навчання проводилося за допомогою методики FPI. Результати представлено в таблиці 2.

Таблиця 2
Показники станів і властивостей особистості у здобувачів з різним рівнем успішності (стени)

Шкали	1 група n=28	2 група n=31	t	p
Невротичність	3,2	5,4	2,31	0,055
Спонтанна агресивність	3,4	5,6	2,29	0,054
Депресивність	5,6	3,5	2,21	0,053
Дратівливість	4,5	5,4	0,95	0,023
Товариськість	4,3	6,8	2,63	0,063
Врівноваженість	3,7	5,8	2,23	0,053
Реактивна агресивність	2,4	3,5	1,16	0,028
Соромливість	5,2	5,8	0,63	0,015
Відвертість	6,5	5,4	1,19	0,028
Екстраверсія-інтроверсія	5,8	5,3	0,55	0,013
Емоційна лабільність	4,9	3,5	1,47	0,035
Маскуліність-фемінінність	5,4	5,8	0,42	0,012

За шкалою "Невротичність" виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних груп ($p \leq 0,05$ за t-критерієм Стюдента). У всіх досліджуваних показники знаходяться у межах норми. Але здобувачі з низькою успішністю у навчанні мають невротичні симптоми та астенизацію з можливими психосоматичними порушеннями. Це може бути як причиною, так і наслідками поганої успішності у навчанні.

За шкалою "Спонтанна агресивність" також виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних груп ($p \leq 0,05$). У досліджуваних 2-ої групи показники перевищують норму, тобто у здобувачів з низьким рівнем успішності спостерігається зниження соціальної конформності, самоконтролю, підвищення імпульсивності. Це може бути пов'язано з недостатньою соціалізацією потреб, невмінням або небажанням стримувати або відстрочувати їх задоволення. Вони прагнуть задовольнити потреби відразу, часто не замислюються про наслідки своїх вчинків, діють під впливом емоцій. При поверхневих контактах справляють на оточуючих

сприятливе враження завдяки свободі від обмежень, розкутості й впевненості в собі. Вони охоче беруть участь у колективних заходах, знаходять новизну, інтерес навіть у повсякденних справах. Проте відсутність стриманості та розсудливості не сприяє успішності у навчальній діяльності.

У досліджуваних 1 групи, тобто здобувачів з високим рівнем успішності, переважають низькі оцінки за шкалою, що свідчить про прагнення враховувати соціальні вимоги в поведінці, конформність, стриманість, обережність. Вони обережно, з упередженням ставляться до всього нового, більше цінують обов'язковість, ніж обдарованість.

За шкалою "Депресивність" виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних 1-ої і 2-ої груп. У досліджуваних 1-ої групи показники суттєво вищі, що вказує на фонове зниження настрою, зануреність у власні переживання, обмеженість у спілкуванні, але вони демонструють старанність, сумлінність у навчанні, втомлюваність, схильність до виснаження при перенапруженні. Напевне це пов'язано з високою успішністю в навчання, яка потребує вольових зусиль, концентрації інтелектуальної енергії, наполегливої праці. На відміну від досліджуваних 2-ої групи, які демонструють життєрадісність, енергійність та емоційну гнучкість, при ослабленому контролі над власними імпульсами.

За шкалою "Дратівливість" значущих відмінностей між показниками досліджуваних 1-ої та 2-ої груп виявлено не було. У досліджуваних 2-ої групи переважають середньовисокі оцінки за шкалою, що вказує на недостатність саморегуляції психічних станів, слабку здібність до діяльності, яка потребує зусиль, контролю за діями, вольової напруги, концентрації, зібраності. Зазвичай такі особи погано переносять ситуації з високим рівнем невизначеності, сприймають їх як важкі. Низькі оцінки за шкалою у досліджуваних 1-ої групи, тобто їм характерні такі риси, як відповідальність, сумлінність, стійкість моральних принципів. У поведінці вони керуються відчуттям довга, дотримуються соціальних норм та правил, прагнуть до виконання суспільних вимог. Цей чинник позитивно корелює з успішністю навчання і рівнем досягнень у соціальній сфері.

За шкалою "Товариськість" отримано значущі відмінності між показниками досліджуваних 1-ої та 2-ої груп ($p \leq 0,05$). У досліджуваних 2-ої групи показники за шкалою значно вищі. Тобто для здобувачів з низькою успішністю в навчанні характерними є багатство і яскравість емоційних проявів, природність і

невимушеність поведінки, готовність до співпраці, чуйне, уважне ставлення до людей. Такі особи більш товариські, мають широке коло спілкування, у стосунках проявляють себе як дбайливі, чуйні, за потребою активно допомагають оточуючим. Вони краще себе відчують, коли знаходяться з кимось, наодинці нудьгують, охоче беруть участь у групових заходах, люблять працювати і відпочивати в колективі.

Для досліджуваних 1-ої групи, тобто здобувачів з високою успішністю в навчанні, типовими є такі риси як відсутність живих емоцій, млявість афекту, холодність, формальність міжособистих взаємин. Вони уникають близькості, життям інших людей не цікавляться, формально підтримують зовнішній вигляд товариських стосунків. Віддають перевагу "спілкуванню" з інформацією та її електронними носіями. Не проявляють ініціативу у спілкуванні з людьми.

Для дослідження особистісних особливостей здобувачів вищої освіти з різним рівнем успішності у професійному навчанні був використаний 16-РФ опитувальник Кеттелла.

Аналіз отриманих результатів здійснювався за блоками факторів. Перший блок – інтелектуальний, в нього входять фактори В, М, Q1. За фактором В вищі показники у досліджуваних 1 групи (високо успішні здобувачі) нижчі – у досліджуваних 2 групи (низько успішні здобувачі). Відмінності значущі між показниками 1-ої та 2-ої групи ($p \leq 0,05$ за критерієм Стюдента). Високі показники за цим фактором свідчать про достатній рівень інтелектуального розвитку, здібність до навчання, розвинене абстрактно-логічне мислення. Низькі – на переважання практичного мислення, складнощі із засвоєнням нового, повільну навченість.

Досліджувані 1-ої групи мають достатньо високий рівень розвитку інтелектуальних якостей, що сприяє успішному професійному навчанню, опануванню нової діяльності, професійній адаптації і професіоналізації.

Другий блок – емоційно-вольовий (С, G, I, O, Q₃, Q₄). За фактором С більш високі показники у досліджуваних 1-ої групи. Виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних 1-ої і 2-ої груп ($p \leq 0,05$). Це свідчить про те, що високо успішні здобувачі відрізняються достатньо високою емоційною стійкістю, витриманістю, реалістичністю поглядів. Як правило, вони мають стійкі інтереси, працездатні і врівноважені.

За фактором G так само вищі показники у досліджуваних 1-ої групи. Виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних

1-ої і 2-ої груп ($p \leq 0,05$). Це говорить про те, що високо успішні здобувачі відносяться до людей з розвиненим відчуттям відповідальності, обов'язковістю, моральними принципами. У низько успішних здобувачів ці якості розвинені не достатньо, що може знижувати ефективність навчальної й, у подальшому, професійної діяльності.

За фактором О виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних 1-ої і 2-ої груп ($p \leq 0,05$). Високо успішні здобувачі мають високі показники, що вказує на переважання тривожно-депресивного емоційного фону, заклопотаність, пригніченість, самозвинувачення, недооцінку власних можливостей.

За фактором Q_4 виявлено значущі відмінності між показниками 1-ої і 2-ої груп ($p \leq 0,05$). У низько успішних здобувачів показники значущо вище, що вказує на активність, дратівливість, схвильованість.

Таким чином, аналіз показників емоційно-вольового блоку факторів показав, що високо успішні в навчальній діяльності здобувачі мають якості, які сприяють ефективності цієї діяльності: достатню емоційну стійкість, реалістичне сприйняття дійсності. А низько успішні здобувачі, якості, що можуть перешкоджати успішності професійного навчання: недостатню організованість і планомірність діяльності, незадоволеність прагнень.

Третій блок – комунікативні властивості і особливості міжособистісної взаємодії: фактори А, Н, F, E, Q_2 , N, L. За фактором F виявлено значущі відмінності між показниками дослі-

джуваних 1-ої і 2-ої груп ($p \leq 0,05$). У досліджуваних 2-ої групи значуще вищі показники, ніж у досліджуваних 1-ої групи. Це говорить про більшу безтурботність, неухважність, безпечність, життєрадісність і відвертість низько успішних здобувачів.

За фактором L виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних 1-ої і 2-ої груп ($p \leq 0,05$). У досліджуваних 1-ої групи показники істотно вищі, тобто високо успішні здобувачі відрізняються підозрілістю у взаєминах з людьми, настороженістю, наявністю упереджень. А низько успішні – довірливістю, відвертістю, відчуттям власної незначущості, терпимістю, злагідністю, байдужістю до зауважень.

Аналіз показників комунікативного блоку дозволяє говорити про те, що у високо успішних здобувачів спостерігаються: формалізованість спілкування з оточуючими, тактовність, дипломатичність, стриманість, схильність все ускладнювати. У низько успішних – легкість, безтурботність, імпульсивність, емоційність, безладність, товариськість і терпимість.

Висновки. Проведене дослідження доводить наявність зв'язку між певними особистісними якостями здобувача вищої освіти та його успішністю у навчальній діяльності. Але ця проблема потребує подальшого глибокого теоретичного та емпіричного дослідження, метою якого є знаходження шляхів підвищення здатності здобувачів освіти до успішного професійного навчання.

Література:

1. Бандурка О.М. Про сьогоднішню вищу освіту в Україні. *Вища школа*. 2011. № 9. С. 7–15.
2. Бех І.Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ–Чернівці : “Букрек”, 2018. 320 с.
3. Бондаренко З.П. Деякі аспекти професійної підготовки студентів в умовах ВНЗ. URL: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp7/konf3/Bondarenko.pdf
4. Вієвська М., Красовська Л. Формування мотивації фахівця до безперервної професійної освіти. *Вища школа*. 2011. № 1. С. 75–82.
5. Загребнюк Ю.В. Комплексні методики підготовки учнівської молоді до професійного самовизначення. *Педагогічні науки : теорія, історія, інноваційні технології : науковий журнал. МОН України, Сумський держ. 242 пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2015. № 3 (47). С. 259–265.*
6. Калюжна Є.М., Омельчук В.А., Омельчук В.В. Прийняття рішення особистістю: філософсько-психологічний і правовий аспект. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України*. Запоріжжя : ЗНУ, 2018. № 2 (14). С. 89–96.
7. Климчук В.О., Горбунова В.В. Внутрішня мотивація учбової діяльності молоді: теорія, методика, програма розвитку : монографія. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2014. 110 с.
8. Кокун О.М. Методологічні засади та практичні заходи психофізіологічного забезпечення професійного становлення фахівця: збірник наукових праць КІПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України 15.05.2009. URL: http://www.vmurol.com.ua/index.php?idd=us_publication&group=4&us_publication=837
9. Левченко Т.І. Мотивація суб'єкта в різних видах діяльності : монографія. Вінниця : Нова книга, 2011. 448 с.

10. Лозовецька В. Методологічні підходи до визначення форм підтримки особистості у професійному самовизначенні. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України. Професійна педагогіка* : зб. наук. пр. Київ : Вид-во ІІТО НАПН України, 2012. № 3. С. 11–18.
11. Лябик С.І. Проблеми підготовки спеціалістів. Професійне становлення особистості. Хмельницький національний університет. URL : http://www.rusnauka.com/33_DWS_2010/33_DWS_2010/Pedagogica/74704.doc.htm
12. Мілорадова Н.Е. Ретроспективний аналіз науково-психологічних концепцій професіогенезу фахівця. *Scientific Light*. 2017. №8. С. 18–23.
13. Оліховська Л.П. Теоретичні основи професійного самовизначення: психологічний аспект. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія : "Педагогіка. Соціальна робота"*. 2016. Випуск № (39) С. 161–164.
14. Рідей Н.М., Рибалко Ю.В., Хітренко Т.Ф. Європейський простір вищої освіти в новому десятилітті: передумови і напрямки розвитку в Україні. *Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору* : тематичний випуск. 2010. С. 440–453.
15. Шевченко Н.Ф. Навчально-професійна настанова в структурі професійної свідомості майбутніх фахівців. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 32. С. 558–571.
16. Steele L. M., McIntosh T., & Higgs, C. (2017). *Intrinsic motivation and creativity: opening up a black-box*. Handbook of Research on Leadership and Creativity. Edward Elgar Publishing. [Google Scholar] [Cross-Ref]. URL: <http://mmi.fem.sumdu.edu.ua/en>.

References:

1. Bandurka, O.M. (2011). *Pro s'ogodennja vyshhoi' osvity v Ukraini* [On the present of higher education in Ukraine]. High school. № 9. P. 7–15. [in Ukrainian].
2. Beh, I.D. (2018). *Osobystist' na shljahu do duhovnyh cinnostej : monografija* [Personality on the way to spiritual values : a monograph]. Kyiv–Chernivtsi: Bookrek, 320 p. [in Ukrainian].
3. Bondarenko, Z.P. *Dejaki aspekty profesijnoi' pidgotovky studentiv v umovah VNZ* [Some aspects of professional training of students in the conditions of high school]. URL: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp7/konf3/Bondarenko.pdf. [in Ukrainian].
4. Vievskaja, M., Krasovskaja, L. (2011). *Formuvannja motyvacii' fahivcja do bezpererвної' profesijnoi' osvity* [Formation of specialist motivation for continuing professional education]. High school. № 1. S. 75–82. [in Ukrainian].
5. Zagrebnyuk, Yu.V. (2015). *Kompleksni metodyky pidgotovky uchnivsk'oi' molodi do profesijnogo samovyznachennja* [Comprehensive methods of preparing student youth for professional self-determination]. Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies: scientific journal. MES of Ukraine, Sumy state. 242 ped. Univ. AS Makarenko. Sumy: Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko. № 3 (47). P. 259–265. [in Ukrainian].
6. Kalyuzhna, E.M., Omelchuk, V.A., Omelchuk, V.V. (2018). *Prynjattja rishennja osobystistju: filosofsk'ko-psyhologichnyj i pravovyj aspekt* [Decision-making by the individual: philosophical, psychological and legal aspects]. Problems of modern psychology: a collection of scientific works of Zaporizhka National University and the Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. Zaporozhye: ZNU. № 2 (14). P. 89–96. [in Ukrainian].
7. Klimchuk, V.O., Gorbunova, V.V. (2014). *Vnutrishnja motyvacija uchbovoi' dijal'nosti molodi: teorija, metodyka, programa rozvytku : monografija* [Internal motivation of youth educational activity: theory, methods, development program : monograph]. Zhytomyr : ZhSU named after I. Franko, 110 p. [in Ukrainian].
8. Kokun, O.M. (2009). *Metodologichni zasady ta praktychni zahody psyhofiziologichnogo zabezpechennja profesijnogo stanovlennja fahivcja : zbirnyk naukovykh prac'* [Methodological principles and practical measures of psychophysiological support of professional development of a specialist : a collection of scientific works of KIPNU named after Ivan Ogienko, Institute of Psychology. G.S. Kostyuk]. Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. URL: http://www.vmurol.com.ua/index.php?idd=us_publication&group=4&us_publication=837. [in Ukrainian].
9. Levchenko, T.I. (2011). *Motyvacija sub'jekta v riznyh vyдах dijal'nosti : monografija* [Motivation of the subject in different activities : a monograph]. Vinnytsia: New book, 448 p. [in Ukrainian].
10. Lozovetska, V. (2012). *Metodologichni pidhody do vyznachennja form pidtrymky osobystosti u profesijnomu samovyznachenni* [Methodological approaches to determining the forms of personal support in professional self-determination]. Scientific Bulletin of the Institute of Vocational Education of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. Professional pedagogy: coll. Science. Kyiv Avenue: IPTO Publishing House of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, № 3. P. 11–18. [in Ukrainian].
11. Ljabyk, C.I. (2010). *Problemy pidgotovky specialistiv* [Problems of training specialists]. Professional development of personality. Khmelnytsky National University. URL: http://www.rusnauka.com/33_DWS_2010/33_DWS_2010/Pedagogica/74704.doc.htm. [in Ukrainian].
12. Miloradova, N.E. (2017). *Retrospektyvnyj analiz naukovo-psyhologichnyh koncepcij profesiohenezu fahivcja* [Retrospective analysis of scientific and psychological concepts of professional genesis of the specialist]. Scientific Light. №8. P. 18–23. [in Ukrainian].

13. Olikhovskaya, L.P. (2016). *Teoretychni osnovy profesijnogo samovyznachennja : psykologichnyj aspekt [Theoretical foundations of professional self-determination : psychological aspect]*. Scientific Bulletin of Uzhgorod University. Series: "Pedagogy. Social work". Issue 39 (39). P. 161–164. [in Ukrainian].
14. Ridey, N.M., Rybalko, Y.V., Hitrenko, T.F. (2010). *Jevropejs'kyj prostir vyshhoi' osvity v novomu desjatlitti: peredumovy i naprjamky rozvytku v Ukrai'ni [The European Higher Education Area in the New Decade : Preconditions and Directions of Development in Ukraine]*. Higher education in Ukraine in the context of integration into the European educational space: thematic issue. P. 440–453. [in Ukrainian].
15. Shevchenko, N.F. (2016). *Navchal'no-profesijna nastanova v strukturi profesijnoi' svidomosti majbutih fahivciv [Educational and professional guidance in the structure of professional consciousness of future professionals]*. Problems of modern psychology. Issue 32. P. 558–571. [in Ukrainian].
16. Steele, L. M., McIntosh, T., & Higgs, C. (2017). Intrinsic motivation and creativity: opening up a black-box. Handbook of Research on Leadership and Creativity. Edward Elgar Publishing. [Google Scholar] [Cross-Ref]. URL: <http://mmi.fem.sumdu.edu.ua/en>. [in English].

УДК 159.98

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.3>**Наталія ВІННИК**

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,
старший викладач кафедри психології особистості та соціальних практик,
Інститут людини Київського університету імені Бориса Грінченка,
18/2 бульвар І. Шамо, м. Київ, Україна, 04053
ORCID: 0000-0002-2593-2088

Natalia VINNYK

Candidate of Psychological Sciences, Senior Lecturer of the Chair of General,
Age and Pedagogical Psychology, Institute of Human of Borys Grinchenko Kyiv University,
18/2 I. Shamo Boulevard, Kyiv, Ukraine, 04053
ORCID: 0000-0002-2593-2088

**ДУХОВНО-БУТТЄВІ ПРАКТИКИ ПІДВИЩЕННЯ СВОБОДИ
ВИБОРУ ПОВЕДІНКИ В СТРЕСОВІЙ СИТУАЦІЇ****SPIRITUAL-EXISTENT PRACTICES OF INCREASING THE
FREEDOM OF CHOOSING BEHAVIOR IN A STRESS SITUATION**

У статті обґрунтовано застосування технологій для підвищення свободи вибору поведінки у стресовій ситуації. Зазначено, що психологічний супровід особистості в період кризи, наразі є найактуальнішою проблемою нашого часу. Метою статті є пошук прийомів, способів і засобів, які допомагають людині справлятися з життєвими труднощами, підвищуючи ступінь її свободи вибору при зіткненні з ними. Проаналізовано основні негативні тенденції, що керують поведінкою людини у стресовій ситуації. Констатовано, що хоча, питання про конструктивність поведінки вимагає аналізу складної інтерації між особистістю і зовнішньої ситуацією, в якій розгортається вибір, але, більшість стресогенних ситуацій незалежно від об'єктивних труднощів мають загальну особливість, яка виражається в обмеженні свободи поведінки людини в ній.

Виходячи з цього, автору здається розумним не визначення конструктивності різних варіантів поведінки, а пошук інноваційних практик психологічного супроводу особистості в життєвих кризах. І в цьому сенсі багатий матеріал для аналізу представляє досвід і теоретичні позиції коучингу, який має науково-методологічне підґрунтя. Основними джерелами коучингу як сучасної концепції практичної психології є спортивне тренерство, мистецькі моделі наставництва та духовно-буттєві практики. В роботі представлено три коуч-практики: рефреймінг, рух від результату та техніка дисоціації при роботі зі стресом.

***Висновки.** У роботі доказово показано, що застосування духовно-буттєвих практик коучингу в умовах кризи є актуальним та життєво необхідним як для всіх сфер бізнесу так і в особистому плані, адже це сприяє створенню умов для якісних змін життєдіяльності людини, що неминуче призведе до отримання бажаного результату відповідно до власних вимог та нового витка у саморозвитку.*

***Ключові слова:** криза, стрес, коучинг, духовно-буттєві практики, конструктивна поведінка.*

The article substantiates the use of techniques to increase the freedom to choose behavior in a stressful situation. It is noted that the psychological support of the individual in times of crisis is currently the most pressing problem of our time. The aim of the article is to find techniques, ways and means that help a person cope with life's difficulties, increasing the degree of his freedom of choice in the face of them. The main negative tendencies that control human behavior in a stressful situation are analyzed. It is stated that although the question of constructive behavior requires analysis of the complex interaction between the individual and the external situation in which the choice unfolds, but most stressful situations, regardless of objective difficulties have a common feature, which is expressed in restricting human freedom.

Based on this, the author seems reasonable not to determine the constructiveness of different behaviors, and the search for innovative practices of psychological support of the individual in life crises. And in this sense, the rich material for analysis presents the experience and theoretical positions of coaching, which has a scientific and methodological basis. The main sources of coaching as a modern concept of practical psychology are sports coaching, artistic models of mentoring and spiritual and existential practices. The paper presents three coaching practices: reframing, movement from the result and dissociation technique when working with stress.

Conclusions: The paper demonstrates that the use of spiritual and practical coaching practices in a crisis is relevant and vital for all areas of business and personally, because it helps to create conditions for qualitative changes in human life, which will inevitably lead to the desired result in accordance with their own requirements and a new round of self-development.

***Key words:** crisis, stress, coaching, spiritual and existential practices, constructive behavior.*

Актуальність дослідження. Психологічна допомога в переживанні та подоланні життєвих труднощів актуальна завжди, але в кризу вона набуває найбільшої цінності. Адже саме в такий час приходиться відмовлятися від звичного способу життя, вирішувати задачі, з якими раніше ніколи не стикалися, розбиратися з емоціями після перегляду новин, продовжувати реалізацію цілі, не дивлячись ні на що. В кризові періоди як ніколи важлива підтримка. Якщо в “мирний час” ви привикли все робити самі, то зараз пора впроваджувати нову звичку – просити про допомогу та шукати партнерства.

Отже, сучасна реальність така, що доводиться жити у іншому світі: нестабільному, невизначеному, складному і неоднозначному – світі VUCA [8]. Таким чином, актуальність дослідження вибору конструктивної поведінки в стресовій ситуації не викликає сумніву.

Саме тому **метою** нашої роботи є пошуки прийомів, способів і засобів, які допомагають людині справлятися з життєвими труднощами, підвищуючи ступінь її свободи вибору при зіткненні з ними.

Виклад основного матеріалу. Хоча інтерес до сфери переживання і подолання життєвих труднощів виявляють багато психологічних дисциплін: загальна психологія, інженерна психологія, клінічна і соціальна психологія, управління стресовими ситуаціями – досить молода і мало розроблена область психологічних досліджень.

Новий погляд на проблематику стресу першим запропонував Р. Лазарус, створивши психологічну модель стресу. Подолання стресу Р. Лазарус і С. Фолкман визначають як «неперервно змінювані когнітивні та поведінкові зусилля індивіда, спрямовані на совладання і управління специфічними зовнішніми і (або) внутрішніми вимогами, що оцінюються ним як такі, які піддають його випробуванню або перевищують його ресурси [9, с. 141].

В рамках цих представлень, в основному, здійснюються спроби описати способи подолання суб'єктом труднощів, визначається їх конструктивність і виявляється, що впливає на вибір і актуалізацію тієї чи іншої відповіді (response) людини на стрес. При цьому психологів цікавить весь спектр задіяної активності: від несвідомих реакцій і психологічних захистів до осмисленої побудови стратегій своєї поведінки з метою подолання труднощів або зменшення і уникнення їх негативних наслідків, або звикання до виниклих умов і вимог середовища.

Аналіз психологічної літератури показав, що для більшості стресових ситуацій характерна одна загальна особливість: коли людина перебуває у стресовому стані, вона перестає усвідомлено і повною мірою визначати і управляти своєю поведінкою. У важкій ситуації запускаються процеси, які не дозволяють людині вільно здійснювати вибір: поведінка стає вимушеною під впливом маніпулятора, або залежною від афекту і емоційного збудження, або людина починає слідувати логіці ірраціональних ідей, що заважають приймати конструктивні рішення і підсилюють стрес.

Оскільки “поведінкою людини керує, скоріше, сприймана (що розуміється, витлумачена), ніж об'єктивна ситуація” [2, с. 6], при зіткненнях з труднощами виникають дві негативні тенденції:

1. Упереджений, неадекватний образ репрезентованої ситуації.

Підвищене емоційне збудження в стресовій ситуації призводить до викривлення сприйняття, феноменам “звуження свідомості” або навпаки її “розпливчастості”, до дифузії або підвищеної концентрації і селективності уваги, розгубленості, розосередження та інше. При цьому найчастіше людина починає реагувати на нерелевантну інформацію, тобто на нейтральні чинники, які при інших обставинах не викликали б стресової реакції [5].

Таким чином, виникає циклічна залежність-переживання і думки людини починають підтримувати і посилювати стресовий стан: всім знайомий досвід тривоги за близьку людину, що спізнюється додому, коли при відсутності будь-яких адекватних підстав, свідомість починає малювати страшні картини події, знаходячи їм “логічне” пояснення, безсумнівно, ці думки тільки підсилюють стрес, лякаючи нас самих. Інший стресогенний цикл, що часто зустрічається – коли людина починає нервувати сильніше, спостерігаючи своє хвилювання і бентежачись від того, що вона нервує.

2. “Включення” автоматичних реакцій і стереотипних моделей поведінки.

Негативний емоційний стан спонукає активацію захисних механізмів особистості, щоб спотворити або витіснити травмуючу подію зі свідомості і тим самим знизити її вплив на суб'єкта. Дія захисних механізмів також спотворює образ сприймання і оцінки ситуації. Крім активації захисних механізмів, стресова ситуація, як правило, активує стереотипні моделі поведінки. Те, що людина не віддає собі повний звіт у своїй поведінці в стресовій ситуації, у багатьох випадках є неконструктивним. Навіть в тих ситуаціях,

коли усвідомлена дія практично неможлива, оскільки реакція повинна бути негайною, більш ефективним стають проактивні напруження свідомо адекватних автоматичних дій, наприклад, освоєння бойових мистецтв – підготовка до ситуації, в якій потрібна самооборона.

Отже, з одного боку, питання про конструктивність поведінки вимагає аналізу складної інтеракції між особистістю і зовнішньої ситуацією, в якій розгортається вибір, з іншого, більшість стресогенних ситуацій незалежно від об'єктивних труднощів мають загальну особливість, яка виражається в обмеженні свободи поведінки людини в ній.

Виходячи з цього, нам здається розумним не намагатися визначити конструктивність різних варіантів поведінки, а шукати ті прийоми, способи і засоби, які допомагають людині справлятися з труднощами, підвищуючи ступінь її свободи при зіткненні з ними. І в цьому сенсі багатий матеріал для аналізу представляє досвід і теоретичні позиції коучінгу, який має науково-методологічне підґрунтя та є закономірним продовженням ідей психологічної практики, властивих для гуманістичної, екзистенційної, постмодерністської, трансперсональної та інтегральної психологічної парадигми кінця ХХ століття.

Ми повністю погоджуємося з думкою всевітньо відомої ведучої навчальних програм з коучінгу, керівником International Ericson University, доктором психології Мерілін Аткинсон, що “коучінг здійснює позитивні зміни за рахунок внутрішнього потенціалу людей, команд, організацій” [1, с. 11]. Найбільшої уваги, на нашу думку, заслуговують основні принципи коучінгового процесу, які детально описані в її роботах. Саме через призму цих пресупозицій налаштована робота коуча. Розглянемо їх більш детально.

1. *З усіма все в порядку.* Коуч не дає порад, не намагається виправити і скорегувати, він допомагає знайти найкращий для вас спосіб реалізації того, чого ви хочете. Для бізнес-коучінгу це означає будувати успіх компанії на сильних сторонах співробітників. Цей принцип перевертає з ніг на голову парадигму зворотного зв'язку, який використовувався в 20-м столітті. Раніше вважалося, що керівник повинен працювати над нівелюванням недоліків співробітників. Однак, Коучінгова культура управління підприємством ґрунтується і на те, що у кожного співробітника є свої сильні сторони. Гарного результату можна досягти, користуючись, наприклад, опитувальником сильних сторін Gallup Strengths Finder, колом компетенцій та іншими інструментами,

а також спостереженням за тим, що у співробітників виходить найкраще.

2. *Людина робить найкращий вибір з доступних їй.* Кожен апіорі вибирає для себе найкраще. Ми періодично потрапляємо в “точки вибору”, в яких змушені приймати рішення, що визначають наше майбутнє. Будь-яка поведінка є вибір найкращого варіанта з наявних в даний момент.

3. *Зміни не тільки можливі, але і відбуваються завжди.* Це про розвиток, про еволюцію, про рух, про перетворення. У нас є вибір спостерігати за змінами або впливати на них, бути серфінгістом на їх хвилі і управляти переходом до бажаного майбутнього.

4. *У кожній людини є всі ресурси для того, щоб досягти того, чого вона хоче.* У нас є інформація, ідеї, цінності, здібності, навколишній простір – все, що може допомогти досягненню наших цілей і може стати підтримуючим середовищем, все, що додає нам можливості для вибору. Коуч допомагає увійти в ресурсний стан – той, в якому ми володіємо найбільшим потенціалом.

І найголовніше, на нашу думку, в бізнесі це означає, що керівник допомагає співробітникам поєднати важливі цілі в особистому житті і кар'єрі і корпоративні цілі, поставлені перед ним керівництвом. Що важливо, ресурси часто знаходяться в полі нематеріальних активів. Якщо співробітники “розпакують” творчий підхід, то вони знаходять нестандартні способи вирішення проблем, приносять компанії користь.

5. *У кожній дії лежить позитивний намір.* Зберігаючи позитивний намір, можна змінювати свою поведінку, спосіб дій, оточення і працювати з сенсом.

Розглянемо основні практики супроводу підвищення свободи вибору поведінки в стресовій ситуації.

1. “Рефреймінг”

Переформулювання проблеми або “рефреймінг” – це зміна кута зору на ситуацію, яка передбачає надання нового сенсу або значення ситуації і, як наслідок, зміна ставлення до неї. Конструктивне переформулювання є одним з основних механізмів, що дозволяють вийти за рамки циклічних процесів, які підсилюють стресову ситуацію, народжують труднощі і зберігають дисфункцію активності суб'єкта, що переживає стрес.

Діяльність і поведінка людини засновані на тому, як вона інтерпретує свій досвід. Здійснюючи діяльність, людина набуває новий досвід, який знову повинен бути осмислений і проінтерпретований. Рефреймінг спонукає побачити ситуацію і свій досвід в ній з різних

точок зору, він є одним з основних механізмів змін людини і її життя [7]. Цей потужний інструмент допомоги в боротьбі з труднощами активно використовується в таких психотерапевтичних напрямках як Гештальт-терапія, НЛП, Наративна і Когнітивна терапії. Рефреймінг служить “цілям позбавлення клієнта від чорно-білого сприйняття дійсності, подолання обмеженого погляду на речі, допомагає розширити його свідомість, побачити інші можливості, нарешті, підвищити її самооцінку” [4, с. 172].

2. Рух від результату, а не від проблеми.

Рух від результату – це уявлення про те, що для вирішення проблеми ключовим є не аналіз чинників, що породили її, а дуже докладний опис бажаного майбутнього без проблеми та планування кроків для досягнення його. Ця ідея є однією з основоположних уявлень орієнтованої на рішення короткострокової терапії (Solution Focused Brief Therapy). Основним орієнтиром терапевтичної роботи SFBT виступають уявлення клієнта про необхідний йому результат терапії, а метою відповідно – досягнення неproblemної, бажаної клієнтом картини існування [3]. Ряд проведених досліджень підтверджують, що люди, сфокусовані на вирішенні своїх проблем, а не на самих проблемах, справляються з труднощами більш ефективно [6; 9; 10]. В основі цього прийому лежить механізм визначення мети: при правильній постановці завдання на зміну людина сама починає коригувати свою поведінку і діяльність відповідно з тією метою, яку вона собі поставила.

3. Техніка дисоціації при роботі зі стресом. Людина, яка перебуває в стані стресу, асоційована із ситуацією. Асоційованість означає повну заглибленість в ситуацію, переживання її “тут і зараз”. Дисоціація – це спосіб вийти за межі ситуації, подивитися на неї “з боку”. Позиція спостерігача допомагає більш раціонально побачити те, що відбувається і знімає зайві емоційні реакції.

Розглянемо способи дисоціації.

1. Подивитися на ситуацію очима інших людей. Для цього можна поставити клієнту питання: “Що з цього приводу думають ваші колеги? Що вони відчувають?”.

2. Попросити клієнта уявити, що він бачить те, що відбувається в кіно. “Ви дивитесь цей фільм, що ви відчуваєте? Які думки приходять в голову?” Потім можна попросити подумки відсувати екран все далі, поки емоції не затихнуть.

3. Дисоціація з використанням лінії часу. Намалювати лінію часу і зобразити на ній зараз, а також точки в майбутньому (напри-

клад, через рік, через 5 років, через 10 років). “Уявіть, що пройшов рік, і ви згадуєте про цю ситуацію. Що ви думаєте? Що відчуваєте? А тепер уявіть, що пройшло вже 5 років. Які думки, почуття виникають? Що сталося за цей час з цією ситуацією?” і т.д. Погляд “з майбутнього” допомагає клієнту зрозуміти справжню значимість ситуації.

4. Просторово-часова дисоціація. “Уявіть, що ви піднялися високо вгору і подивилися на цю ситуацію зверху. Ви бачите зараз все ваше життя, і в низці подій – цю ситуацію. Що ви бачите? Як ця ситуація вплинула на ваше подальше життя? Що ви відчуваєте зараз?”.

5. Лінія станів – варіант шкалювання, який використовується для роботи з емоційним станом. Ця техніка використовується тільки за запитом, коли клієнту для досягнення мети треба впоратися з емоціями, наприклад тривожністю, невпевненістю в собі, страхом. Найчастіше такий запит буває при підготовці до публічного виступу, складної розмови, співбесіди. Техніка може проводитися в кінестетичному варіанті (з пересуванням клієнта по намальованій на підлозі шкалі) або в паперовому варіанті (коли шкала малюється на папері).

Висновки. Зрозуміло, репертуар психотерапевтичних прийомів і засобів ними не обмежується запропонованими, проте, вони розкривають ті механізми, які запускають зміни в клієнті і його ситуації, вони дозволяють рухатися до усвідомленого вибору людиною своєї поведінки, що є, на наш погляд, необхідною умовою для конструктивного подолання з стресової ситуації.

Отже, коучінг – це унікальний підхід, що увібрав у себе найкорисніше з інших систем допомоги людині та запропонував свої духовно-життєві практики прийняття клієнта таким, який він є, створення безпечного простору для нього, відсутність внесення коучем власного розуміння ситуації, моделей та шаблонів, допомога в усвідомленні його картини світу, його цінностей; а також стимулювання активних змін; підтримка ініціативи, дії, допомога у створенні внутрішніх і зовнішніх стимулів; виклик, спільна діяльність.

В роботі доказово показано, що коучінговий супровід в умовах кризи є актуальним та життєво необхідним як для всіх сфер бізнесу так і в особистому плані, адже він сприяє створенню умов для якісних змін життєдіяльності людини, що неминуче призведе до отримання бажаного результату відповідно до власних вимог та нового витка у саморозвитку.

Перспективними напрямками цієї проблеми, на нашу думку, залишається

всебічний розгляд та публічна поінформованість чим найбільшої аудиторії для зацікавлення та впровадження в Україні цієї інноваційної технології. Наразі поза увагою залишилися інші види коучингу, які є не менш актуальними практиками щодо розви-

тку індивідуальності, розкриття основних складових, виявлення особливостей її прояву, встановлення психологічних закономірностей, узагальнення практичних рекомендацій щодо реалізації індивідуальності у період глобальних криз.

Література:

1. Аткинсон М. Пошаговая система: Наука и искусство коучинга / пер. с англ. Чоис Т. Киев : Companion Group, 2017. 256 с.
2. Анцыферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и техники ее бытия. *Психологический журнал*. Москва, 1993. № 2. С. 87–93.
3. Будинайте Г.Л. Краткосрочная, ориентированная на решение терапия. *Системная семейная психотерапия: классика и современность*. Москва, 2005. С. 233–269.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Нейролингвистическое программирование (НЛП). Основные направления современной психотерапии. Москва, 2002. 305 с.
5. Кумаев-Смык Л.А. Психология стресса. Москва : Книга по Требованию, 2013. 368 с.
6. Столярчук О. А. Психологія становлення особистості фахівця в умовах різновекторності універсуму : монографія. Кременчук : ПП Щербатих О.В., 2018. 294 с.
7. Фридман Д., Комбс Д. Конструирование иных реальностей. Истории и рассказы как терапия. Москва, 2000. 321 с.
8. Nataliia Vinnyk, Valentina Kutishenko Coaching support in the context of the global crisis : Collective monograph: *Development of scientific, technological and innovation space in Ukraine and EU countries*. Riga : “ Baltija Publishing”, 2021. P 356–374.
9. Lazarus R.S. Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. N.Y., 1984.
10. De Shazer S. Words were originally magic. N.Y., London, 1994.

References:

1. Atkinson M., (2017). *Poshagovaya sistema: Nauka i iskusstvo kouchinga*. [Step by Step System: The Science and Art of Coaching]. (Chois T., Trans.) Kiev: Companion Group. [in Ukrainian].
2. Ancyferova L.I. (1993). *Psixologiya povsednevnosti: zhiznennyj mir lichnosti i texniki ee by`tiya*. [Psychology of everyday life: the life world of the individual and the technology of her being]. *Psixol. zhurnal – Psychological journal*, 2, 87-93. [in Russian].
3. Budinajte G.L. (2005). *Kratkosrochnaya, orientirovannaya na reshenie terapiya*. [Short-term, solution-oriented therapy]. *Sistemnaya semejnaya psixoterapiya: klassika i sovremennost – Systemic family psychotherapy: classics and modernity*. (pp. 233-269). Moscow: “Klas”. [in Russian].
4. Gippenrejter Yu.B. (2000). *Nejrolingvisticheskoe programmirovaniye (NLP)*. *Osnovnyye napravleniya sovremennoj psixoterapii*. [Neuro-Linguistic Programming (NLP). The main directions of modern psychotherapy]. Moscow. [in Russian].
5. Kumaev-Smyk L.A. (2013). *Psixologiya stressa* [Psychology of stress]. Moscow. [in Russian].
6. Stoliarchuk O.A. (2018) *Psykhologhiia stanovlennia osobystosti fakhivtsia v umovakh riznovektornosti universumu: monohrafiia*. [Psychology of the formation of special faculty in the minds of the diversity of the universe: a monograph]. Kremenchuk : PP Shcherbatykh O.V. [in Ukrainian].
7. Fridman D., Kombs D. (2000) *Konstruirovaniye iny`x real`nostej*. *Istorii i rasskazy` kak terapiya*. [Construction of other realities. Stories and stories as therapy]. Moscow. [in Russian].
8. Nataliia Vinnyk, Valentina Kutishenko (2021) *Coaching support in the context of the global crisis: Collective monograph: Development of scientific, technological and innovation space in Ukraine and EU countries*. Riga: “Baltija Publishing”. [in English].
9. Lazarus R.S., Folkman S. *Stress*. (1984) *Appraisal and Coping*. N.Y [in English].
10. De Shazer S. (1994). *Words were originally magic*. N.Y., London [in English].

УДК 37.015.311-053.4:796

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.4>**Ірина ЕНДЕБЕРЯ**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології,
ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”,
вул. Батюка, 19, м. Слов’янськ, Донецька область, Україна, 84116
ORCID: 0000-0002-3730-9808

Irina ENDEBERYA

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor
at the Practical Psychology Department, State Pedagogical University of Donbas,
19 Batiuka str., Sloviansk, Donetsk region, Ukraine, 84116
ORCID: 0000-0002-3730-9808

**САМОСТІЙНА РОБОТА ЗДОБУВАЧІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ
053 ПСИХОЛОГІЯ З УРАХУВАННЯМ ЇЇ ПСИХОЛОГІЧНИХ
ЧИННИКІВ: ШЛЯХИ ТА ЗАСОБИ ОРГАНІЗАЦІЇ****INDEPENDENT WORK OF APPLICANTS OF SPECIALTY
053 PSYCHOLOGY TAKING INTO ACCOUNT ITS PSYCHOLOGICAL
FACTORS: WAYS AND MEANS OF ORGANIZATION**

У статті подано підходи до психологічного супроводу організації самостійної роботи здобувачів спеціальності 053 Психологія вищих навчальних закладів. Розкрито особливості організації самостійної роботи здобувачів та з'ясовано взаємозв'язок між шляхами та засобами організації самостійної роботи та урахуванням її психологічних чинників. **Метою статті** є визначення психологічних чинників самостійної роботи здобувачів та її організації засобом психологічного тренінгу. Проаналізована характеристика психологічного тренінгу, спрямованого на формування навичок та вмінь самостійної роботи, а також на розвиток особливостей мотиваційної та когнітивної сфери здобувачів.

Психологічний тренінг проходив у трьох напрямках: робота із психологом, робота з викладачами та робота із здобувачами та складався з декількох етапів. Основним напрямком була робота психолога зі здобувачами, метою якої був розвиток мотиваційних та когнітивних якостей, які сприяють формуванню вміння продуктивно організувати самостійну роботу; особливим напрямом була робота із викладачами, метою якої було оволодіння необхідними знаннями та формування відповідних навичок самостійної роботи у здобувачів. Не менш важливим напрямком є робота із психологом, яка була спрямована на розвиток обізнаності у психологічних питаннях формування та оволодіння засобами розвитку мотиваційних, емоційно-вольових та когнітивних якостей, які сприяють формуванню вміння продуктивно організувати самостійну роботу. Робота із психологом полягала в реалізації інформаційного та інструментального модулів.

Висновки. Обґрунтовано впровадження психологічного тренінгу у процес організації самостійної роботи здобувачів спеціальності 053 Психологія. Доведено, що завдяки цьому значно покращилась її якість, зріс професійний інтерес майбутніх психологів, розширився інформаційний кругозір, здобувачи набували навиків самостійної роботи.

Ключові слова: самостійна робота, організація самостійної роботи, навчальна діяльність здобувачів, психологічні чинники, психологічний тренінг, здобувач.

The article presents approaches to the psychological support of the organization of independent work of applicants for the specialty 053 Psychology of Higher Education. The peculiarities of the organization of independent work of applicants are revealed and the interrelation between the ways and means of organizing independent work and taking into account its psychological factors is clarified. **The purpose of the article** is to determine the psychological factors of independent work of applicants and to organize a means of psychological training. The characteristics of psychological training aimed at the formation of skills and abilities of independent work, as well as the development of the motivational and cognitive spheres of applicants are analyzed.

Psychological training was held in three areas: work with a psychologist, work with teachers and work with applicants and consisted of several stages. The main direction was the work of a psychologist with applicants, the purpose of which was the development of motivational and cognitive qualities that contribute to the formation of the ability to productively organize independent work; A special direction was the work with teachers, the purpose of which was to acquire the necessary knowledge and the formation of appropriate skills of independent work in applicants. No less important is the work with a psychologist, which was aimed at developing awareness of psychological issues of formation and mastery of means of development of motivational, emotional, volitional and cognitive qualities that contribute to the formation of productive ability to organize independent work. Working with a psychologist was to implement information and tool modules.

Conclusions. *The introduction of psychological training in the process of organizing independent work of applicants for the specialty 053 Psychology is substantiated. It is proved that due to this its quality has significantly improved, the professional interest of future psychologists has increased, the information horizon has expanded, and applicants have acquired skills of independent work.*

Key words: *“unassisted work of students”, “organization of student’s unassisted work”, “getter’s educational activities”, psychological reasons, psychological training, getter.*

Актуальність дослідження. Сучасне інформаційне суспільство вимагає від людини безперервного професійного й особистісного зростання. Обсяг знань, який породжується суспільством, загострює проблему невідповідності знань і вмінь дорослого населення потребам ринку праці. Це явище актуалізує питання підвищення якості вищої освіти дорослого населення.

Вища освіта сприяє постійному розвитку індивідуального досвіду людини у процесі засвоєння досвіду соціального на всіх етапах життєвого шляху дорослої людини як активного суб’єкта навчання та спілкування. Тому, раціональна організація самостійної роботи здобувачів – один із резервів вдосконалення вищої освіти. Вона забезпечує якість навчання, економію учбового часу, високу результативність освіти.

Самостійна робота як провідна та вища форма навчальної діяльності у вищій забезпечується високим рівнем їх пізнавальної діяльності. Якість та зміст пізнавальної активності говорить про суб’єкт-субектний характер навчання у вищій. До показників результативності навчальної діяльності здобувача як суб’єкта навчальної діяльності відносяться не тільки знання, вміння та навички, а й мета знання (вміння) вчитися. Самостійно оволодівати знаннями без спеціального навчання неможливо, такому виду діяльності слід навчати.

Питанню організації самостійної роботи здобувачів присвячені науково-методичні роботи вітчизняних та зарубіжних науковців: проблеми організації самостійної навчальної діяльності здобувачів різнобічно висвітлюються в працях А. Алексюка, Ю. Бабанського, В. Бондаря, В. Козакова, І. Лернера, О. Мороза, П. Підкасистого, В. Сластьоніна, Л. Спіріна, Л. Сущенко, М. Шкіля, О. Ярошенко та ін.; роль викладача-тьютора в організації самостійної навчальної діяльності здобувачів розглядається Л. Зоріною, Л. Кондрашовою, М. Корцем, М. Скаткіним, В. Сластьоніним та ін.; самостійна робота визначається як один із ефективних методів пізнавальної діяльності в роботах А. Алексюка, Б. Єсіпова, П. Підкасистого та ін.; самостійна робота як форма організації навчання досліджується Ю. Бабанським, М. Дяченком, Л. Кандибович, І. Лернером та ін.). Проблемою формування творчої самостійності здо-

бувачів займалися Л.П. Качалова, Д.В. Качалов, А.В. Качалов [5; 8].

Саме тому у рамках даної статті ставимо за мету висвітлення психологічних чинники самостійної роботи здобувачів та її організація засобом психологічного тренінгу.

Виклад основного матеріалу. Самостійна робота – важливий засіб формування самостійності в засвоєнні знань, які реалізуються лише в самовиявленні внутрішньої потреби знаннях, пізнавальних інтересах, захопленості, творчому мисленні здобувачів. Згідно із сучасними вимогами випускники вищів І-ІІ рівня акредитації повинні не тільки володіти професійними знаннями і навичками, а й бути готовими до опанування нових знань, які забезпечують професійну мобільність і конкурентоспроможність. Уміння раціонально використовувати інформаційно-комунікаційні технології у самостійній професійній діяльності стає важливим показником повноцінності сучасного спеціаліста. [5; 7; 8]

Під самостійною роботою ми будемо розуміти роботу здобувачів, яка планується та виконується за завданням і за методичного керівництва викладача, але без його безпосередньої участі. Такий вид роботи необхідний не тільки для володіння певною дисципліною, але й для формування навичок самостійної роботи загалом, у навчальній науковій, професійній діяльності, умінні приймати на себе відповідальність, знаходити конструктивні рішення, вихід із кризової ситуації тощо.

Як відзначалося вище, психологічний супровід ефективної організації самостійної роботи здобувачів є серйозною психологічною проблемою. Для рішення цієї проблеми було розроблено і впроваджено у навчальний процес здобувачів спеціальності 053 Психологія психологічний тренінг, який ефективно вплинув як на здобувачів цієї спеціальності, так і на викладачів у їх взаємодії в процесі навчальної діяльності. [9; 10]

Метою психологічного тренінгу є розвиток особливостей мотиваційної та когнітивної сфер здобувачів, що сприяло би формуванню навичок та вмінь ефективної самостійної роботи.

Основними напрямками реалізації психологічного тренінгу були:

– *робота психолога зі здобувачами.* Мета – розвиток мотиваційних, та метакогнітивних якостей, які сприяють формуванню

вміння продуктивно організувати самостійну роботу;

– *робота із викладачами*. Мета – оволодіння необхідними знаннями та формування відповідних навичок самостійної роботи зі здобувачами.

– *робота із психологом*. Спрямована на розвиток обізнаності у психологічних питаннях формування та оволодіння засобами розвитку мотиваційних, емоційно-вольових та когнітивних якостей, які сприяють формуванню вміння продуктивно організувати самостійну роботу.

Таким чином, психологічний тренінг проходив у трьох напрямках та складався з декількох етапів. Зупинимось коротко на характеристиці кожного з етапів психологічного тренінгу:

1. Мотиваційний етап:

Мета даного етапу полягала у:

1) забезпеченні позитивної мотивації до участі у тренінгу через ознайомлення з її метою та змістом;

2) формуванні позитивного психологічного клімату тренінгової групи;

3) формування установки на необхідність оволодіння методами, прийомами та засобами ефективної організації самостійної роботи та продуктивного планування часу.

Актуалізація мотивації до певної діяльності (у нашому випадку участі у психологічному тренінгу) має бути пов'язана з основними мотивами, які притаманні здобувачам. Усвідомлюючи те, що основні прагнення, бажання, інтереси можуть бути реалізовані через участь в розвивальних заняттях, здобувач оволодіває позитивною мотивацією до зазначених занять. Серед основних мотивів здобувачів, які були застосовані нами в першому модулі психологічного тренінгу були такі, що найчастіше зустрічаються у студентському віці: можливість підвищення власної самоефективності, навчальної успішності, економії часових ресурсів, розвиток пам'яті, уважності, творчих здібностей, оволодіння засобами раціонального читання. [5, с.34]

Разом з тим, ознайомлення зі змістом (тих блоків, які спрямовані на формування певних вмінь та навичок) і передбачуваними результатами (формуванням конкретних навичок та вмінь, підвищення навчальної успішності, економія часу, витраченого на навчання) психологічний тренінг формує конкретне детальне уявлення про те, що він собою уявляє і на що він спрямований. Дане уявлення, якщо воно зрозуміле і прийнятне здобувачами також може стати компонентом позитивної мотивації. Ознайомлення здобувачів з моти-

вацією керівника тренінгу, з історією виникнення його інтересу, з повідомленням причин того, чому він створив і впроваджує психологічний тренінг також є побічним засобом позитивної мотивації учасників тренінгу.

2. Когнітивний етап:

Метою даного етапу було:

1) усвідомлення особливостей власної пізнавальної сфери, які сприяють ефективній організації самостійної роботи;

2) розвиток уважності як когнітивної особливості здобувачів, що сприяє ефективній самостійній роботі у навчальній діяльності;

3) формування вміння застосовувати мнемотехніки та прийоми ефективного запам'ятовування в організації власної самостійної роботи;

4) розвиток творчих здібностей, що сприяють ефективній організації самостійної роботи;

5) формування вміння ефективного читання як засобу успішної організації самостійної роботи;

6) усвідомлення результатів розвивально-корекційних впливів даного модулю та можливостей їх застосування в житті.

Робота із психологом полягає у реалізації інформаційного та інструментального модулів.

Мета інформаційного етапу – розвиток обізнаності у психологічних питаннях щодо активізації позитивної мотивації до участі у розвивальній програмі; розвиток обізнаності у психологічних особливостях формування тренінгової групи та у психологічних питаннях вікових особливостей особистості здобувачів;

Метою інструментального етапу було оволодіння засобами активізації позитивної мотивації до участі у психологічному тренінгу; оволодіння засобами створення позитивного психологічного клімату у тренінговій групі.

Робота із викладачами, які викладають на спеціальності 053 Психологія також полягала в реалізації інформаційного та інструментального етапів впровадженого психологічного тренінгу.

Тому, впровадження психологічного тренінгу є досить корисним оскільки практика показала, що здобувачі не вміють швидко організувати, планується та виконувати завданням без методичного керівництва викладача. В умовах дистанційного навчання та умовах пандемії також значна увага має бути приділена консультаціям, які супроводжують самостійну роботу здобувачів.

Висновки. Таким чином, завдяки впровадженню психологічного тренінгу у процес організації самостійної роботи здобувачів спеціальності 053 Психологія її якість зна-

чно покращилась, зріс професійний інтерес майбутніх психологів, розширився інформаційний кругозір, здобувачи набували навиків роботи з інформаційним середовищем.

Література:

1. Haran N., Sypchenko O., Boiko I. Media educational technologies as an effective means for forming the communicative competence of future tutors. The VI th International scientific and practical conference “About the problems of science and practice, tasks and ways to solve them” (October 26-30, 2020). Milan, Italy. 2020. pp. 270–273.
2. Відповіді на поширені запитання щодо організації освітнього процесу в умовах карантинних обмежень. (2020). URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/vidpovidi-na-poshireni-44-zapitannya-shodo-organizaciyi-osvitnogo-procesu-v-umovah-karantinnih-obmezhen> (Дата звернення: 12.12.2020).
3. Грейліх О. Психологія формування іміджу викладача вишого начального закладу. *Гуманітарний вісник наук України*. 2007. № 19. С. 14–21.
4. Закон України “Про освіту” : Документ 2145-VIII, чинний. Редакція від 16.11.2020 , *Відомості Верховної Ради (ВВР)*. 2017. № 38-39. С. 380. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145_19 (Дата звернення: 11.12.2020).
5. Панченко С.М. Стимулювання процесу особистісного зростання дорослих засобами освіти. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Серія : Педагогіка і психологія : збірник статей*. Ялта : РВВ КГУ. 2010. Вип. 26. Ч. 3. С. 172–180.
6. Психологічна енциклопедія / упоряд. О.М. Степанов. Київ : “Академвидав”. 2006. 424 с.
7. Психологія розвитку : Словник : ред.-упоряд. Л.А. Карпенко; під заг. ред. А.В. Петровського, під ред. А.Л. Венгера ; Психологічний лексикон. Енциклопедичний словник : У 6 т. М. : Наукова думка, 2006. 176с.
8. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія : навчальний посібник. Київ, Академвидав. 2005. 360 с.
9. Сайт Міністерства освіти і науки України “Вчимо і навчаємось на карантині: зміни в системі освіти”. URL: <https://mon-covid19.info/>. (Дата звернення: 14.12.2020).
10. Черняк Н.О. Формування мотивації студентів до навчання у ВНЗ. URL: <http://library.uipa.edu.ua/images/data/zbirnik/Chernyk.pdf>.

References:

1. Haran N., Sypchenko O., Boiko I. Media educational technologies as an effective means for forming the communicative competence of future tutors. The VI th International scientific and practical conference “About the problems of science and practice, tasks and ways to solve them” (October 26-30, 2020). Milan, Italy. 2020. pp. 270–273 [in English].
2. Vidpovidi na poshyreni zapytannia shchodo orhanizatsii osvitnoho protsesu v umovakh karantynnykh obmezhen [Vidpovidi na poshyreni zapytannia shchodo orhanizatsii osvitnoho protsesu v umovakh karantynnykh obmezhen]. (2020). URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/vidpovidi-na-poshireni-44-zapitannya-shodo-organizaciyi-osvitnogo-procesu-v-umovah-karantinnih-obmezhen> (Data zvernennia: 12.12.2020) [in Ukrainian].
3. Hreilikh, O. (2007). Psykholohiia formuvannia imidzhu vykladacha vyshchoho nachalnoho zakladu [Psykhologhiia formuvannia imidzhu vykladacha vyshchoho nachalnoho zakladu]. *Humanitarnii visnyk*, 19, 14–21 [in Ukrainian].
4. Zakon Ukrainy “Pro osvitu” (2017). [Law of Ukraine “Pro osvitu”] : Dokument 2145-VIII, chynnyi. Redaktsiia vid 16.11.2020, Vidomosti Verkhovnoi Rady (VVR).(2017)/ № 38-39. (pp. 380). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145_19 [in Ukrainian].
5. Panchenko, S.M. (2010). Stymuliuvannia protsesu osobystisnoho zrostannia doroslykh zasobamy osvity [Stymuliuvannia protsesu osobystisnoho zrostannia doroslykh zasobamy osvity]. *Problemy suchasnoi pedahohichnoi osvity. Seriia : Pedahohika i psykhologhiia : zb. statei. Yalta : RVV KHU*. (Vyp. 26. Ch. 3). (pp. 172- 180). Yalta. [in Ukrainian].
6. Stepanov O.M. (2006). *Psykholohichna entsyklopediia [Psykhologichna entsyklopediia]*. Kyiv : “Akademydav”. Kyiv. [in Ukrainian].
7. Petrovskiy, A.V. & Venher, A.L. (Eds.). (2006). Psykhologhiia rozvytku Slovnyk: red.-uporiad.; pid zah. red., pid. red. Psykhologichnyi leksykon. Entsyklopedychnyi slovnyk: U 6 v. Naukova dumka, (176 p.). Kyiv. [in Ukrainian].
8. Savchyn M.V., Vasylenko L.P. (2005). *Vikova psykhologhiia [Vikova psykhologhiia] : navchalnyi posibnyk*. Akademydav. (360 p.) Kyiv. [in Ukrainian].
9. Sait Ministerstva osvity i nauky Ukrainy. “Vchymo i navchayemos na karantyni: zminy v systemi osvity” [Website of the Ministry of Education and Science of Ukraine “Learning and learning in quarantine: changes in the education system”]. URL: <https://mon-covid19.info/>. (Data zvernennia: 14.12.2020) [in Ukrainian].
10. Cherniak N.O. Formuvannia motyvatsii studentiv do navchannia u VNZ [Formuvannia motyvatsii studentiv do navchannia u VNZ]. URL: <http://library.uipa.edu.ua/images/data/zbirnik/Chernyk.pdf>. Kyiv. [in Ukrainian].

УДК 159.922:928.23

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.5>**Ганна КОЛІНЕЦЬ**

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки та психології,
Приватна установа «Заклад вищої освіти
«Міжнародний гуманітарно-педагогічний інститут «Бейт-Хана»,
пл. Успенська, 5Д, м. Дніпро, Україна, 49000
ORCID: 0000-0002-9818-5423

Hanna KOLINETS

PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Pedagogy
and Psychology, Private institution "Higher educational establishment
"International humanitarian and pedagogic institute "Beit-Chana",
5D Uspenska Square, Dnipro, Ukraine, 49000
ORCID: 0000-0002-9818-5423

**ХАРАКТЕР ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ
МАТЕМАТИЧНИХ ДОСЛІДНИЦЬКИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ:
ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ****THE RELATIONSHIP'S NATURE OF STRUCTURAL COMPONENTS
OF STUDENTS' MATHEMATICAL RESEARCH ABILITIES:
THE PSYCHOLOGICAL ASPECT**

У статті розглянуто проблему встановлення характеру взаємозв'язків показників структурних компонентів математичних дослідницьких здібностей. Вказано на актуальність даної проблеми. Суттєві перетворення суспільного життя України сприяють змінам у системі освіти щодо формування особистості майбутніх високоінтелектуальних фахівців, здатних творчо мислити, самостійно навчатись та вільно орієнтуватись в інформаційному просторі.

Математика є явищем загальнолюдської культури, однією з найважливіших галузей знань сучасної людини. Доведено, що формування математичної грамотності школярів, уміння застосовувати математичні методи для вирішення прикладних завдань у різних сферах позначаються на становленні творчої особистості.

***Мета статті** – виявлення психологічних особливостей характеру взаємозв'язків між показниками структурних компонентів математичних дослідницьких здібностей у цілісній системі дослідницької діяльності школярів.*

Розкрито теоретичні підходи до поняття математичних дослідницьких здібностей, їх структурних компонентів.

Проаналізовано основні результати досліджень у вітчизняній та зарубіжній психології з питань вивчення проблеми формування математичних дослідницьких здібностей, які є підструктурою загальної математичної наукової спрямованості особистості на науковий пошук, відкриття закономірностей, вміння знаходити нові, нестандартні спроби розв'язання задач.

Розкрито доцільність застосування факторного аналізу з метою визначення основних факторів між компонентами математичних дослідницьких здібностей. Факторизація матриці інтеркореляцій здійснювалася на основі мультифакторної моделі Терстоуна за центроїдним методом, що дозволило встановити значимість певних структурних компонентів у виділених факторах та психологічні особливості характеру взаємозв'язків між показниками у цілісній системі дослідницької діяльності школярів як контрольної, так і експериментальної груп. З'ясовано провідні фактори рівнів прояву показників математичних дослідницьких здібностей старшокласників.

***Висновки.** Доведено, що спеціально організована робота з удосконалення мисленнєвих операцій, розумових дій у школярів сприятливо впливає на формування математичних дослідницьких здібностей та на розвиток творчих здібностей загалом. Встановлено, що у структурі математичних дослідницьких здібностей старшокласників провідне місце займає мотиваційно-особистісний компонент, який у поєднанні з високою працездатністю позитивно впливає на розвиток інтелектуального.*

***Ключові слова:** математичні здібності, мотивація досягнень, інтелект, швидкість мислення.*

The article considers the problem of establishing the nature of the relationship between the indicators of the structural components of mathematical research abilities. It is indicated the urgency of this problem. Significant transformations of the public life of Ukraine contribute to changes in the education system regarding the formation

of the personality of future highly intelligent specialists who can think creatively, learn independently and navigate freely in the information space.

Mathematics is a phenomenon of universal culture, one of the most important branches of knowledge of modern man. It is proved that the formation of mathematical literacy of students, the ability to apply mathematical methods to solve applied problems in various fields affect the formation of a creative personality.

The purpose of the article is to identify the psychological features of the nature of the relationship between the indicators of the structural components of mathematical research abilities in a holistic system of research activities of students.

Theoretical approaches to the concept of mathematical research abilities, their structural components are revealed.

The main results of research in domestic and foreign psychology on the study of the formation of mathematical research abilities, which are the substructure of the general mathematical scientific orientation of the individual to scientific research, the discovery of patterns, ability to find new, non-standard attempts to solve problems.

The expediency of using factor analysis to determine the main factors between the components of mathematical research abilities is revealed. Factorization of the intercorrelation matrix was carried out based on Thurston's multifactor model by the centroid method, which allowed to establish the importance of certain structural components in selected factors and psychological features of the relationship between indicators in the whole system of research activities of both control and experimental groups. The leading factors of levels of manifestation of indicators of mathematical research abilities of senior pupils are found out.

Conclusions. It is proved that specially organized work on the improvement of mental operations, mental actions in students has a positive effect on the formation of mathematical research skills and the development of creative abilities in general. It is established that in the structure of mathematical research abilities of high school students the leading place is occupied by the motivational-personal component, which in combination with high efficiency has a positive effect on the development of intellectual.

Key words: mathematical abilities, motivation of achievements, intelligence, speed of thinking.

Актуальність дослідження. Суттєві перетворення суспільного життя України сприяють змінам у системі освіти щодо формування особистості майбутніх високоінтелектуальних фахівців, здатних творчо мислити, самостійно навчатись та вільно орієнтуватись в інформаційному просторі. Математика є явищем загальнолюдської культури, однією з найважливіших галузей знань сучасної людини. Повсюдне широке використання техніки, зокрема й комп'ютерної, вимагає певного мінімуму математичних знань та уявлень. Недарма провідною галуззю міжнародного дослідження якості освіти PISA-2022 визначено математику, що, зокрема, через діджиталізацію зазнає істотних змін у різних сферах життя. Саме тому формування математичної грамотності школярів, уміння застосовувати математичні методи для вирішення прикладних завдань у різних сферах життя є важливими. Все це дає підстави стверджувати, що розробка, удосконалення концептуального апарату і методів вивчення проблеми математичних дослідницьких здібностей та психологічних особливостей характеру взаємозв'язків між показниками їх структурних компонентів у цілісній системі дослідницької діяльності школярів є актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Здійснюючи науковий пошук з обраної проблеми, ми враховували результати досліджень з питань психології формування математичних здібностей (В.А. Крутецький, Ж. Адамар, та ін.), психології творчої діяльності (Я.А. Пономарьов, В.А. Роменець), психологічних передумов формування твор-

чої наукової діяльності (Я.А. Пономарьов, В.О. Моляко), психологічних особливостей дослідницьких здібностей (В.А. Крутецький, О.М. Матюшкін, Б.М. Теплов).

Залучення школярів до процесу вивчення математики – це насамперед залучення до культурних цінностей, і, отже, її роль у розвитку особистості є надзвичайно важливою. Заслужують на увагу дослідження проблеми психологічних особливостей розв'язування старшокласниками евристичних задач (Т.М. Третьак) [9], особливостей формування і розвитку інтелектуальних здібностей (В.О. Моляко, Н.М. Заболотна) [5; 2], психолого-педагогічних особливостей форм та методів навчання школярів, формування математичних компетентностей (О.Я. Радченко, С.Т. Вихор, М.Кулик) [6; 4].

Становлення особистості принципово пов'язане з її творчим потенціалом та його неодмінною реалізацією у конкретній діяльності, як слушно зазначає В.О. Моляко [5, с. 4]. Окрім того, самоствердження та благополуччя даної особистості багато в чому залежить від адекватності її поведінки у суспільстві, від її підготовленості до існування в соціумі, від компетентностей, здібностей, готовності творчо проявляти їх у діяльності. Важливими є розробки українських науковців у сфері підготовки старшокласників до побудови кар'єри [1]. Схвалюємо положення щодо зв'язку здібностей з діяльністю, на що вказує низка науковців: В.О. Моляко., Н.М. Заболотна, Й. Керрол, М. Гуз та ін. [5; 2; 10; 11]. Зокрема, Н.М. Заболотна підкреслює, що оскільки здібності формуються

та розвиваються в діяльності, необхідно засвоєння суспільного досвіду в процесі навчання, виховання тощо [2]. Це стосується і формування математичних дослідницьких здібностей, їх структурних компонентів, організації спеціально організованого навчання щодо впливу на розвиток виокремлених компонентів. Дане питання потребує більш ґрунтовних досліджень. Залишаються невирішеними питання щодо психологічних особливостей взаємозв'язків між характеристиками компонентів структури дослідницьких здібностей у цілісній системі дослідницької діяльності школярів.

Формулювання мети статті (постановка завдання). **Мета** статті – виявлення психологічних особливостей характеру взаємозв'язків між показниками структурних компонентів математичних дослідницьких здібностей у цілісній системі дослідницької діяльності школярів.

Виклад основного матеріалу. У структурі математичних дослідницьких здібностей, які є підструктурою загальної математичної наукової спрямованості особистості на науковий пошук, відкриття закономірностей, вміння знаходити нові, нестандартні спроби розв'язання задач, основними психологічними компонентами є дивергентний спосіб мислення, креативна спрямованість особистості, досить високий рівень інтелекту та емоційно-вольова забезпеченість математико-дослідницької діяльності індивіда. З метою виявлення способу та характеру їх взаємозв'язку в цілісній системі дослідницької діяльності школярів обробку отриманих даних дослідження здійснено за допомогою факторного аналізу [7; 8, 12], суть якого полягає у виділенні співпадаючих факторів при кореляції результатів дослідження різноманітними тестами, завдяки чому виявляються взаємозв'язки і співвідношення між показниками різних тестів. Як нами попередньо зазначалось [3], на думку багатьох дослідників (С. Берт, Ф. Вернон, М. Баракат), це дає можливість визначити психологічні властивості та якості, що беруть участь у виконанні певної діяльності.

Порівняння відповідних коефіцієнтів кореляції у старшокласників експериментальних і контрольних класів, одержаних при проведенні другого зрізу дослідження, показує існування в експериментальних класах міцніших взаємозв'язків між мотивацією досягнень та формалізованим сприйманням структури задач. Зменшилась кількість школярів з протилежними тенденціями у рівнях становлення здатності вказувати на комплекс відно-

шень між математичними величинами, відмічати недостатні та зайві дані в умові задачі. Ми вважаємо, що саме спеціально організована робота з формування мисленнєвих операцій, розумових дій у школярів і дає пояснення даному явищу, чого не спостерігалось при звичайних умовах навчання.

Особливо ефективним проведене навчання стало для учнів із середньою успішністю. У ході занять в них значно вдосконалився рівень аналітико-синтетичної діяльності, що полегшило перехід від конкретного до абстрактного і навпаки; підвищились рівні гнучкості, оригінальності мислення. Спеціально спрямована робота допомагала виробленню таких прийомів, які формували самостійність думки та індивідуальний стиль у розв'язанні задач. При цьому запропоновані принципи розв'язання математичних задач, вдосконалюючись, ставали у школярів інструментом розвитку математичних дослідницьких здібностей.

Таким чином, загальна тенденція зміцнення взаємозв'язків упродовж періоду навчання старшокласників між I та II зрізами у контрольній групі виявляється в найбільшій мірі між швидкістю перебігу мисленнєвої діяльності та мотивацією досягнень, загальними творчими здібностями та сприйманням формалізованої структури задач, мотивацією досягнень та інтелектом. В експериментальних класах така тенденція спостерігається між швидкістю перебігу мисленнєвої діяльності та загальними творчими здібностями і мотивацією досягнень, між мотивацією потреби в досягненнях та сприйманням формалізованої структури задач. Це свідчить про значну ефективність експериментального навчання для успішного формування математичних дослідницьких здібностей у старшокласників.

Розглянемо вплив зміни взаємозв'язків між окремими показниками системи дослідницьких здібностей на усю структуру. З метою визначення кожного з параметрів математичних дослідницьких здібностей у вибраній системі одержані матриці інтеркореляцій було оброблено методами факторного аналізу [7;8]. Факторизація здійснювалася на основі мультифакторної моделі Терстоуна за центроїдним методом. Для більш достовірної інтерпретації виділених факторів проводилася ротація координатних осей у відповідності з принципом «прості структури». Крім того, виходячи з основних положень факторного аналізу, ми вважаємо, що простота латентної структури визначається простотою факторного змісту окремих змінних, тобто,

домінуванням якоїсь однієї факторної ваги, і навпаки – мірою даного фактора є лише деякі змінні із розглянутої системи. Одержані результати подаються в таблицях 1, 2.

Таблиця 1

Матриця факторних ваг системи математичних дослідницьких здібностей після ротації виділених факторів (I зріз)

Показники системи	Фактори		
	Φ_1	Φ_2	Φ_3
Z_1	0,187	0,375	0,655
Z_2	0,472	0,619	0,269
Z_3	0,585	0,130	0,471
Z_4	0,208	0,698	0,240
Z_5	-0,010	0,440	0,622

Таблиця 2

Матриця факторних ваг системи математичних дослідницьких здібностей після ротації виділених факторів (II зріз)

Показники системи	Контрольна група		Експериментальна група	
	Фактори			
	Φ_1	Φ_2	Φ_1	Φ_2
Z_1	0,478	0,638	0,116	0,878
Z_2	0,221	0,739	0,011	0,873
Z_3	0,718	0,551	0,559	0,650
Z_4	0,437	0,568	0,495	0,452
Z_5	0,009	0,696	0,133	0,588

Умовні позначення: Z_1 – швидкість перебігу мисленнєвої діяльності; Z_2 – загальні творчі здібності; Z_3 – мотивація досягнень; Z_4 – інтелект; Z_5 – формалізоване сприймання структури задачі.

Факторизація матриці інтеркореляцій між компонентами дослідницьких здібностей старшокласників на початку експерименту дозволила виділити три фактори. Ротація координатних осей більш наочно показала, що зміст першого фактора, в основному, визначається однією змінною – мотивацією досягнень. Отже, на початку експерименту у старшокласників провідну роль відіграє мотиваційна сторона розвитку математичних дослідницьких здібностей, основу якої складають розвинені пізнавальні потреби і стійкий пізнавальний інтерес до математики, який стимулює в учнів ініціативність і самостійність у пошуку нових підходів при розв'язанні задач. У структурі другого фактора провідну роль відіграє інтелект (факторна вага 0,698). Основою третього фактора є швидкість перебігу мисленнєвої діяльності (факторна вага 0,655); порівняно високу факторну вагу має формалізоване сприймання структури задач (0,622).

Оскільки розв'язання дослідницьких математичних та мисленнєвих задач вимагають

успішної аналітико-синтетичної діяльності, прояву гнучкості, оригінальності мислення старшокласників, ми вважаємо їх єдність суттю третього фактора. Вони вказують на провідну роль діяльності старшокласників тієї сторони математичних дослідницьких здібностей, яка відображає при розв'язуванні математичних задач застосування різних способів встановлення відношень між даними в умові задачі.

Факторизація матриці інтеркореляції між компонентами математичних дослідницьких здібностей в учнів контрольної групи дозволила виділити два фактори. Після ротації координат осей в структурі першого фактора найбільшу вагу одержала мотивація досягнень (0,718). У структурі другого фактора провідну роль відіграють загальні творчі здібності (0,739) та формалізоване сприймання структури задач (0,696).

Це свідчить про те, що в ході шкільного навчання старшокласники краще оволодівають мисленнєвими операціями, умінням використовувати їх при розв'язуванні математичних і мисленнєвих задач, переносячи у нові умови.

Отже, в контрольній групі у процесі звичайного навчання майже не змінилися провідні фактори. Дещо відмінною є структура факторів, виділених з матриці інтеркореляцій, одержаної в експериментальній групі. Як видно з таблиці 2, до складу першого фактора з найбільшою вагою входить мотивація досягнень (0,559). Все це вказує на те, що старшокласники успішно використовують вдосконалені й розвинені у процесі спеціально організованого навчання мисленнєві операції для занять улюбленою справою, удосконалюючи її елементи: вірять у свої сили, у правильний розрахунок, проявляють наполегливість в досягненні мети; любов до цікавої і творчої праці в них переростає у постійну готовність до напруженої праці над вибраною проблемою, при цьому помітно зростає роль вольового компоненту при досить чітко вираженому мотиваційному.

Розвиток інтелекту старшокласників, набутий досвід дослідницької роботи призводить до появи інтуїції, яка все частіше проявляється в їх творчій діяльності. Стає зрозумілим та провідна роль, яку відіграють у структурі другого фактора загальні творчі здібності (0,873) та швидкість перебігу мисленнєвої діяльності (0,878).

У порівнянні з ними інші компоненти системи входять до складу цього фактора з меншою факторною вагою. Ми вважаємо, що єдність цих двох компонентів визначає його основний

зміст, що підтверджує доцільність вважати математичні дослідницькі здібності складовою частиною математичної наукової творчості та показує, що становлення дослідницьких здібностей старшокласників у процесі вивчення математики значною мірою позитивно впливає на розвиток творчих здібностей загалом.

Висновки. Факторизація матриць інтеркореляцій дала змогу виділити провідні фактори рівнів прояву показників математичних дослідницьких здібностей старшокласників. До складу першого фактора з найбільшою вагою входить мотивація досягнень. У структурі другого фактора провідне місце займають загальні творчі здібності та швидкість перебігу мисленнєвої діяльності.

Таким чином, встановлено, що у структурі математичних дослідницьких здібностей старшокласників провідне місце займає мотиваційно-особистісний компонент, який у поєднанні з високою працездатністю позитивно впливає на розвиток інтелектуального.

Матеріали здійсненого дослідження не вичерпують усіх питань, що стосуються вивчення взаємозв'язку структурних компонентів математичних дослідницьких здібностей старшокласників у цілісній системі дослідницької діяльності. Перспективи подальших розвідок у даному напрямку спрямовуватимуться на дослідження даної проблеми у різних вікових категоріях школярів.

Література:

1. Вороніна Г., Гуцан Л. Проблеми професійної орієнтації старшокласників: англійський досвід та українські реалії. Педагогічні науки; теорія, історія, інноваційні технології. 2019, С. 24–35.
2. Заболотна Н.М. Інтелектуальні здібності як потенціал і ресурс людини. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 1. С. 12–16.
3. Колінець Г.Г. Психологічні особливості взаємозв'язку структурних компонентів математичних дослідницьких здібностей школярів. *Вчені записки ТНУ ім. В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Том 32(71). № 3. С. 124–128.
4. Кулик М. Підходи до формування Нової української школи. 2018. URL: <http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/11211/1/Kulyk.pdf>.
5. Моляко В.О. Прояви інтелектуальних та творчих здібностей у дітей. *Обдарована дитина*. Київ. 2004. № 6. С.3–9.
6. Радченко О.Я., Вихор С.Т. Аналіз можливостей і особливостей використання е-підручників в умовах зміни формату навчання. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Зб. наук. пр. ; редкол. Суцєнко А.В. та ін. Запоріжжя. КПУ, 2021. Вип. 75. 188 с. Т. 2. С. 79–85.
7. Руденко В.М., Руденко Н.М. Математичні методи в психології. К. : Академвидав. 2009. 384 с.
8. Суходольский Г.В. Математические методы в психологии. Харьков : Изд-во “Гуманитарный центр”, 2008. 284 с.
9. Третяк Т.М. Психологічні особливості розв'язування старшокласниками евристичних задач ; за ред. Моляко В.О. *Актуальні проблеми психології: Проблеми психології творчості: Збірник наукових праць*. Т. 12. Випуск 4. Житомир. Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 2008. С. 291–298.
10. Carroll J.B. Human cognitive abilities. Cambridge : Univ. Press, 1993.
11. Goos M., Vale C., Stillman G., Makar K., Herbert S., & Geiger V. (2017). Teaching Secondary School Mathematics: Research and practice for the 21st century (2nd ed.). Routledge. DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003117810>.
12. Molenaar, D. (2021). A flexible moderated factor analysis approach to test for measurement invariance across a continuous variable. *Psychological Methods*, 26(6), 660–679. DOI: <https://doi.org/10.1037/met0000360>

References:

1. Voronina H, Hutsan L. (2019) Problemy profesiinoi oriientsatsii starshoklasnykiv: anhliiskyi dosvid ta ukraïnski realii. [Problems of professional orientation of high school students: English experience and Ukrainian realities]. *Pedahohichni nauky; teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii*. P. 24–35. [in Ukrainian].
2. Zabolotna N.M. (2021) Intelektualni zdibnosti yak potentsial i resurs liudyny. [Intellectual abilities as a human potential and resource]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriiia «Psykhologhiia»*. Vyp. 1. P. 12–16. [in Ukrainian].
3. Kolinets H.H. (2021) Psykhologhichni osoblyvosti vzaiemozviazku strukturnykh komponentiv matematychnykh doslidnytskykh zdibnostei shkoliariv [Psychological features of the relationship between the structural components of mathematical research abilities of students.]. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriiia: Psykhologhiia*. Tom 32(71). № 3. P. 124–128. [in Ukrainian].
4. Kulyk M. (2018) Pidkhody do formuvannia Novoi ukraïnskoi shkoly [Approaches to the formation of the New Ukrainian School]. URL: <http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/11211/1/Kulyk.pdf>. [in Ukrainian].

5. Moliako V.O. (2004) Proiavy intelektualnykh ta tvorchykh zdibnosti u ditei. Obdarovana dytyna [Manifestations of intellectual and creative abilities in children]. K., 2004. № 6. P. 3–9. [in Ukrainian].
6. Radchenko O.Ia., Vykhor S.T. (2021) Analiz mozhlyvosti i osoblyvosti vykorystannia e-pidruchnykyv v umovakh zminy formatu navchannia [Analysis of the possibilities and features of the use of e-textbooks in terms of changing the format of education.]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh*. Zb. nauk. pr./[redkol. Sushchenko A.V. ta in.]. Zaporizhzhia : KPU. Vyp. 75. 188 s. T. 2. P. 79–85. [in Ukrainian].
7. Rudenko V.M., Rudenko N.M. (2009) Matematychni metody v psykholohii [Mathematical methods in psychology]. K. : Akademydav. 384 p. [in Russian].
8. Sukhodolskyi H.V. (2008) Matematycheskye metody v psykholohyy [Mathematical methods in psychology]. Kharkov: Yzd-vo “Humanytarnyi tsentr”, 284 p. [in Russian].
9. Tretiak T.M. (2008) Psykholohichni osoblyvosti rozviazuvannia starshoklasnykamy evrystychnykh zadach [Psychological features of solving heuristic problems by high school students.]. *Aktualni problemy psykholohii: Problemy psykholohii tvorchosti: Zbirnyk naukovykh prats. za red. Moliako V.O.* T. 12. Vypusk 4. Zhytomyr. Vyd-vo ZhDU im.I.Franka. P.291-298. [in Ukrainian].
10. Carroll J.B. (1993) Human cognitive abilities. Cambridge: Univ. Press. [in English].
11. Goos M., Vale C., Stillman G., Makar K., Herbert S., & Geiger V. (2017). Teaching Secondary School Mathematics: Research and practice for the 21st century (2nd ed.). Routledge. DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003117810>. [in English].
12. Molenaar, D. (2021). A flexible moderated factor analysis approach to test for measurement invariance across a continuous variable. *Psychological Methods*, 26(6), 660–679. DOI: <https://doi.org/10.1037/met0000360> [in English].

УДК 316.772:004.738.5

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.6>**Алла КРАСНЯКОВА**

науковий співробітник, Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України,
вул. Андріївська, 15, м. Київ, Україна, 04070
ORCID: 000-0001-6584-0068

Alla KRASNIAKOVA

Researcher, Institute for Social and Political Psychology
at National Academy of Educational Sciences of Ukraine,
15 Andriivska str., Kyiv, Ukraine, 04070
ORCID: 000-0001-6584-0068

ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНЕ СЕРЕДОВИЩЕ МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ ЯК РЕСУРС РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ

INFORMATION AND COMMUNICATION ENVIRONMENT OF THE INTERNET AS A RESOURCE FOR THE DEVELOPMENT OF CIVIC COMPETENCE OF YOUTH

Інформаційно-комунікаційне середовище мережі Інтернет розглянуто як ресурс розвитку громадянської компетентності молоді, унікальне джерело інформації, новий соціальний простір інтерсуб'єктивної взаємодії користувачів. Наголошується, що інтернет-середовище є гібридним середовищем, яке утворюється за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій у результаті інтеграції елементів реального і віртуального життя. Підкреслюється, що сучасні інтернет-технології створюють можливість швидко орієнтуватися в інформаційно-комунікаційному інтернет-просторі, ефективно і відповідально взаємодіяти з різними соціальними суб'єктами. Звертається увага на те, що оцифрування різних сфер життєдіяльності вимагає від сучасної людини готовності і здатності постійно оволодівати новітніми інформаційно-комунікаційними технологіями, компетентно (швидко і якісно, усвідомлено і відповідально) оцінювати їхні можливості та ризики. Громадянську компетентність розглянуто як внутрішню готовність особистості усвідомлено і відповідально реалізовувати комплекс громадянських прав і свобод, нести відповідальність за свої дії як у реальному житті так і у віртуальному інформаційно-комунікаційному просторі мережі Інтернет. Інформаційно-комунікаційний простір мережі Інтернет визначено як простір взаємодії соціальних суб'єктів, утворений за допомогою інтернет-технологій; сукупність баз даних, способів, технологій їх використання, що забезпечують інформаційні потреби особистості.

У статті представлено результати авторського емпіричного дослідження впливу інтернет-середовища на такі характеристики громадянської компетентності як: відповідальність за країну, усвідомлення можливості впливу на суспільно-політичні процеси, бажання брати участь у суспільно-політичному житті, ініціативність у вирішенні значущих проблем суспільства. Результати емпіричного дослідження показали, що молодь оцінює вплив інтернет-середовища вище впливу політичних суб'єктів і на рівні впливу традиційних соціальних суб'єктів. Взаємовплив відбувається на рівні мікро-, мезо- і макросередовища, що дає підстави розглядати інтернет-середовище як метасередовище сприятливе для розвитку громадянської компетентності молоді.

Ключові слова: інтернет-середовище, громадянська компетентність, цифрова компетентність, інформаційно-комунікаційні технології, інтернет-технології, вплив інтернет-середовища.

The information and communication environment of the Internet is considered as a resource for the development of civic competence of young people, a unique source of information, a new social space of intersubjective interaction of users. The Internet space is a hybrid environment created by means of the information and communication technologies in the course of integration of the elements of real and virtual life. It is emphasized that modern Internet technologies create an opportunity to quickly navigate the information and communication Internet space, to interact effectively and responsibly with various social actors. Attention is drawn to the fact that the digitizing various spheres of life requires readiness and ability to constantly master the latest information and communication technologies, competently (quickly and qualitatively, consciously and responsibly) assess their opportunities and risks any modern person has to demonstrate. Civic competence is considered as the inner readiness of the individual to consciously and responsibly implement a set of civil rights and freedoms, to be responsible for their actions both in real life and in the virtual information and communication space of the Internet. The information and communication space of the Internet is defined as the space of interaction of social actors, formed with the help of Internet technologies; a set of databases, methods, technologies of their use that provide information needs of the individual.

The article presents the results of the author's empirical study of the impact of the Internet environment on such characteristics of civic competence as: responsibility for the country, awareness of the possibility of influencing socio-political processes, desire to participate in socio-political life, initiative in solving significant problems. An empirical study has shown that young people rate the impact of the Internet environment above the influence of political actors and at the level of the influence of traditional social actors. Interaction occurs at the level of micro-, meso- and macro-environment, which gives grounds to consider the Internet environment as a social meta-environment conducive to the development of civic competence of young people.

Key words: *Internet environment, civic competence, digital competence, information and communication technologies, Internet technologies, influence of the Internet environment.*

Постановка проблеми. Світова статистика свідчить, що з появою інформаційно-комунікаційної мережі Інтернет обсяг людських знань щороку збільшується вдвічі, і це прискорює розвиток соціальних підсистем, становлення інформаційного суспільства [12]. Інформаційне суспільство потребує нового громадянина, який бере активну участь у суспільно-політичних процесах [11]; вміє критично і системно мислити, розв'язувати проблеми з позиції члена глобального громадянського суспільства, вирішувати конфлікти ненасильницьким шляхом, нести відповідальність за свої вчинки; розуміє, цінує і толерантно ставитися до культурного багатоманіття, здатен співпрацювати з різними соціальними суб'єктами, зокрема у віртуальному інтернет-просторі [7].

Інтернет, з необмеженим доступом до інформації, можливістю інтерактивного спілкування у глобальному масштабі, високою гнучкістю щодо часу та місця доступу, швидкими темпами відгуку користувачів, низькими транзакційними витратами, неієрархічною структурою взаємодії, змінює життя сучасної людини [1–3; 6–9; 11–14]. З одного боку, глобальна інтернетизація сприяє саморозвитку людини і розширює простір її самореалізації. З іншого, стрімкий розвиток новітніх інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ), оцифрування усіх сфер життєдіяльності, потребує готовності користувача інтернету постійно оновлювати знання у сфері цифрових технологій; здатності опрацьовувати та критично аналізувати гігантські потоки інформації; самостійно оцінювати можливості застосування ІКТ та ризики перебування у віртуальному просторі; уміння раціонально реагувати на політичні, економічні, соціальні зміни у суспільстві, компетентно (свідомо і відповідально) приймати рішення щодо реалізації власних громадянських прав і свобод в інформаційно-комунікаційному інтернет-просторі. (Інформаційно-комунікаційний простір, у межах дослідження, розглядаємо як сукупність контенту інтернету, баз даних, способів, технологій, що забезпечують інформаційні потреби особи; новий (гібридний за Дж. Сулером) соціальний простір існу-

вання людини, що утворюється з елементів віртуального та реального життя [13]; мережу інтернет – як унікальне джерело інформації, соціальний простір ієтерсуб'єктної взаємодії). Взаємодія користувачів в інтернет-просторі відбувається опосередковано, і це дозволяє людям «вести віртуальний дискурс як масові міські збори, здійснювати пряму онлайн участь без втручання з боку впливових осіб [8]; легше і швидше висловлювати думку з різних питань, від питань побутових до найскладніших соціальних проблем» [11, с. 138]. За концепцією І. В. Жадан, «особистісна активність і соціальна взаємодія структурують соціальне середовище розвитку громадянської компетентності» [Жадан, монографія, с 36]. Отже, інтернет з його можливостями і перевагами, розглядаємо як нове соціальне середовище розвитку громадянської компетентності користувачів. Вважаємо, що з розвитком новітніх інтерактивних інтернет-технологій актуалізується проблема дослідження інформаційно-комунікаційного середовища мережі Інтернет, як ресурсу розвитку громадянської компетентності користувачів.

Мета статті – визначити особливості інформаційно-комунікаційного середовища мережі Інтернет, які сприяють розвитку громадянської компетентності молоді.

Відповідно до мети було поставлено наступні завдання: 1) розглянути інформаційно-комунікаційне середовище мережі Інтернет, як інтерсуб'єктний простір взаємодії користувачів; 2) дослідити вплив інтернет середовища (контенту інтернет-сайтів і соціальних інтернет-мереж) на такі характеристики громадянської компетентності як бажання брати участь у суспільно-політичному житті, ініціативність у вирішенні значущих проблем суспільства; відповідальність за країну, усвідомлення можливості впливу на суспільно-політичні процеси; 3) порівняти вплив інтернет-середовища (контенту інтернет-сайтів і соціальних інтернет-мереж) на характеристики громадянської компетентності користувачів із впливом традиційних соціальних суб'єктів (родини, педагогів, викладачів, друзів, ЗМІ, громадських

об'єднань, політичних партій, державних інститутів).

Виклад основного матеріалу. У науковому дискурсі громадянську компетентність визначають як специфічне особистісне утворення, готовність особистості активно, відповідально й ефективно реалізовувати комплекс громадянських прав та обов'язків у демократичному суспільстві; інтегративну характеристику особи, яка відображує досвід суб'єкта соціально-значущої громадянської діяльності [10]; характеристику особистості, яка ґрунтується на якостях та кваліфікаційних ознаках, необхідних і достатніх для ефективного виконання ролі громадянина [2]. Ми розглядаємо громадянську компетентність, як інтегративну характеристику людини, внутрішню готовність до усвідомленої та відповідальної реалізації комплексу громадянських прав і свобод, зокрема у віртуальному інтернет-просторі. Вважаємо, що:

– громадянська компетентність формується на різних вікових етапах як результат соціалізації, має динамічний характер і розвивається протягом життя. Зі зміною світу, вимог до людини, компетенції людини змінюються: оновлюються, трансформуються, модернізуються;

– становлення громадянської компетентності відбувається у суспільстві з певною системою цінностей, ідеалів, моральних норм, правил і завжди пов'язано з мотивацією особи, її спрямованістю у майбутнє;

– компетентність громадянина виявляється у цілеспрямованій інтелектуальній та практичній діяльності індивіда в соціумі, а також віртуальному інтернет-середовищі, умінні відповідально приймати рішення, здійснювати вибір, адекватно оцінювати свої можливості в конкретній ситуації, виявляти суб'єктність у політичній і громадянській сферах;

– розвиток громадянської компетентності передбачає: вдосконалення знань і уявлень про взаємозв'язок громадян і держави, відносин між людьми, а також практичних умінь у сфері громадської участі. (Участь громадян у вирішенні актуальних питань на місцевому та державному рівні, зокрема у віртуальному інтернет-просторі, з метою безпосереднього або опосередкованого впливу на прийняття соціально-значущих рішень).

Інтернет, як *інформаційний ресурс*, забезпечує актуалізацію знань, необхідних у всіх сферах життєдіяльності сучасної людини; стимулює створення й оновлення нею особистих стратегій пошуку, аналізу і передавання інформації, порівняння та критичного

оцінювання достовірності, надійності джерел даних. Уміння швидко знаходити інформацію, коментувати її, опановувати нові поняття або формулювати їх, дозволяє користувачеві компетентно (швидко) орієнтуватися в інформаційному просторі, якісно моделювати текстовий простір у зручний для себе спосіб, відповідально генерувати новий контент, усвідомлено розповсюджувати його на великий загал, конструювати власний соціальний простір інтерсуб'єктної взаємодії. Як простір *інтерактивної взаємодії*, інтернет забезпечує автономність особи. Опосередкована інтернет-технологіями, взаємодія не прив'язана до часу і місцеположення, віку і соціального статусу комунікантів, здійснюється синхронно, лінійно та асинхронно. І хоча кожний користувач діє самостійно, він завжди відчуває свою приналежність до інтернет-спільноти, онлайн групи, цифрового світу. На шляху досягнення особистих значущих цілей може скористатися досвідом інших, запросити додатковий ресурс інтернет-спільноти і, як правило, отримує його. За соціально-психологічною теорією впливів В. О. Татенко, в інтернеті відтворюється суб'єкт-суб'єктна модель взаємодії. Між користувачами «спостерігається *тенденція до конвергенції* (від лат. *convergo* – «наближатися») і виникає справжня спільність «Ми» [14, с. 184]. Рефлексуєчи отриманий досвід взаємодії у віртуальному просторі, індивід досягає нового розуміння шляхів вирішення особистих проблем, проблем інших, проблем суспільства. Активність особи та інтерсуб'єктна взаємодія стає ресурсом, який сприяє розвитку компетентного громадянина, спроможного ефективно реалізовувати громадянські права і свободи.

Слід також зауважити, що необхідною умовою розвитку громадянської компетентності користувачів є цифрова компетентність – комплексний соціально-психологічний феномен, що характеризує здатність особистості діяти в інформаційному суспільстві. Результати наших попередніх досліджень рівня цифрової компетентності молоді [5] показали, що: по-перше, цифрова компетентність молодих громадян сприяє ефективному використанню ресурсу інформаційно-комунікаційного ресурсу інтернет-середовища у вирішенні проблем особистого життя, зокрема під час соціальної ізоляції 2019–2021 рр., проблем інших громадян, регіональної територіальної громади і суспільства в цілому; по-друге, вплив інтернету, особливо під час карантинних заходів, швидко зростає.

Дослідження впливу інтернет-середовища (контенту інтернет-сайтів і соціальних інтернет-мереж) і традиційних соціальних суб'єктів (родини, педагогів, викладачів, друзів, ЗМІ, громадських об'єднань, політичних партій, державних інститутів) на характеристики громадянської компетентності проводилося за методом репертуарних решіток [4]. Ми виходили з того, що: а) впливовість того, чи іншого суб'єкта може оцінити тільки сам суб'єкт; б) середовище в якому живе і працює людина впливає на нього прямо, опосередковано і побічно: прямо – через обмеження, які накладають на його дії, опосередковано – через поняття, уявлення та образи, компетентності, які він має можливість застосовувати і розвивати; побічно – за допомогою впливу інших суб'єктів на його мотивацію, на його думки про те, як слід себе поводити і як інші люди реагують на різні види поведінки; в) компетентна поведінка громадянина залежить від мотивації і здатності включитися у суспільно-політичні процеси (готовності виявляти ініціативу, бажання брати на себе відповідальність, прагнення вплинути на суспільно-політичні процеси, адекватного сприйняття власної ролі та ролі інших людей у суспільстві в цілому).

У дослідженні (2019–2021 рр.) брали участь 162 особи, віком від 18 до 30 років, серед яких 23 особи – лідери молодіжних громадських об'єднань, решта – 139 осіб студенти останніх курсів педагогічних закладів вищої освіти м. Києва. (Дослідження здійснювалося з використанням додатку Google Forms). Рес-

пондентам було запропоновано оцінити (від -3 до +3) вплив традиційних агентів впливу та інтернет-середовища на їх відповідальність за країну, усвідомлення можливості впливу на суспільно-політичні процеси, бажання брати участь у суспільно-політичному житті, ініціативність у вирішенні значущих проблем суспільства. Вважаємо, що ініціатива ґрунтується на внутрішній мотивації і виявляється тільки як дія за власним бажанням і для того щоб ініціатива успішно реалізовувалася, суб'єкт має бути готовим усвідомлювати і контролювати результати своїх дій, робити висновки щодо ефективності обраної стратегії, нести відповідальність за вчинене. До того ж потрібна підтримка інших суб'єктів, які вже мають систему знань, певний досвід і прагнення досягти результату.

Результати емпіричного дослідження показали, що молодь оцінює вплив інтернет-середовища (контенту інтернет-сайтів та соціальних мереж) на бажання брати участь у суспільно-політичних процесах на рівні впливу громадських організацій і друзів – 5,0, вище впливу родини – 4,4; викладачів – 4,7; політичних партій – 4,5 та державних інститутів – 4,7. На ініціативність у вирішенні значущих проблем суспільства інтернет-середовище впливає на рівні педагогів, друзів та громадських організацій – по 5,0; є вищим ніж вплив родини та ЗМІ – 4,4; політичних партій та державних інститутів – 4,6 і 4,7 відповідно. Вплив інтернет-сайтів та соціальних інтернет-мереж на відчуття відповідальності за країну виявився 4,8, що вище ніж вплив

Таблиця 1

Результати середніх значень дослідження впливу соціальних суб'єктів на розвиток характеристик громадянської компетентності (n = 162)

СОЦІАЛЬНІ СУБ'ЄКТИ → ↓ ХАРАКТЕРИСТИКИ	Родина	Педагоги, викладачі	Друзі, сокурсники	ЗМІ (т/б, радіо, друковані видання)	Інтернет-середовище		Громадські організації	Політичні партії	Президент, Верховна Рада, Кабінет Міністрів
					Інтернет-сайти	Соціальні інтернет-мережі, блоги, чати			
Ініціативність у вирішенні значущих проблем суспільства	4,4	5,0	5,0	4,4	5,0	5,0	5,0	44,6	4,5
Відчуття відповідальності за свою країну	5,0	5,4	5,1	4,6	4,8	4,8	5,1	45,2	4,6
Усвідомлення можливості впливу на перебіг суспільно-політичних процесів	4,2	5,0	5,0	4,4	4,8	5,0	5,1	44,4	4,6
Бажання брати участь у суспільно-політичному житті країни	4,4	4,7	5,0	4,5	5,0	5,0	5,0	44,5	4,7

Діапазон значень коефіцієнтів варіації ($V\sigma < 10\%$) дає підстави говорити про незначну варіацію даних, однорідність вибірки, типовість середніх значень

державних інститутів і ЗМІ – 4,6, але є нищим ніж вплив викладачів – 5,4; громадських організацій, родини – по 5,1; друзів, політичних партій – 5,1 та 5,2 відповідно. Вплив інтернет-середовища на вищезначені характеристики громадянської компетентності респонденти вважають однаковим. (табл. 1)

Щодо оцінки впливу інтернет-середовища на усвідомлення молодими громадянами країни можливості впливати на перебіг суспільно-політичних процесів встановлено, що взаємодія в соціальних інтернет-мережах впливає більше ніж контент інтернет-сайтів – 5,0 і 4,8. Соціальні медіа впливають на рівні педагогів, друзів – 5,0, громадських організацій – 5,1; випереджають вплив родини – 4,2; ЗМІ, політичних партій – 4,4; та державних інститутів – 4,6. Вплив інтернет-сайтів на цю характеристику, виявилися більш впливовими ніж ЗМІ, родина, політичні партії та державні інститути (табл. 1).

Висновки. Результати нашого дослідження дають підстави розглядати інформаційно-комунікаційне середовище мережі Інтернет як ресурс розвитку громадянської компетентності молоді. Розвиток інформаційно-комунікаційних технологій та інтернет-технології забезпечує інформаційні потреби особистості, надає можливість швидко орієнтуватися в інформаційному просторі, використовувати інформаційні ресурси інтернету з метою реалізації громадянських прав та свобод. Як середовище *інтерсуб'єктної взаємодії*, інтерактивний інтернет створює сприятливі умови для ефективної взаємодії соціальних суб'єктів. В інтернет-просторі спостерігається тенденція до конвергенції

(від лат. *convergo* – «наближатися»), утворюється інтернет-спільнота користувачів. Суб'єкт-суб'єктна взаємодія стимулює молодих громадян країни до прояву активності у віртуальному просторі. Особистість відчуває себе незалежною в інтернет-середовищі, оскільки може утворювати нові соціальні зв'язки і припиняти їх, самостійно конструювати власний простір інтеракцій, брати участь у житті громади на місцевому, регіональному чи державному рівнях, виявляти громадянську активність. Проте, слід пам'ятати, що у віртуальному просторі людина є відкритою для зовнішніх впливів, нерідко маніпулятивних. Наслідки маніпулятивних впливів цифрових технологій можуть носити руйнівний характер як для окремої людини, так і для суспільства цілому, оскільки зачіпають традиційну систему цінностей, моральні норми і правила.

Результати емпіричного дослідження показали, що молодь оцінює вплив інтернет-середовища вище впливу політичних суб'єктів і на рівні впливу традиційних соціальних суб'єктів. Особливістю впливу інтернет-середовища є те, що він здійснюється на рівні макро-, мезо- і мікросередовища, що дає підстави розглядати інформаційно-комунікаційне середовище мережі Інтернет як соціальне метасередовище, сприятливе для розвитку громадянської компетентності молоді. Перспективи подальших розвідок полягають у повномасштабному дослідженні мотиваційного складника громадянської і цифрової компетентності молоді, оскільки саме цей компонент зумовлює розвиток компетентності користувачів інтернету.

Література:

1. Журавлев А.Л., Нестик Т.А. Социально-психологические последствия внедрения новых технологий: перспективные направления исследований. *Психологический журнал*. 2019, том 40, № 5, С. 35–47.
2. Жадан І.В. Громадянська компетентність: соціальні очікування та реалії : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ, 2021. 105 с. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/gk_sotr-2021.pdf.
3. Zhadan I., Malkhazov O., Poznyak S. Personality factors of emotional resilience in the challenging environments for mental health. *Wiadomosci Lekarskie*, cited by Scopus, Q – 4, SCI – 0,3. – 0.5 (engl.).
4. Краснякова А.О. Особливості впливу інформаційно-комунікаційного середовища мережі Інтернет на становлення громадянськості молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. № 6. Том 2. С. 149–153.
5. Краснякова А.О. Цифрова компетентність користувачів Інтернету: соціально-та політико-психологічні аспекти дослідження. Проблеми політичної психології : збірник наукових праць / Асоціація політичних психологів України, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України ; ред. колегія: Л. А. Найдьонова, Л. Г. Чорна, І. Г. Батраченко та ін.. Київ : Талком, 2019. Вип. 8 (22). 212 с. С. 198–210. URL: <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/40/37>
6. Краснякова А.О. Інтернет як новий комунікативний простір самоідентифікації кіберпокоління. Проблеми політичної психології : збірник наукових праць / Асоціація політичних психологів України, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України ; редакційна колегія : Л.А. Найдьонова, Л.Г. Чорна, І.Г. Батраченко та ін. Київ : Талком, 2018. Вип. 7 (21). 192 с. С. 174–184.

7. Kubov P. (1998) Multidimensional citizenship : Educational policy for the 21* Century / Patricia Kubov, David Grossman and Akira Ninomiya. Citizenship for the 21* Century : An International Perspective on Educational / John J. Cogan, Ray Derricott (eds.). London : Cogan Page. P. 115–134.
8. Levine, P., (2002) Can the Internet save democracy? Toward an on-line commons, in: Hayduk, R., Mattson, K. (Eds.): Democracy's moment: Reforming the American political systems, New York : Rowman & Littlefield, 121–137.
9. Механізми громадянської і національної самоідентифікації: трансформації комунікативних практик : монографія . І. В. Жадан, А. О. Краснякова, С. І. Позняк, О. М. Скар ; за наук. ред. І. В. Жадан ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 192 с.
10. Митина Е.В. Становление гражданской компетентности старшеклассников в учебном процессе : на материале гуманитарных дисциплин : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Тула, 2011. 25 с. URL: <http://nauka-pedagogika.com/pedagogika-13-00-01/dissertaciya-stanovlenie-grazhdanskoj-kompetentnostistarsheklassnikov-v-uchebnom-protsesse>
11. Равен Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация. Пер. с англ. Москва, «Когито-центр», 2002. 396 с.
12. Соснін О. В. Проблеми державного управління системою національних інформаційних ресурсів із наукового потенціалу України. Київ : Інститут держави і права ім. В. М. Корецького НАН України, 2003. 572 с.
13. Сулер, Дж. (2002). Управление идентификацией в киберпространстве. *Журнал прикладных психоаналитических исследований*, 4, С. 455–460.
14. Татенко В.О. Соціальна психологія впливу : монографія. Київ : Міленіум, 2008. 216 с.

References:

1. Zhuravlev A. L, Nestik T. A. (2019) Sotsial'no-psikhologicheskiye posledstviya vnedreniya novykh tekhnologiy: perspektivnyye napravleniya issledovaniy [Socio-psychological consequences of the introduction of new technologies: promising areas of research]. *Psychological journal*. Volume 40, no. 5, p. 35–47 [in Russian].
2. Zhadan, I.V. (2021) Hromadyanska kompetentnist: sotsialni ochikuvannya ta realiyi [Civic competence: social expectations and realities] Monograph / National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Institute of Social and Political Social and Political Psychology. Kyiv, 105 p. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/gk_sotr-2021.pdf [in Ukrainian].
3. I.Zhadan, O.Malkhazov, S.Poznyak Personality factors of emotional resilience in the challenging environments for mental health. *Wiadomosci Lekarskie*, cited by Scopus, Q – 4, SCI – 0,3. – 0.5 [in English].
4. Krasnyakova, A.A. (2017) Osoblyvosti vplyvu informatsiyno-komunikatsiynoho seredovyscha merezhi Internet na stanovlennya hromadyanskosti molodi [Peculiarities of the influence of the information and communication environment of the Internet on the formation of youth citizenship]. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Psychological Sciences Series*. No.6. Volume 2. P. 149–153 [in Ukrainian].
5. Krasnyakova, A.A. (2019) Tsyfrova kompetentnist' korsytuvachiv Internetu: sotsial'no-ta polityko-psykholohichni aspekty doslidzhennya [Digital competence of Internet users: socio-political and psychological aspects of research]. *Problems of political psychology: collection of scientific works / Association of Political Psychologists of Ukraine, Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*; [ed. board: LA Naidenova, LG Chorna, IG Batrachenko and others]. Kyiv: Talcom/ – Issue. 8 (22). 212 p. C. 198–210 URL: <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/40/37> [in Ukrainian].
6. Kubov P. (1998) Multidimensional citizenship : Educational policy for the 21* Century / Patricia Kubov, David Grossman and Akira Ninomiya. Citizenship for the 21* Century : An International Perspective on Educational / John J. Cogan, Ray Derricott (eds.). London : Cogan Page. P. 115–134 [in English].
7. Zhadan I. V, Krasnyakova A.O., Poznyak S.I., Sknar O.M., (2019) Mekhanizmy hromadyanskoyi i natsional'noyi samoidentyfikatsiyi: transformatsiyi komunikatyvnykh praktyk [Mechanisms of civic and national self-identification: transformations of communicative practices]. *Kropyvnytskyi : Imex-LTD*. [in Ukrainian].
8. Raven, J. (2002) Kompetentnost' v sovremennom obshchestve: vyyavleniye, razvitiye i realizatsiya. [Competence in modern society: identification, development and implementation]. Moscow, “Kogito-center” [in Russian].
9. Sosnin, O.V. (2003) Problemy derzhavnogo upravlinnya systemoyu natsional'nykh informatsiynykh resursiv iz naukovooho potentsialu Ukrayiny [Problems of state management of the system of national information resources from the scientific potential of Ukraine]. Kyiv : Institute of State and Law im. V. M. Koretsky NAS of Ukraine. 572 p. [in Ukrainian].
10. Suler, J.R. (2002). Identity Management in Cyberspace. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 4, 455–460. Available at: <http://users.rider.edu/~suler/psyber/identitymanage> [in English].
11. Tatenko, V.O. (2008) Sotsial'na psykholohiya vplyvu [Social psychology of influence]. Monograph. Kyiv : Millennium, 216 p. [in Ukrainian].

УДК 303.725.3:376:37.091.212]159.944.4-026.564

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.7>**Маргарита КУДІНОВА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри спеціальної освіти та психології,
КЗВО «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради, вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, Україна, 69017
ORCID: 0000-0002-0599-4708

Marharyta KUDINOVA

Candidate of Psychological Sciences, Assistant Professor at the Department
of Special Education and Psychology, Municipal Institution of Higher Education
“Khortytsia National Educational and Rehabilitation Academy”
of Zaporizhzhia Regional Council, 59 Naukove Mistechko str., Zaporizhzhia, Ukraine, 69017
ORCID: 0000-0002-0599-4708

**ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ
СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ****EMPIRICAL STUDY OF STRESS RESISTANCE LEVELS
OF STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS**

Актуальність емпіричного дослідження стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами обумовлюється тим, що на сьогодні не існує єдиної системи визначення рівня стресостійкості студентів, не визначені чіткі критерії та показники стресостійкості.

Мета даної статті – визначити рівні стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами; здійснити порівняльний аналіз стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами та здорових студентів.

У результаті дослідження виділено два критерії стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами: особистісний (внутрішній) та соціальний (зовнішній). Показниками сформованості критеріїв визначено нервово-психічну стійкість, домінуючий стан, загальну стресостійкість, стресостійкість у навчальній діяльності, суб'єктивне переживання щастя, стан фрустрації та життєстійкість.

Доведено, що стресостійкість студентів з ООП обумовлена їх соціальною ситуацією розвитку та умовами життєдіяльності. Встановлено, що такі студенти характеризуються нижчим рівнем нервово-психічної стійкості, більш пасивним ставленням до ситуації стресу, зниженим тонусом, неспокоєм, більшою мінливістю емоційного тону, негативним образом себе у порівнянні зі здоровими студентами. Підтверджено, що більшість студентів з ООП мають низький рівень стресостійкості, нижчий рівень суб'єктивного почуття щастя, більш виражені стани фрустрації у стресі, нижчий рівень життєстійкості, ніж здорові студенти.

Ключові слова: стрес, стресостійкість, компоненти, критерії, показники та рівні стресостійкості, внутрішні (особистісні) та зовнішні (соціальні) ресурси стресостійкості.

The relevance of the empirical study of stress resistance of students with special educational needs is highlighted by the fact that to this day there exist neither a single system for determining the level of stress resistance among students nor clear criteria and indicators of stress resistance.

The aim of this paper is to determine the levels of stress resistance of students with special educational needs as well as to carry out a comparative analysis of stress resistance of students with special educational needs and healthy students.

As a result of the research, two criteria of stress resistance of students with special educational needs were identified: personal (internal) criterion and social (external) criterion. Indicators of the formation of criteria are determined by neuropsychological stability, dominant state, general stress resistance, stress resistance in educational activities, subjective experience of happiness, frustration and vitality.

It is proved that the stress resistance of students with SEN is caused by the situation of their social development and their conditions of living. It was found out that such students are characterized by the lower level of neuropsychological stability, more passive attitude to stress, low tonus, anxiety, greater variability of emotional tone and negative self-image when compared to healthy students. It was confirmed that most students with SEN have the low level of stress resistance, lower level of subjective experience of happiness, more pronounced frustration states in stress situation, and lower levels of vitality than healthy students.

Key words: stress, stress resistance, component, criterion, indicator, level, internal (personal) and external (social) stress-resistance resources.

Актуальність дослідження. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується значними політичними, соціальними, економічними і культурними перетвореннями, що спричиняють вплив стрес-факторів на молоду людину. При цьому основною проблемою є не сам вплив стрес-факторів (оскільки існування людини неможливе без них), а їхня різноманітність за природою походження, тривалістю й інтенсивністю впливу, специфічністю реакцій.

Однією з найбільш вразливих категорій, що страждають від впливу стрес-факторів, стають студенти з особливими освітніми потребами (ООП). По-перше, вони потребують додаткової постійної чи тимчасової підтримки в освітньому процесі з метою забезпечення їх права на освіту; по-друге, різноманітність, патогенез, природа та інтенсивність стресорів, що впливають таких студентів є ширшою у порівнянні зі здоровими однолітками; по-третє, юнацький вік характеризується значною кількістю стресових ситуацій, по-четверте, сильним додатковим стресором останніх років є пандемія COVID-19.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема діагностики стресостійкості особистості активно вивчається сучасними дослідниками (D. Terrence, M. Quinn, J. Cidlowski, N. Victoria, A. Murphy, J. Sheridan, A. Андреева, С. Богданов, В. Казібекова, В. Корольчук, А. Еккерман, Я. Овсяннікова, Г. Ришко, Т. Руда, Х. Стельмашук, В. Степаненко, М. Хуторна, Т. Циганчук та ін.). Їх роботи присвячені виокремленню, обґрунтуванню критеріїв стресостійкості з різних аспектів: відповідно до сфери діяльності особистості, до умов професійної діяльності, до екстремальних ситуацій тощо.

Водночас, спеціальні дослідження, присвячені вивченню стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами, проводяться недостатньо, хоча ця проблема є надзвичайно важливою для сучасного суспільства.

Мета дослідження: визначити рівні стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами; здійснити порівняльний аналіз стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами та здорових студентів.

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення); *емпіричні* (блок методик для вивчення біологічних та особистісних ресурсів стресостійкості, а саме: методика визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі «Прогноз», тест на визначення стресостійкості особистості М. Падун, методика

діагностики стресостійкості у навчальній діяльності А. Андреевої, методика визначення домінуючого стану: короткий варіант Л. Кулікова, тест життєстійкості С. Мадді; б) блок методик, які діагностують індикатори психологічного благополуччя, зокрема поведінково-регулятивний компонент стресостійкості, а саме: методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда в адаптації О. Осницького, методика «Індекс життєвого стилю», методика «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана, методика «Шкала базисних переконань» Р. Янофф-Бульман у модифікації М. Падун, методика діагностики ірраціональних установок Елліса, «Стиль саморегуляції навчальної діяльності – ССУД-М-2011»). Статистичний аналіз здійснювався за допомогою пакету статистичних програм Statistica 6.0.

Виклад основного матеріалу. Стрес зазвичай концептуалізується як деструктивний внутрішньоособистісний емоційний досвід, який впливає особистість [7, с. 1131].

Стресостійкість – це системна характеристика особистості, що ґрунтується на сукупності вроджених і надбаних психофізіологічних якостей, складається з особистісного та поведінкового компонентів, виражається у здатності витримувати значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, керувати власними емоціями, успішно здійснювати життєдіяльність без шкідливих наслідків для здоров'я [2, с. 51]. На стресостійкість впливають індивідуальні, сімейні та соціальні фактори, які є динамічними протягом усього життя [6, с. 1].

Стресостійкість особистості складають дві групи ресурсів: зовнішні (соціальні) та внутрішні (особистісні). Внутрішні ресурси є фундаментом стресостійкості. Вони поділяються на три групи: біологічні, особистісні та поведінкові ресурси. До особистісних ресурсів входять особистісний, емоційний, когнітивний та мотиваційно-вольовий компоненти [3, с. 165]. Названі компоненти стресостійкості взаємопов'язані між собою, такий зв'язок має не сумарний, а інтегративний характер, обумовлений тим, що стресостійкість розглядається нами як системна характеристика особистості.

З метою дослідження стресостійкості студентів з ООП ми визначили критерії, показники та рівні її сформованості. Поняття «критерій» визначається як ознака, на основі якої здійснюється оцінка, визначення або класифікація чого-небудь [4, с. 59]. Критерій у психології – це ознака, за якою класифікуються, оцінюються (і одержують оцінки)

відповідним індикатором психічні явища, дії або діяльність [5, с. 164]. У контексті нашого дослідження під критеріями будемо розуміти групи ресурсів стресостійкості, які відображають її найсуттєвіші характеристики і підлягають оцінюванню.

Критерії, зазвичай, передбачають показники. Показники – це дані (характерні риси, якісні/кількісні властивості), на підставі яких можна робити висновки про результат якого-небудь процесу [1, с. 1024]. Показники, через які виражаються критерії досліджуваного об'єкта, диференціюються рівнями вимірювання та певною мірою прояву.

Розглядаючи наступну категорію нашого дослідження – рівні розвитку стресостійкості студентів з ООП, звернемо увагу на розуміння поняття «рівень». Даний термін зустрічається у психологічній літературі, коли мова йде про оцінку розвитку певної якості особистості або ступінь її сформованості. Рівнем вимірювання називають кількість або якість отримуваної інформації, результат досягнення чого-небудь [5, с. 380]. У більшості випадків дослідники вирізняють високий, середній та низький рівні сформованості (розвитку) критеріїв. На нашу думку рівень розвитку стресостійкості визначається ступенем вираженості у студентів з ООП критеріїв та показників, що входять до складу стресостійкості.

У відповідності до вищезгаданих понять, стресостійкість передбачає визначення ознак (критеріїв) і характерних особливостей (показників) розвитку, а також рівневих ступенів її вияву. Відповідно до структури стресостійкості в якості критеріїв ми виділили особистісний (внутрішній) та соціальний (зовнішній). Показниками ми визначаємо нервово-психічну стійкість, домінуючий стан, загальну стресостійкість, стресостійкість у навчальній діяльності, суб'єктивне переживання щастя, стан фрустрації та життєстійкість.

У ході дослідження, спрямованого на визначення рівнів стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами була сформована вибірка із 79 студентів комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради (експериментальна група – 35 осіб, контрольна група – 43 особи). Вивчення стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами передбачало виявлення її специфіки у порівнянні зі здоровими студентами. З цією метою виділені параметри стресостійкості були порівняні за рівнем в експериментальній групі (ЕГ – студенти з ООП) та контрольній групі (КГ – здорові студенти).

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем нервово-психічної стійкості (рис. 1).

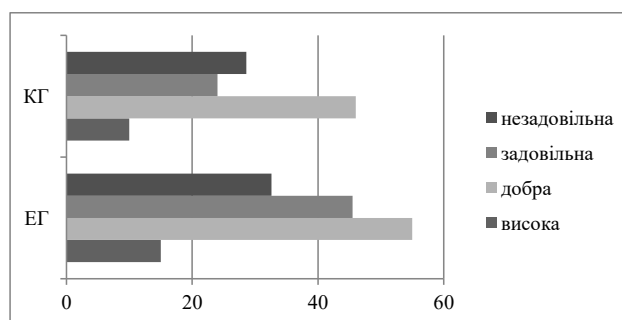


Рис. 1. Розподіл студентів за рівнем нервово-психічної стійкості

На відміну від студентів КГ, студенти ЕГ характеризуються переважно задовільним (45,5% вибірки) та незадовільним рівнем (32,6% вибірки) нервово-психічної стійкості ($\chi^2_{\text{Емп}}=73,235$, $p<0,0001$). У більшості частини студентів КГ на високому рівні розвинута нервово-психічна стійкість, на відміну від студентів ЕГ, серед яких переважає недостатній рівень нервово-психічної стійкості. Такий ключовий біологічний ресурс стресостійкості, як нервово-психічна стійкість, у студентів ЕГ має недостатній рівень розвитку.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем прояву домінуючого стану (рис. 2). За показниками активного ставлення до ситуації стресу ($\chi^2_{\text{Емп}}=40,855$, $p<0,0001$), тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=58,704$, $p<0,0001$), спокою ($\chi^2_{\text{Емп}}=35,759$, $p<0,0001$), стійкості емоційного тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,075$, $p<0,0001$), позитивного образу себе ($\chi^2_{\text{Емп}}=163,982$, $p<0,0001$) переважають студенти КГ. За рівнем задоволеності життям статистично значущих відмінностей встановлено не було ($\chi^2_{\text{Емп}}=1,808$). Отже, у ситуації стресу студенти ЕГ характеризуються меншим спокоєм, пасивністю у подоланні труднощів, більшою емоційністю, більш критичним ставленням до себе, звинувачують себе у причинах складної ситуації. Лише 2,8% студентів ЕГ мають високий рівень спокою у стресових ситуаціях (хоча серед студентів КГ цей показник сягає 24%).

Тільки 3,7% студентів ЕГ характеризуються вираженим позитивним образом Я (при цьому у здорових студентів цей показник становить 68%). Отже, студенти ЕГ загалом характеризуються гіршими показниками психічного стану – більшою тривожністю, пасивністю у подоланні труднощів, негативним самоствленням. Втім, відсутність

статистично значущих відмінностей у рівні задоволеності життям студентів контрольної та експериментальної груп вказує на ознаки кризи особистісного та професійного самовизначення.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за стресостійкістю (рис. 3).

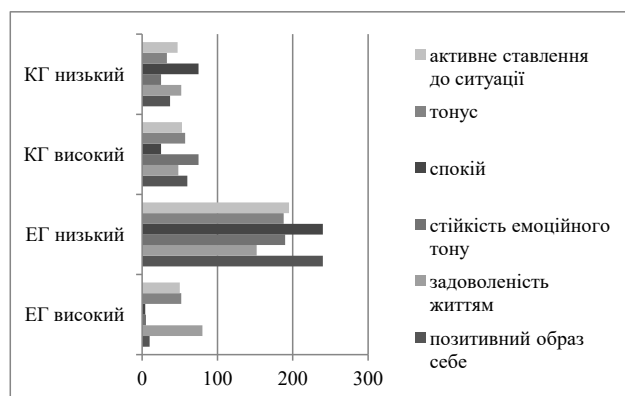


Рис. 2. Розподіл студентів за рівнем прояву домінуючого стану

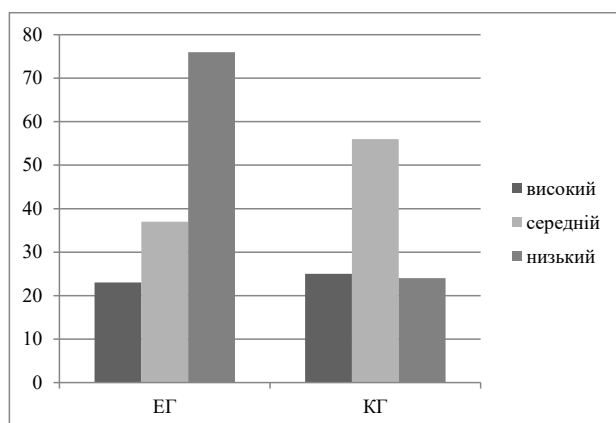


Рис. 3. Розподіл студентів за рівнем стресостійкості

Більшість студентів ЕГ (76% вибірки) мають низький рівень стресостійкості, а серед студентів КГ домінує середній рівень (56% вибірки). Відмінності між студентами за рівнем стресостійкості є статистично значущими ($\chi^2_{\text{Емп}}=96,750$, $p<0,0001$).

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за стресостійкістю у навчальній діяльності (рис. 4).

За рівнем стресостійкості у навчальній діяльності відмінностей у розподілі студентів не було встановлено ($\chi^2_{\text{Емп}}=1,334$, $p>0,05$). Більшість студентів ЕГ (38% вибірки), так само як і більшість студентів КГ (43% вибірки) мають середній рівень стресостійкості у навчальних ситуаціях.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем суб'єктивного переживання щастя (рис. 5).

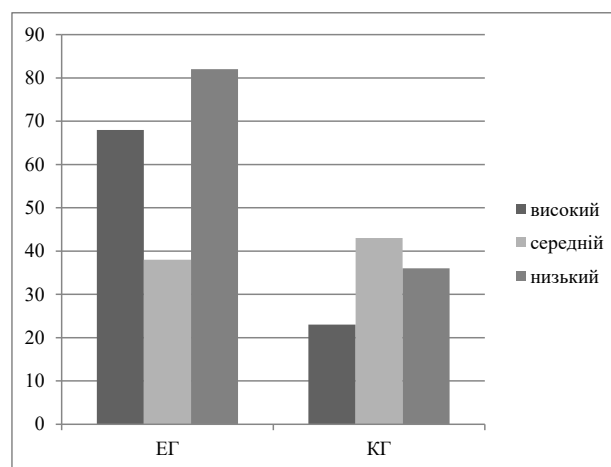


Рис. 4. Розподіл студентів за рівнем стресостійкості у навчальній діяльності

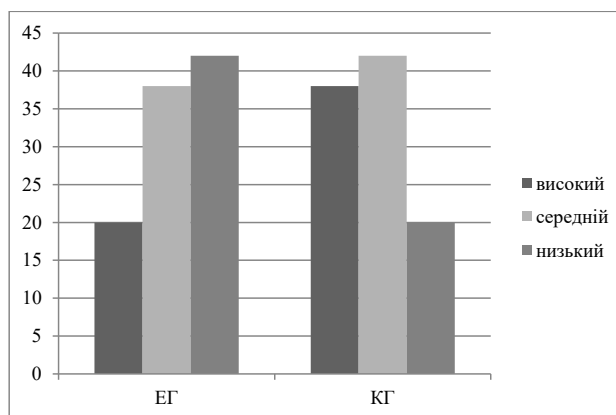


Рис. 5. Розподіл студентів за рівнем суб'єктивного переживання щастя

В студентів ЕГ встановлено перевагу середнього рівня суб'єктивного почуття щастя, на відміну від студентів КГ, в яких переважає середній та високий рівень ($\chi^2_{\text{Емп}}=19,905$, $p<0,0001$). 38% студентів ЕГ характеризуються середнім рівнем суб'єктивного щастя. Попри відсутність відмінностей за показниками задоволеності життям та загальної стресостійкості студентів контрольної та експериментальної груп, студенти КГ характеризуються більшим почуттям щастя, ніж студенти ЕГ.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем фрустрації (рис. 6).

У студентів ЕГ більш вираженими є стани фрустрації у стресі ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,353$, $p<0,0001$). 62,3% вибірки досліджуваних ЕГ характеризуються схильністю до станів фрустрації у

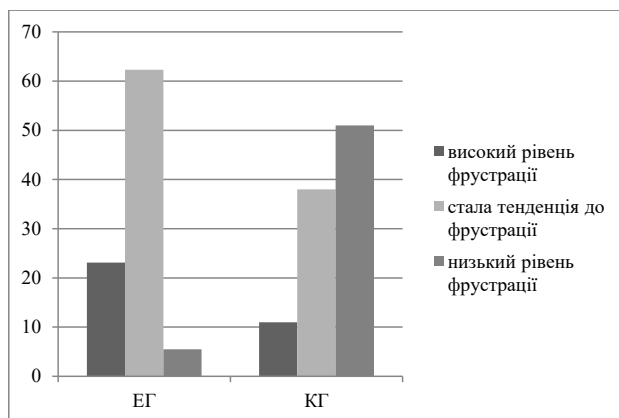


Рис. 6. Розподіл студентів за рівнем фрустрації

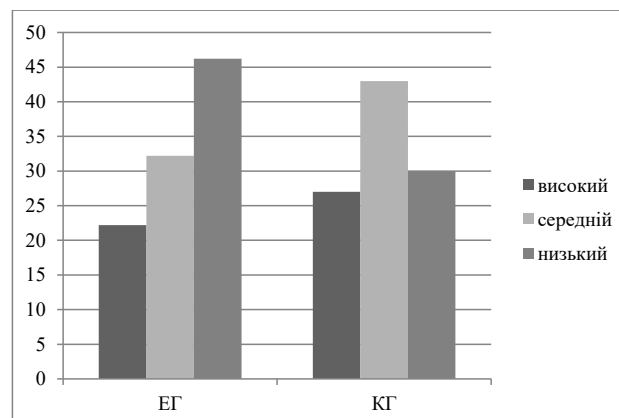


Рис. 7. Розподіл студентів за рівнем життєстійкості

стресі, а у 23,1% досліджуваних спостерігається високий рівень фрустрації. В 51% студентів КГ встановлено низький рівень фрустрації. Отже, для студентів з ООП більшою мірою властиві стани фрустрації у ситуаціях стресу. Зазначені результати підтверджують отримані вище відмінності у показниках домінуючого стану та нервово-психічної напруги на користь здорових студентів.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем життєстійкості (рис. 7). В EG переважає середній (32,2% вибірки) і низький (46,2% вибірки) рівень життєстійкості, у той час як студенти КГ характеризуються майже рівномірним розподілом життєстійкості за рівнем розвитку ($\chi^2_{\text{Емп}}=0,526$, $p>0,05$).

Отже, стресостійкість студентів з ООП має загалом нижчий рівень за більшістю показників біологічного та особистісного ресурсу у порівнянні зі здоровими студентами.

Висновки. В результаті емпіричного дослідження встановлено, що студенти з ООП характеризуються переважно задовільним (45,5% вибірки) та незадовільним рівнем (32,6% вибірки) нервово-психічної стійкості на відміну від здорових студентів, у яких переважає високий рівень стійкості ($\chi^2_{\text{Емп}}=73,235$, $p<0,0001$). За показниками активного ставлення до ситуації стресу ($\chi^2_{\text{Емп}}=40,855$, $p<0,0001$), тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=58,704$, $p<0,0001$), спокою ($\chi^2_{\text{Емп}}=35,759$, $p<0,0001$), стійкості емоційного тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,075$, $p<0,0001$), позитивного

образу себе ($\chi^2_{\text{Емп}}=163,982$, $p<0,0001$) переважають здорові студенти. Більшість студентів з ООП (76% вибірки) мають низький рівень стресостійкості, а серед здорових студентів домінує середній рівень (56% вибірки). Відмінності між студентами за рівнем стресостійкості є статистично значущими ($\chi^2_{\text{Емп}}=96,750$, $p<0,0001$). У студентів з ООП встановлено перевагу середнього рівня суб'єктивного почуття щастя, на відміну від здорових студентів, в яких переважає середній та високий рівень ($\chi^2_{\text{Емп}}=19,905$, $p<0,0001$). Більш вираженими є стани фрустрації у стресі у студентів з ООП ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,353$, $p<0,0001$). Також у них переважає середній (32,2% вибірки) і низький (46,2% вибірки) рівень життєстійкості, у той час як здорові студенти характеризуються майже рівномірним розподілом життєстійкості за рівнем розвитку ($\chi^2_{\text{Емп}}=0,526$, $p>0,05$).

Доведено, що стресостійкість студентів з ООП обумовлена їх соціальною ситуацією розвитку та умовами їх життєдіяльності. Вони характеризуються нижчим рівнем нервово-психічної стійкості, більш пасивним ставленням до ситуації стресу, зниженим тонусом, неспокоєм, більшою мінливістю емоційного тону, негативним образом себе у порівнянні зі здоровими студентами. Більшість студентів з ООП мають низький рівень стресостійкості, нижчий рівень суб'єктивного почуття щастя, більш виражені стани фрустрації у стресі, нижчий рівень життєстійкості, ніж здорові студенти.

Література:

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / голов. ред. В. Т. Бусел. Київ ; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
2. Кудінова М. С. Концепт стресостійкості у сучасному психологічному дискурсі. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. № 6 (25). С. 48–54.
3. Кудінова М. С. Структурно-компонентний аналіз феномена стресостійкості особистості. *Вісник Східноукраїнського національного університету імені В. Даля. Теоретичні та прикладні проблеми психології*. 2018. № 1 (45). С. 156–173.

4. Новиков А. М. Методология: словарь системы основных понятий. 2013. 208 с.
5. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів : словник / В. Й. Бродовська, В. О. Грушевський, І. П. Патрик. Київ : ВД «Професіонал», 2007. 512 с.
6. Green M., Piotrowska P., Tzoumakis S., Whitten T., Laurens K., Butler M., Katz I., Harris F., Carr V. Profiles of Resilience from Early to Middle Childhood among Children Known to Child Protection Services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 2021. № 23. P. 1–13.
7. Park J., Carrillo B., Mendes W. Is Vicarious Stress Functionally Adaptive? Perspective-Taking Modulates the Effects of Vicarious Stress on Future Firsthand Stress. *Emotion*. 2021. № 21(6). P. 1131–1143.

References:

1. Busel, V. T. (2005). Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy (z dod. i dopov.) [*Large explanatory dictionary of the modern Ukrainian language*]. Kyiv; Irpin: VTF «Perun» [in Ukrainian].
2. Kudinova, M. S. (2016). Kontsept stresostiikosti u suchasnomu psykholohichnomu dyskursi [*Concept «stress resistance» in modern psychological discourse*]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya «Psykhologichni nauky» – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series «Psychological Sciences», 6 (25), 48–54 [in Ukrainian].
3. Kudinova, M. S. (2018). Strukturno-komponentnyi analiz fenomena stresostiikosti osobystosti [*Structural and component analysis of stress resistance of a person*]. Visnyk Skhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu imeni V. Dalia. Teoretychni ta prykladni problemy psykholohii – "Theoretical and applied problems of psychology" Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University, 1 (45), 156–173 [in Ukrainian].
4. Novikov, A. M. (2013). Metodologiya: slovar sistemy osnovnykh ponyatiy [*Methodology: a dictionary of the system of basic concepts*]. Moskva: Librokom [in Russian].
5. Brodovska, V. Y., Hrushevskiy, V. O., Patryk, I. P. (2007). Tlumachnyi rosiisko-ukrainskyi slovnyk psykholohichnykh terminiv [*Explanatory Russian-Ukrainian dictionary of psychological terms*]. Kyiv: VD «Profesional» [in Ukrainian].
6. Green, M., Piotrowska, P., Tzoumakis, S., Whitten, T., Laurens, K., Butler, M. et al. (2021). Profiles of Resilience from Early to Middle Childhood among Children Known to Child Protection Services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 23, 1–13 [in English].
7. Park, J., Carrillo, B., Mendes, W. (2021). Is Vicarious Stress Functionally Adaptive? Perspective-Taking Modulates the Effects of Vicarious Stress on Future Firsthand Stress. *Emotion*, 21(6), 1131–1143 [in English].

УДК 316.62:378-057.87

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.8>**Ольга ЛОСІЄВСЬКА**

доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології та соціології,
Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля,
просп. Центральний, 59-А, м. Сєверодонецьк, Україна, 93400
ORCID: 0000-0002-6113-7997

Анна ЛЯШКО

здобувачка освітньо-кваліфікаційного рівня «Бакалавр»,
Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля,
просп. Центральний, 59-А, м. Сєверодонецьк, Україна, 93400
ORCID: 0000-0001-9143-4231

Olga LOSIYEVSKA

Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor at the Department
of Psychology and Sociology, Volodymyr Dahl East Ukrainian National University,
59-A Central Avenue, Severodonetsk, Ukraine, 93400
ORCID: 0000-0002-6113-7997

Anna LYASHKO

Candidate of the Educational and Qualification Level “Bachelor”,
Volodymyr Dahl East Ukrainian National University,
59-A Central Avenue, Severodonetsk, Ukraine, 93400
ORCID: 0000-0001-9143-4231

НЕКОНФЛІКТНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК СКЛАДОВА УСПІШНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ

NON-CONFLICT ENVIRONMENT OF THE INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION AS A COMPONENT OF SUCCESS OF THE ORGANIZATION OF EDUCATIONAL SPACE

У статті подано результати дослідження актуальної для сучасної педагогічної психології, теми – неконфліктного середовища закладу вищої освіти як складової успішності організації освітнього простору та визначено тенденції створення конструктивного освітнього процесу.

Освітній простір – поняття, що є важливою характеристикою освітнього процесу та відображає основні етапи та закономірності розвитку освіти як фундаментальної характеристики суспільства, його культурної діяльності; це простір, що поєднує ідеї освіти та виховання, що утворює освітню довжину з освітніми подіями, явищами з трансляції культури, соціального досвіду, особистісних смислів новому поколінню.

Постійні зміни, які відбуваються в системі вищої освіти, безпосередньо впливають на навчальну та педагогічну діяльність. Тому сьогодні проблема вирішення конфліктних ситуацій досить актуальна. Управління та конструктивне вирішення конфліктів виявляється затребуваним в полікультурному просторі закладу вищої освіти.

У статті розкриваються причини виникнення, суть та управління соціальними конфліктами в системі вищої освіти.

У статті проаналізовано підходи до вивчення особистісних схильностей до конфліктної поведінки, виявлено певні стилі вирішення конфліктної ситуації.

Метою роботи є дослід неконфліктного середовища закладу вищої освіти як складової успішності організації освітнього простору.

Наукова новизна. Важливим питанням успішності освітнього процесу є проблема конфліктів у системі вищої освіти. Уміння оптимально поводитися у конфліктних ситуаціях передбачає розуміння причин виникнення конфліктів, психологічних процесів їхньої дії. Знання стратегій вирішення конфліктів потрібно для того, щоб у будь-якій конкретній ситуації ухвалити правильне рішення.

Висновки. Теоретично обґрунтовано неконфліктне середовище закладу вищої освіти як складової успішності організації освітнього простору. Показано особистісні схильності до конфліктної поведінки,

виявлені стилі вирішення конфліктної ситуації, що підтверджено результатами дослідження головної стратегії поведінки у конфлікті.

Ключові слова: викладач, здобувач вищої освіти, конфлікт, медіація, стратегії поведінки у конфлікті.

The article presents the results of research relevant to modern pedagogical psychology, the topic – non-conflict environment of higher education as a component of the success of the organization of educational space and identifies trends in creating a constructive educational process.

Educational space – a concept that is an important characteristic of the educational process and reflects the main stages and patterns of development of education as a fundamental characteristic of society, its cultural activities; it is a space that combines the ideas of education and upbringing, forming an educational length with educational events, phenomena of cultural transmission, social experience, personal meanings to the new generation.

The constant changes taking place in the system of higher education directly affect the educational and pedagogical activities. Therefore, today the problem of resolving conflict situations is quite relevant. Conflict management and constructive resolution is in demand in the multicultural space of higher education.

The article reveals the causes, nature and management of social conflicts in the higher education system.

Approaches to the study of personal tendencies to conflict behavior are analyzed, certain styles of conflict resolution are identified.

The purpose of the article is to study the non-conflicting environment of higher education institutions as part of the success of the organization of educational space.

Scientific novelty. An important issue for the success of the educational process is the problem of conflicts in the higher education system. The ability to behave optimally in conflict situations involves understanding the causes of conflicts, the psychological processes of their action. Knowledge of conflict resolution strategies is needed in order to make the right decision in any particular situation.

Conclusions. The non-conflict environment of a higher education institution as a component of the success of the organization of educational space is theoretically substantiated. The personal tendencies to conflict behavior are shown, styles of the decision of the conflict situation are revealed that is confirmed by results of research of the main strategy of behavior in the conflict.

Key words: teacher, higher education seeker, conflict, mediation, behavioral strategies in conflict.

Актуальність дослідження. Назараз здійснюється системна трансформація сфери освіти для забезпечення її нової якості. Мета системи вищої освіти – всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства.

Несприятливе соціальне середовище в системі освіти негативно впливає на психічний стан людини, призводить до зниження її мотивації до навчання, працездатності, стимулює до виникнення негативних емоційних переживань, викликає зростання агресивності, напруженості.

Згідно статті 58 Закону України «Про вищу освіту»: «Обов'язки науково-педагогічних, наукових і педагогічних працівників» зазначено, що науково-педагогічні працівники закладу вищої освіти зобов'язані дотримуватися норм педагогічної етики, дотримуватися в освітньому процесі академічної доброчесності та забезпечувати її дотримання здобувачами вищої освіти» [7].

У статті 63 Закону України «Про вищу освіту»: «Обов'язки осіб, які навчаються у закладах вищої освіти» зазначено, що особи, які навчаються у закладах вищої освіти зобов'язані виконувати вимоги освітньої (наукової) програми, дотримуючись академічної доброчесності, та досягати визначених для відповідного рівня вищої освіти результатів навчання» [7].

Об'єкт дослідження – неконфліктне середовище закладу вищої освіти.

Предмет дослідження – неконфліктне середовище закладу вищої освіти як складова успішності організації освітнього простору.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та експериментальний дослід неконфліктного середовища закладу вищої освіти як складової успішності організації освітнього простору.

Завдання дослідження:

1. Теоретично розглянути поняття неконфліктного середовища закладу вищої освіти як складової успішності організації освітнього простору.

2. Емпірично дослідити конфліктні ситуації, що виникають в освітньому просторі.

3. Статистичне представлення результатів дослідження.

Конфлікт – явище соціальне, що породжується самою природою суспільного життя. Він безпосередньо висловлює ті чи інші сторони соціального буття, місце і роль людини в ньому [4].

Існує досить багато досліджень, присвячених проблемі діагностики поведінки людей у конфлікті. Нею займалися такі вчені, як Адам Сміт (вивчив конфлікт як багаторівневе соціальне явище), Курт Левін (розробив теорію групової динаміки), Конрад Лоренц (розробив теорії конфлікту) та багато інших, Кеннет Томас (виділив п'ять основних типів поведінки людей у конфліктних ситуаціях і розробив методіку для визначення схильності людини до одного з цих типів).

Існує чотири види взаємодії у системі вищої освіти: «здобувач-викладач»; «здобувач-здобувач»; «викладач-здобувач»; «викладач-викладач» [3].

У взаємовідносинах «викладач-здобувач» ми розуміємо цілеспрямовану взаємодію суб'єктів педагогічного процесу, яка детермінована метою та завданнями сумісної навчальної діяльності, визначається як загальними психологічними механізмами, так і чітко визначеними соціально-рольовими функціями партнерів, особливостями та закономірностями педагогічного спілкування в умовах вищого навчального закладу [5].

Через незнання психологічних властивостей один одного, у системі вищої освіти іноді виникають конфліктні ситуації, які негативно впливають на навчальний процес, атмосферу у колективі тощо.

Найбільш повні та правильні уявлення один про одного, адекватна оцінка відносин формуються в умовах творчого ділового співробітництва. Конструктивні стосунки з викладачем підвищують пізнавальну активність та інтерес до майбутньої професійної справи, сприяють виробленню освітньої навчальної траєкторії здобувача вищої освіти. Натомість деструктивні взаємини – можливе джерело підвищення особистісної тривожності здобувача вищої освіти, ситуативний рівень якої залежить від того, якому типу педагогічного спілкування він віддає перевагу і як він оцінює свої стосунки з викладачем [1].

Найбільш поширена причина конфліктів між здобувачами вищої освіти та викла-

дачами – неадекватність оцінювання знань. У таких ситуаціях суб'єктивною стороною можуть бути необ'єктивні претензії здобувача на більш високу оцінку та суб'єктивність викладача, який здійснює контроль повноти знань [2].

Тож, якщо між здобувачем вищої освіти та викладачем все ж сформувалися ситуації непорозуміння, потрібно звернути свою увагу на стратегії вирішення конфліктних ситуацій. Вирішення цих проблем порушує питання побудови безпечного конструктивного освітнього процесу, який передбачає впровадження в систему освіти технології вирішення конфліктів шляхом співробітництва, або шляхом альтернативного методу вирішення конфлікту – медіації.

Медіація передбачає залучення посередника, який допомагає сторонам конфлікту проаналізувати ситуацію таким чином, щоб сторони самостійно змогли обрати той варіант рішення, який задовольнить інтереси і потреби обох учасників спору.

Кен Томас та Ральф Кілмен розробили класифікацію основних стратегій поведінки у конфліктній ситуації. Вони виділяють п'ять основних стилів поведінки під час конфлікту: пристосування, компроміс, співпраця, ігнорування, протистояння (конкуренція) [8].

Система дозволяє оцінити будь-якої людині його власний стиль вирішення конфлікту. Стратегія поведінки у конфлікті визначається тією мірою, у якій учасники конфлікту хочуть задовольнити власні інтереси та інтереси іншої сторони.

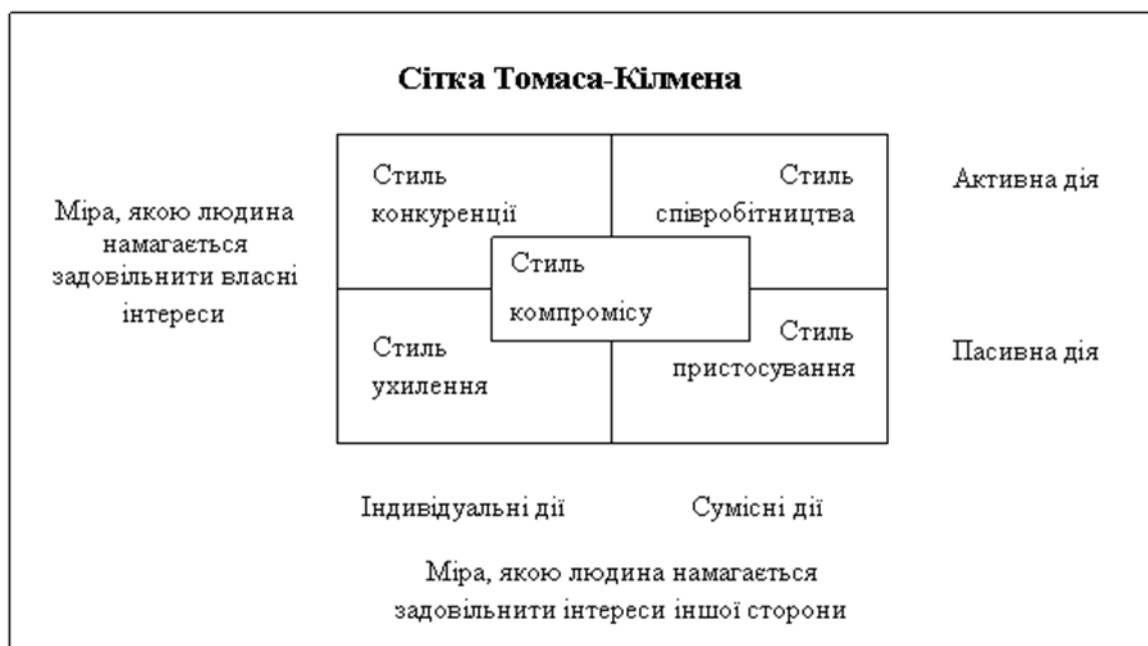


Рис. 1. Сітка Томаса-Кілмена

Суть різних стратегій поведінки у конфлікті добре відбивається на координатній сітці, де на абсцисі фіксується рівень спрямованості інтересів інших людей, залучених у конфлікт, а в ординаті – рівень спрямованості за власні інтереси (див. рис. 1).

При аналізі конфліктів за допомогою той чи іншої моделі слід враховувати, що рівень спрямованості за власні інтереси чи інтереси суперника залежить від трьох обставин: зміст предмета конфлікту; цінності міжособистісних відносин; індивідуально-психологічні особливості особистості [12].

Здобувач вищої освіти та викладач як суб'єкти взаємодії відчувають потребу у встановленні та розширенні зв'язків для визначення найбільш значущих областей взаємодії, що передбачає взаємну зацікавленість у кінцевому результаті – підготовку кваліфікованого фахівця. Якість навчання при цьому безпосередньо залежить від якості взаємин викладачів та здобувача [13].

Виклад основного матеріалу. На основі теоретично обґрунтованої проблеми було проведено емпіричне дослідження, де застосовувалася методика Томаса – Кілмена, яка призначена вивчити особистісні схильності до конфліктної поведінки, виявити певні стилі вирішення конфліктної ситуації.

Дослідження проводилось на базі Університетського центру медіації Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля протягом 2020 – 2021 років. У дослідженні взяли участь 150 респондентів (див. рис. 2.)

Результати дослідження головної стратегії поведінки у конфлікті:

Здобувачі вищої освіти: протистояння – 3,8 (12%); співпраця – 8,3 (28%);

компроміс – 7,1 (25%); уникнення – 7,5 (20%); пристосування – 4,5 (15%).

Викладачі: протистояння – 2,4 (8%); співпраця – 9,5 (35%); компроміс – 9,1 (30%); уникнення – 2,1 (7%); пристосування – 6,2 (20%).

Стратегії поведінки у конфлікті:

– протистояння – людина, що використовує цей стиль, наполеглива і не поступлива, її стиль спрямований на вплив. Людина задовольняє свої власні інтереси за рахунок іншої людини, використовуючи для цього весь вплив, який є доцільним для завоювання позицій опонента [6].

– співпраця – людина, яка використовує цей стиль, є наполегливою і співпрацює одночасно. При співпраці людина намагається працювати з іншою людиною над пошуком рішень, що повністю задовольняють інтереси обох сторін [6].

– компроміс полягає в тому, щоб знайти доцільне, взаємоприйнятне рішення, яке частково задовольняє обидві сторони. Компроміс може означати угоду, взаємні поступки або пошук швидкої помірної позиції [6].

– уникнення. Людина, яка використовує цей стиль, є нерішучою і не поступливою. За уникнення людина не переслідує ні власні інтереси, ні інтереси іншої людини. Вона не вирішує конфлікту. Уникнення може приймати форму дипломатичного ухилення від вирішення питання, відкладання питання «до найкращих часів» або просто виходу з загрозованої ситуації [6].

– пристосування. Людина, що використовує стиль пристосування, є нерішучою і співпрацюючою – цей стиль є протилежністю протистоянню. При використанні стилю пристосування людина нехтує власними



Рис. 2. Розподіл результатів дослідження за методикою Томаса – Кілмена

інтересами, щоб задовольнити інтереси іншої людини; цьому стилю притаманний елемент самопожертви [6].

Висновки.

1. Теоретично розглянуто поняття неконфліктного середовища закладу вищої освіти як складової успішності організації освітнього простору.

2. Експериментально досліджено головну стратегію поведінки у процесі взаємодії здобувачів вищої освіти та викладачів.

3. Статистичні результати надають можливість стверджувати, що неконфліктне середовище – це позиції взаємодії, які передбачають взаємну зацікавленість у професійному становленні майбутнього фахівця.

Література:

1. Барінова Л.Я. Психологічна компетентність особистості. Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. *Психологія*. 2014. С. 29–34.
2. Бучинська Т.В. Сутність та складові професійної компетентності персоналу в умовах конкуренції. *Економічний аналіз*. 2014. С. 228–233.
3. Відповідальність як чинник адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі / Т.Г. Дріга, В.Ю. Завацький, О.Г. Лосієвська та ін. ; за ред. Н.Є. Завацької. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2016. 240 с.
4. Гарькавець С., Полуєктова К. Проблема соціальних конфліктів, психологічні наслідки та шляхи подолання. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. С. 110–117.
5. Гарькавець С. Соціально-психологічні впливи та процес соціалізації особистості в умовах трансформаційних змін. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2014. С. 27–31.
6. Гришина Н.В. Психологія конфлікту. 2008. 544 с.
7. Закон України «Про вищу освіту». URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
8. Ковальчук В.В. Сутнісно-змістовна характеристика категорії «професійна компетентність» як показника рівня фахової підготовки. *Магістратура в умовах євроінтеграційних процесів вищої школи: зб. наук. праць* / за заг. ред. С.С. Вітвицької, Н.М. Мирончук. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2013. С. 65–68.
9. Лосієвська О.Г. Психологічні засади розвитку комунікативних компетенцій професіоналізму майбутнього фахівця гуманітарного профілю : монографія. К. : ПВТП «LAT&K», 2020. 320 с.
10. Оліфіра Л. Проблема формування управлінської компетентності керівників закладів освіти в психолого-педагогічних дослідженнях. URL: <http://tme.uuo.edu.ua/docs/3/10olippr.pdf>.
11. Психологічні засади подолання наслідків професійного стресу / В.В. Байдик, Ю.А. Завацький, О.Г. Лосієвська та ін. ; за ред. Н.Є. Завацької. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2016. 240 с.
12. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб. : Речь, 2007. 350 с.
13. Сікорський П.І. До проблеми формулювання поняття «компетентність» і «компетенція». *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2014. № 6. С. 7–15.

References:

1. Barinova, L.Y. (2014). *Psykhologichna kompetentnist osobystosti [Psychological competence of the individual]* [in Ukrainian].
2. Buchynska, T.V. (2014). *Sutnist ta skladovi profesiinoi kompetentnosti personalu v umovakh konkurentsii [The essence and components of professional competence of staff in a competitive environment]* [in Ukrainian].
3. Driha, T.H., Zavatskyi, V.Yu., & Losiyevska, O.H. (2016). *Vidpovidalnist yak chynnyk adaptatsii studentiv do navchannia u vyshchomu navchalnomu zakladi [Responsibility as a factor in the adaptation of students to study in higher education]*. N. Ye. Zavatska (Ed.). Sievierodonetsk: Vyd-vo SNU im. V. Dalia [in Ukrainian].
4. Harkavets, S., & Poluektova, K. (2018). *Problema sotsialnykh konfliktiv, psykhologichni naslidky ta shliakhy podolannia [The problem of social conflicts, psychological consequences and ways to overcome]. Teoretychni i prykladni problemy psykhologii – Theoretical and applied problems of psychology* (pp. 110-117) [in Ukrainian].
5. Harkavets, S. (2014). *Sotsialno-psykhologichni vplyvy ta protses sotsializatsii osobystosti v umovakh transformatsiinykh zmin [Socio-psychological influences and the process of socialization of the individual in the conditions of transformational changes]*. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka [in Ukrainian].
6. Hryshyna, N.V. (2008). *Psykhologhiia konfliktu [Psychology of conflict]* [in Ukrainian].
7. Zakon Ukrainy «Pro vyshchu osvitu» [Law of Ukraine “On Higher Education”]. (n.d.). zakon2.rada.gov.ua. Retrieved from <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> [in Ukrainian].
8. Kovalchuk, V.V. (2013). *Sutnisno-zmistovna kharakterystyka katehorii «profesiina kompetentnist» yak pokaznyka rivnia fakhovoi pidhotovky [Essential and substantive characteristics of the category “professional competence” as an indicator of the level of professional training]*. *Mahistratura v umovakh yevrointehratsiinykh*

protsesiv vyshchoi shkoly – Master's degree in the conditions of European integration processes of higher school. S.S. Vitvytskoi, & N.M. Myronchuk (Ed.). Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU imeni Ivana Franka [in Ukrainian].

9. Losiyevska, O.H. (2020). *Psykhologichni zasady rozvytku komunikatyvnykh kompetentsii profesionalizmu maibutnoho fakhivtsia humanitarnoho profilu [Psychological bases of development of communicative competences of professionalism of the future specialist of a humanitarian profile]*. K. : PVTP «LAT&K» [in Ukrainian].

10. Olifira, L. Problema formuvannya upravlinskoi kompetentnosti kerivnykiv zakladiv osvity v psykhologo-pedahohichnykh doslidzhenniakh [The problem of formation of managerial competence of heads of educational institutions in psychological and pedagogical research]. *tme.umo.edu.ua*. Retrieved from <http://tme.umo.edu.ua/docs/3/10olippr.pdf> [in Ukrainian].

11. Baidyk, V.V., Zavatskyi, V.Yu., & Losiyevska, O.H. (2016). *Psykhologichni zasady podolannia naslidkiv profesiinoho stresu [Psychological principles of overcoming the effects of occupational stress]*. N. Ye. Zavatska (Ed.). Sievierodonetsk: Vyd-vo SNU im. V. Dalia [in Ukrainian].

12. Sydorenko, E.V. (2007). *Metody matematicheskoy obrabotki v psihologii [Methods of mathematical processing in psychology]*. SPb. : Rech [in Russian].

13. Sikorskyi, P.I. (2014). Do problemy formuluvannya poniat «kompetentnist» i «kompetentsiia» [The problem of formulating the concepts of “competence” and “competence”]. *Pedahohika i psykhohiia profesiinoi osvity – Pedagogy and psychology of vocational education, 6* [in Ukrainian].

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.9>**Яна ПОНОМАРЕНКО**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціології та психології, Харківський національний університет внутрішніх справ, просп. Льва Ландау, 27, Харків, Україна, 61080
ORCID: 0000-0002-3374-3930

Yana PONOMARENKO

Candidate of Psychological Sciences (Ph.D.), Associate Professor at the Department of Sociology and Psychology, Kharkiv National University of Internal Affairs,
27 Lva Landau Avenue, Kharkiv, Ukraine
ORCID: 0000-0002-3374-3930

ЕМОЦІЙНА СКЛАДОВА У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З РІЗНИМ РІВНЕМ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ

EMOTIONAL COMPONENT IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF POLICE OFFICERS WITH DIFFERENT LEVELS OF PROFESSIONAL SELF-FULFILLMENT

Презентовано результати теоретичного огляду закордонних наукових джерел щодо проблеми емоцій у професійній діяльності поліцейських. Наведені результати емпіричного дослідження емоційної сфери працівників поліції в контексті їх професійного самоздійснення. **Мета дослідження** – виявити специфіку емоцій у професійній діяльності в поліцейських з різним рівнем професійного самоздійснення (ПС). **Завданнями** дослідження виступили: 1) теоретичний аналіз закордонних досліджень, що висвітлюють роль емоцій у професійній діяльності поліції; 2) встановлення особливостей емоцій та бажаних переживань у поліцейських з різним рівнем професійного самоздійснення. **Наукова новизна дослідження** полягає у деталізації ролі емоцій в контексті професійної діяльності поліцейських. **Вибірка дослідження**. Вибірку склали 72 поліціанти. На ґрунті даних, отриманих із використанням методики «Опитувальник професійного самоздійснення» О. Кокуна із застосуванням кластерного аналізу за принципом k – середніх було сформовано групи респондентів з низьким, середнім та високим рівнем професійного самоздійснення. Вибірку склали 72 поліціанти. Низький рівень ПС було виявлено у 24 осіб, середній рівень діагностовано у 28 осіб, високий рівень визначено у 20 осіб. До подальшого дослідження були залучені поліцейські з низьким рівнем професійного самоздійснення (перша група) та з високим рівнем (друга група). Для виявлення у поліцейських з різним рівнем ПС емоційних станів, які супроводжують несення ними служби, було задіяно методику «Шкала оцінки значущості емоцій» Б. Додонова. **Висновки**. Емпірично встановлено, що високий рівень професійного самоздійснення поліцейських знаходить свій вираз у пріоритетності та більшій бажаності таких емоційних переживань як «Радісне хвилювання, нетерпіння», «Задоволення, гордість, коли можеш довести свою цінність як особистості та фахівця», «Активний інтерес до нового» та «Почуття краси та гармонійності при сприйнятті різних об'єктів та явищ», тобто, емоцій акумулятивного, практичного, гностичного та естетичного змісту, що є менш характерним для досліджуваних з низьким рівнем професійного самоздійснення.

Ключові слова: бажані переживання, емоції, емоційна сфера, поліцейські, професійна діяльність, професійне самоздійснення.

The results of the theoretical review of foreign scientific sources on the problem of emotions in the professional activities of police officers are presented. The results of an empirical study of the emotional sphere of police officers in the context of their professional self-fulfillment are provided. The purpose of the study is to identify the specifics of emotions in professional activities in police officers with different levels of professional self-fulfillment (SF). The objectives of the study were: 1) theoretical analysis of foreign research, highlighting the role of emotions in the professional activities of the police; 2) establishing the characteristics of emotions and desired experiences in police officers with different levels of professional self-fulfillment. The scientific novelty of the study is to detail the role of emotions in the context of professional activities of police officers. Sampling of the study. The sample consisted of 72 police officers. Based on the data obtained using the method of "Questionnaire of professional self-fulfillment" by O. Kokun using cluster analysis on the principle of k – means, groups of respondents with low, medium and high levels of professional self-fulfillment were formed. The sample consisted of 72 police officers. Low levels of SF were found in 24 persons, medium levels were diagnosed in 28 subjects, and high levels were found in 20 respondents. Police officers with a low level of professional self-fulfillment (first group) and with a high level (second group) were involved in further research. "Emotion Significance Rating Scale" by B. Dodonov was used to identify emotional states in police officers with different levels of SF that accompany their service. Conclusions. It is empirically

established that the high level of professional self-fulfillment of police officers is reflected in the priority and greater desirability of such emotional experiences as "Joyful excitement, impatience", "Pleasure, pride when you can prove your worth as a person and specialist", "Active interest in the new" and "Sense of beauty and harmony in the perception of various objects and phenomena", ie, emotions of acquisitive, practical, gnostic and aesthetic content, which is less characteristic of subjects with a low level of professional self-fulfillment.

Key words: *desired experiences, emotions, emotional sphere, policemen, professional activity, professional self-fulfillment.*

Постановка проблеми. Професія поліцейського є унікальною діяльністю у порівнянні з іншими професіями, оскільки її специфіка визначається такими специфічними умовами виконання як одночасна зовнішня (правова) та внутрішня (моральна) регламентація, складність завдань, ризикованість та невизначеність, що обумовлює її винятковий характер. Найбільш детальний аналіз проблеми емоційної складової професійної діяльності поліцейських презентують наукові напрацювання закордонних вчених, котрі дозволяють збагатити теоретичне розуміння означеної проблеми та розкрити її у різних ракурсах. Готовність працівника поліції до цілковитої самовіддачі у професії, налаштованість на подолання екстремальних ситуацій та прийняття ризику вимагають високого рівня психічної та емоційної стійкості від представників цієї професійної групи. Прагнення влади всі свої зусилля у роботу та наполегливість у розв'язанні складних, емоційно навантажених завдань виступають важливими ознаками компетентності висококваліфікованого працівника поліції, котрий здатен забезпечити дотримання правопорядку, захист прав та свобод людей відповідно до вимог Закону. Отже, доцільним та актуальним виступає питання емпіричного вивчення емоційних контекстів діяльності поліцейських на українській вибірці, що дозволить вдосконалити розуміння психологічної сутності практики поліціювання у сучасних вітчизняних реаліях.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Історично так склалося, що особистість працівника поліції була, є і продовжує залишатися у фокусі активної уваги численних представників академічної спільноти. Наявні наукові праці важливою ознакою професії поліцейського визначають «надзвичайний позитивний стан душі, котрий нерозривно пов'язаний з діяльністю, котра вимагає принциповості, відданості та енергійності» [10, с.74]. Вивчення специфіки поліцейської діяльності розгортається у широкому діапазоні проблем: від дослідження таких багатривневих феноменів як поліцейська культура та системний (інституційний) расизм у практиці поліціювання [11] до вивчення питань, пов'язаних із психологічними характеристиками поліціантів, таких, як, наприклад

їх психологічне благополуччя, стійкість до стресу тощо [12]. Теоретичний аналіз закордонної літератури дозволяє констатувати, що значна кількість досліджень зосереджена на вивченні найбільш помітних та суспільно-важливих аспектів поліцейської діяльності, тоді як наукові розвідки, спрямовані на встановлення специфіки численних психологічних особливостей суб'єктів поліцейської діяльності не відбивають всієї їх різноманітності. Наприклад, J. Roach з колегами до таких істотних особливостей віднесли специфіку емоційного стресу, який відчувають поліцейські під час розслідування кримінальних злочинів, пов'язаних з вбивством дітей [9]. У подальших дослідженнях J. Roach у співавторстві з A. Cartwright наголошують, що найменш вивченими залишаються психологічні аспекти діяльності представників поліцейських служб, котрі працюють під прикриттям. Автори зазначають, що завдання, котрі обумовлюють необхідність поліцейського діяти в умовах прикриття, впливають на його психологічний та емоційний стан, що інколи призводить до цілковитого стирання межі від реальності до професійної «легенди». У журналі «Policing: A Journal of Policy and Practice» дослідники навели статистичні дані за 2020 рік, котрі демонструють, що у поліції Великобританії за останні 10 років майже вдвічі зросла кількість лікарняних серед поліцейських, при цьому 8% поліцейських вимушені були взяти лікарняний через психологічні проблеми [1]. Благодійна організація для діючих працівників поліції, ветеранів служби, волонтерів, членів родини поліцейських «Police Care UK» опублікувала результати дослідження Кембриджського університету, в якому прийняли участь 16 857 поліцейських. Отримані дані свідчать, що 20 % працівників поліції мають ознаки посттравматичного стресу [8]. Наведені факти розкривають ймовірний вплив поліцейської діяльності на особистість правоохоронця, котрий відбивається у негативних трансформаціях стану суб'єктивного благополуччя, психологічного здоров'я та професійному здійсненні поліцейського. Роботи M. Christopher з колегами [2] та A. Eddy зі співавторами [4] демонструють, що у поліцейській спільноті присутня культура придушення емоцій та негативних

почуттів, яка обмежує готовність поліцейських до звернення за кваліфікованою психологічною допомогою. Як вважає група дослідників на чолі з В. Loftus, особливо гостро дана проблема виникає у жінок-поліцейських, котрі повсякчас повинні доводити свою стійкість та витримку на рівні з чоловіками-поліцейськими [7]. Китайські дослідники Т. Liu, X. Zeng, M.R. Chen та Т. Lan доходять до висновку, що проблема емоційного благополуччя та стабільності поліцейських набула широких масштабів у Китаї. Дослідники зазначають, що окрім великого ступеню ризику, китайська поліція має суворі правила роботи, доволі часто вони вимушені працювати понаднормово, що неодмінно призводить до виникнення психологічного тиску, фізичного, психологічного та емоційного виснаження [6]. Водночас, науковцями встановлено, що працівники поліції, котрі мають високий рівень емоційної самоефективності є більш здатними протистояти негативним емоціям у професії та адекватно на них реагувати. Здатність до регуляції емоцій у професійній діяльності виступає чинником впевненості поліцейських у собі та здатності до подолання труднощів у професії. А. Goswami з колегами констатують, що психологічно комфортна атмосфера виступає необхідною умовою формування сприятливого професійного середовища та позитивізує емоційні реакції працівників поліції, котрі сприяють більшій залученості у діяльність [5]. Суголосну думку висловлюють М. Yuan зі співавторами, які зазначають, що актуалізація позитивних психологічних ресурсів поліцейський посилює сприятливе емоційне сприйняття ними роботи [13]. А. Costantini з колегами підкреслюють, розвиток налаштованості працівників на виокремлення емоційно позитивних аспектів ситуації істотно впливає на їх зді-

бності успішно переживати складні події та формує професійну ідентичність [3].

Мета дослідження – виявити специфіку емоцій поліцейських у професійній діяльності з різним рівнем професійного самоздійснення (ПС). **Завданнями** дослідження виступили: 1) теоретичний аналіз закордонних досліджень, що висвітлюють роль емоцій у професійній діяльності поліції; 2) встановлення особливостей емоцій та бажаних переживань у поліцейських з різним рівнем професійного самоздійснення. **Наукова новизна дослідження** полягає у деталізації ролі емоцій в контексті професійної діяльності поліцейських.

Виклад основного матеріалу дослідження. Використання методики «Опитувальник професійного самоздійснення» О. Кокуна та застосування кластерного аналізу за принципом k – середніх дозволило сформувати групи респондентів з низьким, середнім та високим рівнем ПС. Вибірку склали 72 поліціанти. Низький рівень ПС було виявлено у 24 осіб, середній рівень – у 28 осіб, високий рівень визначено у 20 осіб. До подальшого дослідження були залучені поліцейські з низьким рівнем ПС (перша група) та з високим рівнем (друга група). Для виявлення у поліцейських з різним рівнем ПС емоційних станів, які супроводжують несення ними служби, було задіяно методику «Шкала оцінки значущості емоцій» Б. Доднова. Кількісна обробка результатів здійснювалася за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок.

Результати досліджень. Отримані показники емоційних проявів та бажаних переживань у поліцейських з різним рівнем ПС надані в таблиці 1.

Встановлено, що за шкалами «Радісне хвилювання, нетерпіння», «Задоволення, гордість,

Таблиця 1

Бажані переживання в групах поліцейських з різним рівнем професійного самоздійснення (M±σ)

Показники	Перша група	Друга група	t	p
Почуття незвичайного в невизначеній, незнайомій ситуації	4.58 ± 1.21	6.04 ± 1.27	0.83	-
Радісне хвилювання, нетерпіння	4.59 ± 1.17	7.88 ± 1.13	2.02	0.05
Радісне збудження при досягненні успіхів на роботі	3.69 ± 1.10	3.54 ± 1.06	0.10	-
Задоволення, гордість, коли можеш довести свою цінність як особистості та фахівця	3.70 ± 1.14	6.98 ± 1.10	2.07	0.05
Веселощі, безтурботність, відчуття безпеки та комфорту	4.88 ± 1.19	7.76 ± 1.15	1.74	-
Почуття радості, коли можеш зробити щось корисне	3.82 ± 1.18	3.08 ± 1.16	0.45	-
Активний інтерес до нового	4.11 ± 1.08	7.47 ± 1.15	2.13	0.05
Бойове збудження в ситуації небезпеки	6.94 ± 1.17	7.19 ± 1.14	0.15	-
Радість, симпатія	5.66 ± 1.19	3.92 ± 1.25	1.01	-
Почуття краси та гармонійності при сприйнятті різних об'єктів та явищ	4.50 ± 1.15	7.69 ± 1.14	2.03	0.05

коли можеш довести свою цінність як особистості та фахівця», «Активний інтерес до нового» та «Почуття краси та гармонійності при сприйнятті різних об'єктів та явищ» поліцейські з високим рівнем ПС демонструють вірогідно більші показники у порівнянні з досліджуваними з низьким його рівнем ($p \leq 0,05$). Отже, для поліціантів з високим рівнем ПС більш властивою схильність до актуалізації позитивних емоцій, котрі супроводжують почуття задоволення у ситуаціях як приватного, так і професійного характеру; ситуації успіху, котрі підтверджують особистісну та професійну компетентність, цінність їх людських та професійних якостей, породжують виражене та більш інтенсивне відчуття гордості; зорієнтованість на пошук нової інформації, котра збагачує коло їх особистих інтересів та задовольняє потребу у поглибленні професійних знань, стає джерелом виникнення позитивних емоцій, котрим досліджувані цієї груп надають більшу перевагу, що слід вважати значущою психологічною умовою успіху впровадження змін та нововведень у сфері поліціювання. Слід також підкреслити, що для поліцейських з високим рівнем ПС суб'єктивно значущим є переживання естетичних емоцій, виникнення яких ініційоване сприйняттям різноманітних контекстів краси та гармонійності оточуючого світу у різних їх ракурсах, що відіграє важливу роль становлення та розвитку етичних принципів та моральності особистості в цілому.

Не було виявлено статистичних відмінностей між групами поліцейських з низьким та високим рівнем ПС за шкалами «Почуття незвичайного в невизначеній, незнайомій ситуації», «Радісне збудження при досягненні успіхів на роботі», «Веселощі, безтурботність, відчуття безпеки та комфорту», «Почуття радості, коли можеш зробити щось корисне», «Бойове збудження в ситуації небезпеки» та «Радість, симпатія», у зв'язку з чим, результати дослідження були піддані якісному аналізу. Для досліджуваних обох груп однаковою бажаними виявилися готовність до конструктивного переживання ситуацій

невизначеності, та, водночас, налаштованість на активні дії у ситуації небезпеки, інтенсифікація позитивних переживань у ситуації професійного успіху, очікування переживання радості, налаштованість на перевагу позитивно забарвлених відчуттів, що знижує вірогідність особистісних деструкцій та професійного вигорання, а також, альтруїстичні емоційні переживання, котрі супроводжують схвалення своєї діяльності у професійному та соціальному контекстах як підтвердження ефективного виконання службового обов'язку та корисності власної діяльності для суспільства та громади.

Висновки. Таким чином, на ґрунті теоретичного аналізу було встановлено, що емоції в професійній діяльності поліцейських обумовлюються специфікою емоційної сфери особистості поліцейського, культурними вимогами та нормативними приписами. Конструктивні емоції позитивної забарвленості забезпечують стійкість працівників поліції до труднощів професії, що, водночас, забезпечує високу ефективність поліцейських організацій у досягненні суспільно-важливих цілей. Емпіричні результати, отримані в ході проведеного дослідження, свідчать, що високий рівень ПС поліцейських знаходить свій вираз у пріоритетності та більшій бажаності таких емоційних переживань як «Радісне хвилювання, нетерпіння», «Задоволення, гордість, коли можеш довести свою цінність як особистості та фахівця», «Активний інтерес до нового» та «Почуття краси та гармонійності при сприйнятті різних об'єктів та явищ», тобто, емоцій акизитивного, праксичного, гностичного та естетичного змісту, що є менш характерним для досліджуваних з низьким рівнем ПС.

Безсумнівно, емоційна сфера поліцейських є вельми актуальною науковою проблемою, котра потребує подальших емпіричних розвідок на вибірці більшого обсягу на прикладі різних структурних підрозділів, специфіка діяльності яких виступає одним з ключових критеріїв, що обумовлює особливості емоційного реагування на складну професійну ситуацію.

Література:

1. Cartwright A., Roach J. The wellbeing of UK police: a study of recorded absences from work of UK police employees due to psychological illness and stress using freedom of information act data. *Policing: A Journal of Policy and Practice*. 2020. Vol. 15, №2. P. 1–13.
2. Christopher M.S., Goerling R.J., Rogers B.S., Hunsinger M., Baron G., Bergman A.L., Zava D.T. A pilot study evaluating the effectiveness of a mindfulness-based intervention on cortisol awakening response and health outcomes among law enforcement officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*. 2016. № 31(1). P. 15–28.
3. Costantini A., Ceschi A., Viragos A., De Paola F., Sartori, R. The role of a new strength-based intervention on organisation-based self-esteem and work engagement: a three-wave intervention study. *Journal of Workplace Learning*. 2019. № 31. P. 194–206.

4. Eddy A., Bergman A.L., Kaplan J., Goerling R.J., Christopher M.S. A qualitative investigation of the experience of mindfulness training among police officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*. 2019. № 36(1). P. 63–69.
5. Goswami A., Nair P., Beehr T., Grossenbacher M. The relationship of leaders' humor and employees' work engagement mediated by positive emotions: moderating effect of leaders' transformational leadership style. *Leadership & Organization Development Journal*. 2016. № 37. P. 1083–1099.
6. Liu T., Zeng X.Q., Chen M.R., Lan T. The Harder You Work, the Higher Your Satisfaction With Life? The Influence of Police Work Engagement on Life Satisfaction: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*. 2019. № 10. Article 826.
7. Loftus B., Goold B., Mac Giollabhui S. From a visible spectacle to an invisible presence: the working culture of covert policing. *The British Journal of Criminology*. 2016. № 56(4). P. 629–645.
8. Police Care, UK. Policing: The Job & The Life, 2019. URL: https://www.cam.ac.uk/sites/www.cam.ac.uk/files/innerimages/thejobthelife_findings.pdf (дата звернення 16.01. 2022).
9. Roach J., Sharratt K., Cartwright A., Skou Roer T. Cognitive and emotional stressors of child homicide investigations on U.K. and Danish police investigators. *Homicide Studies*. 2018. № 22(3). P. 296–320.
10. Schaufeli W., Salanova M., González-Romá V., Bakker A. The measurement of engagement and burnout: a two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*. 2002. № 3. P. 71–92.
11. Souhami A. Institutional racism and police reform: an empirical critique. *Policing and Society*. 2014. № 24(1). P. 1–21.
12. Violanti J.M., Charles L.E., McCanlies E., Hartley T.A., Baughman P., Andrew M.E., Fekedulegn D., Ma C.C., Mnatsakanova A., Burchfiel C.M. Police stressors and health: a state-of-the-art review. *Policing*. 2017. № 40(4). P. 642–656.
13. Yuan M., Guo X., Li X., Chen X., Wang C., Li Y. The moderating role of regulatory emotional self-efficacy on smoking craving: an ecological momentary assessment study. *PsyCH Journal*. 2017. № 7. P. 5–12.

References:

1. Cartwright, A., & Roach, J. (2020). The wellbeing of UK police: a study of recorded absences from work of UK police employees due to psychological illness and stress using freedom of information act data. *Policing: A Journal of Policy and Practice*, 15 (2), 1–13. doi:10.1093/police/paaa033
2. Christopher, M.S., Goerling, R.J., Rogers, B.S., Hunsinger, M., Baron, G., Bergman, A.L., & Zava, D.T. (2016). A pilot study evaluating the effectiveness of a mindfulness-based intervention on cortisol awakening response and health outcomes among law enforcement officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 31(1), 15–28. doi:10.1007/s11896-015-9161-x
3. Costantini, A., Ceschi, A., Viragos, A., De Paola, F., & Sartori, R. (2019). The role of a new strength-based intervention on organisation-based self-esteem and work engagement: a three-wave intervention study. *Journal of Workplace Learning*, 31, 194–206. doi: 10.1108/JWL-07-2018-0091
4. Eddy, A., Bergman, A.L., Kaplan, J., Goerling, R.J., & Christopher, M.S. (2019). A qualitative investigation of the experience of mindfulness training among police officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 36(1), 63–69. doi: 10.1007/s11896-019-09340-7
5. Goswami, A., Nair, P., Beehr, T., & Grossenbacher, M. (2016). The relationship of leaders' humor and employees' work engagement mediated by positive emotions: moderating effect of leaders' transformational leadership style. *Leadership & Organization Development Journal*, 37, 1083–1099. doi: 10.1108/LODJ-01-2015-001
6. Liu, T., Zeng, X.Q., Chen, M.R., & Lan, T. (2019). The Harder You Work, the Higher Your Satisfaction With Life? The Influence of Police Work Engagement on Life Satisfaction: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*. 10, 826. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00826
7. Loftus, B., Goold, B., & Mac Giollabhui, S (2016). From a visible spectacle to an invisible presence: the working culture of covert policing. *The British Journal of Criminology*, 56(4), 629–645. doi: 10.1093/bjc/azv076
8. Police Care UK. (2019). Policing: The Job & The Life, 2019. Retrieved from https://www.cam.ac.uk/sites/www.cam.ac.uk/files/innerimages/thejobthelife_findings.pdf
9. Roach, J., Sharratt, K., Cartwright, A., & Skou Roer, T. (2018). Cognitive and emotional stressors of child homicide investigations on U.K. and Danish police investigators. *Homicide Studies*, 22(3), 296–320. doi:10.1177/1088767918759695
10. Schaufeli, W., Salanova, M., González-Romá, V., & Bakker, A. (2002). The measurement of engagement and burnout: a two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71–92. doi: 10.1023/A:1015630930326
11. Souhami, A. (2014). Institutional racism and police reform: an empirical critique. *Policing and Society*, 24(1), 1–21. doi: 10.1080/10439463.2012.703198
12. Violanti, J.M., Charles, L.E., McCanlies, E., Hartley, T.A., Baughman, P., Andrew, M.E., Fekedulegn, D., Ma, C.C., Mnatsakanova, A., & Burchfiel, C.M. (2017). Police stressors and health: a state-of-the-art review. *Policing*, 40(4), 642–656. doi: 10.1108/PIJPSM-06-2016-0097
13. Yuan, M., Guo, X., Li, X., Chen, X., Wang, C., & Li, Y. (2017). The moderating role of regulatory emotional self-efficacy on smoking craving: an ecological momentary assessment study. *PsyCH Journal*, 7, 5–12. doi: 10.1002/pchj.188

УДК 159.99

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.10>**Олена ПРОДАНОВА**

аспірантка, викладач кафедри загальної та практичної психології,
Ізмаїльський державний гуманітарний університет,
вул. Рєпіна, 12, м. Ізмаїл, Одеська область, Україна, 68610
ORCID: 0000-0003-3882-0314

Olena PRODANOVA

Postgraduate Student, Lecturer at the Department of General and Practical Psychology,
Izmail State University of Humanities,
12 Repina str., Izmail, Odesa region, Ukraine, 68610
ORCID: 0000-0003-3882-0314

ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗИ ТА МОТИВАЦІЙНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ОСОБИСТОСТІ У СТРУКТУРІ КОМПЕТЕНЦІЇ САМООСВІТИ СТУДЕНТІВ

RESEARCH OF CRISIS AND MOTIVATIVE CHARACTERISTICS OF PERSONALITY IN THE STRUCTURE OF STUDENTS' SELF-EDUCATION COMPETENCE

У статті проаналізовано базові підходи щодо вивчення кризи та визначено особливості перебігу цього складного явища в житті особистості. Дослідження присвячено актуальній для психології проблематиці життєвого кризового стану особистості у контексті активації власних ресурсів. Визначено сутність мотивації та її місце в структурі психіки. Окреслено форми мотивів з позиції психодіагностики.

Мета дослідження – поглибити теоретичні уявлення щодо механізмів та основних детермінант життєвої кризи з позиції мотиватора активації ресурсів особистості.

В процесі роботи реалізовано емпіричне дослідження мотиваційних показників, дослідницьку вибірку якого склали студенти бакалавріату Ізмаїльського державного гуманітарного університету. В експерименті взяло участь 64 особи.

Висновки. *Результати експериментального дослідження мотиваційних характеристик особистості у структурі компетенції самоосвіти студентів із застосуванням методики В. Мільмана «Діагностика мотиваційної структури особистості» є свідченням того, що студенти-респонденти свої мотиваційні ресурси активізують за черговістю наступних щаблів: по-перше, спілкування; по-друге, творча активність; по-третє, соціальний статус по-четверте, суспільна корисність та по-п'яте, комфорт та підтримка життєзабезпечення як певного роду прояв матеріальних цінностей.*

Напрямок подальшої роботи в колі окресленої проблематики має бути зорієнтовано на дослідження особливостей процесу подолання життєвих криз в різних вікових періодах. Крім цього, актуальним є питання розробки та апробації цільових методичних прийомів та психодіагностичних процедур, котрі нададуть змогу вивчити механізми усвідомлення та вибору певних стратегій подолання та залежність цих механізмів від розвитку складових самосвідомості.

Ключові слова: потреби, мотиви, ресурси, криза, особистість, складні життєві ситуації.

The article analyzes the basic approaches to the study of the crisis and identifies the features of this complex phenomenon in the life of the individual. The research is devoted to the problem of life crisis of the individual in the context of activation of own resources, which is relevant for psychology. The essence of motivation and its place in the structure of the psyche is determined. The forms of motives from the standpoint of psychodiagnostics are outlined.

The purpose of the article is to deepen the theoretical understanding of the mechanisms and main determinants of life crisis from the standpoint of the motivator of activation of personal resources.

In the process of work, an empirical study of motivational indicators was implemented, the research sample of which was made up of undergraduate students of the Izmail State University for the Humanities. 200 people took part in the experiment.

Conclusions. *The results of experimental study of motivational characteristics of personality in the structure of competence of students' self-education using V. Milman's method "Diagnosis of motivational structure of personality" are evidence that student respondents activate their motivational resources in the following order: first, communication; secondly, creative activity; thirdly, social status fourthly, social utility and fifthly, comfort and support of life support as a kind of manifestation of material values.*

The directions of further work in the circle of the outlined problems should be focused on the study of the peculiarities of the process of overcoming life crises in different age periods. In addition, the issue of development and testing of targeted methods and psychodiagnostic procedures is relevant, which will allow to study the mechanisms of awareness and choice of certain coping strategies and the dependence of these mechanisms on the development of components of self-awareness.

Key words: *needs, motives, resources, crisis, personality, difficult life situations.*

Постановка проблеми. Контокорентний інтерес до вивчення в психології проблеми особистісних кризових станів серед наукової спільноти має глибоке історичне коріння. Проте нагальна необхідність швидко та цілком ефективно адаптуватися до різних ситуацій у сучасному світі, що активно змінюється, як і раніше визначає актуальність окресленої проблематики. Крім того, незважаючи на широкий інтерес до вивчення кризи в психологічній науці та застосування отриманих знань на практиці, нині невирішеною залишається низка методологічних проблем, пов'язаних з різноманітним підходом до визначення поняття «криза» та її феноменології. Відповідно, така позиція додатково формує окремі питання у сфері досліджень щодо визначення життєвої кризи та її основних детермінантів з мотиваційної позиції ресурсів особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Найперші дослідницькі звернення до категорії «криза» (від гр. *krisis* – рішення, поворотний пункт, результат) серед наукової спільноти можна зустріти у роботах таких психологів, як А. Адлер, Л. Божович, Л. Виготський, С. Гроф, Е. Еріксон, З. Фрейд, К. Юнг та ін. Зокрема, у їхніх працях кризові стани супроводжують розвиток та становлення особистості [2; 6–9; 20; 23].

Вивченню мотиваційної сфери особистості відводиться значна кількість наукових досліджень Є. Ільїна, О. Леонтєва, П. Якобсона та ін. [11; 12; 24].

Окремі аспекти щодо подолання життєвих криз аналізували Р. Ахмеров, Ф. Василюк та ін. [3; 4]. Крім того, П. Лушин, В. Ромек, Т. Титаренко [14; 17; 19] для об'єкту своїх досліджень обрали категорію надання психологічної допомоги особистості, що знаходиться в кризовій життєвій ситуації.

Сьогоднішній трансформаційний вектор перебудови нашого суспільства та глобалізаційний курс державотворення зумовлюють тенденційну новацію поглядів серед науковців у полі окресленої проблематики нашого дослідження [1; 17; 21; 22]. Наприклад, аналіз ортобіотичних засад психологічних феноменів з позиції проблеми активації особистісних ресурсів для подолання складних життєвих ситуацій формує новий компетентнісний

ортобіотичний підхід у концептуальних основах ресурсних чинників людини [17].

Мета дослідження – на основі аналізу психологічної літератури поглибити теоретичні уявлення щодо поняття «криза», «ресурси», «мотиви» та дослідити завдяки проведеному емпіричному дослідженню особливості основних детермінантів життєвої кризи з позиції мотиватора активації ресурсів особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перші дослідження кризової проблематики, котрі згодом стали основою виникнення теорії криз, були проведені психіатром Е. Ліндеманном. Зокрема, Е. Ліндеманн позиціонував кризу як стан, що виникає внаслідок впливу на людину психотравмуючих подій [13, с. 214]. В свою чергу, криза – це період нерівноваги, обмежений за часом, що супроводжується неприємними психічними і фізичними відчуттями, іноді сильно виснажує здібності особистості компетентно долати ситуацію або справлятися з нею [25, с. 73].

Ф. Василюк визначає поняття «криза» як поворотний пункт життєвого шляху, що виникає в ситуації неможливості реалізації життєвого замислу, що вже склався [4, с. 92].

Л. Виготський в своїх дослідницьких концепціях сутність будь-якої кризи визначав перебудовою потреб і спонукань та переоцінкою цінностей, які керують поведінкою особистості [7].

Проте, цілком протилежну наукову позицію стосовно кризи висвітлював О. Леонтєв, котрий зазначав, що «...кризи у жодному разі не є неминучим супутником психічного розвитку. Неминучі не кризи, а переломи, якісні зрушення у розвитку. Навпаки, криза – це свідомство того, що перелом не відбувся своєчасно. Криз узагалі може не бути, якщо психічний розвиток дитини складається не стихійно, а є грамотно керованим процесом – процесом виховання» [12, с. 288].

В екзистенційно-гуманістичних дослідженнях (С. Гроф, А. Маслоу та ін.) криза є органічною частиною процесу розвитку особистості [8; 15]. Так, наприклад, С. Гроф зазначає, що кризовий стан може бути важким, але при цьому він має величезний еволюційний і лікувальний потенціал, оскільки, будучи складною ситуацією природного

розвитку, криза може призвести до лікування різних емоційних та психосоматичних розладів, до сприятливих змін особистості, до вирішення важливих життєвих проблем [8, с. 99].

Виходячи з окреслених позицій, можна стверджувати, що будь-який різновид кризи у її психологічному розумінні є відповіддю на фрустрацію найважливіших потреб особистості та її специфічною власною реакцією на цю фрустрацію.

В процесі вивчення проблеми кризи та переживання особистістю складних життєвих ситуацій були введені такі поняття, як «особистісна криза», «психологічна криза», «психодуховна криза», «біографічна криза», «криза професійного становлення» та ряд інших. Сучасні дослідження виокремлюють різні види криз: вікові, екзистенціальні, життєві, біографічні, духовні, особистісні, психологічні тощо.

Поділяючи людське життя на періоди, стадії та, звертаючи увагу на труднощі переходу з однієї стадії на іншу, науковою спільнотою акцентувалася увагу на тому, що криза – це поворотний момент у житті людини. Так, згідно епігенетичної теорії Е. Еріксона, «кожна психосоціальна стадія розвитку особистості супроводжується кризою – поворотним моментом у житті індивідуума, який виникає як наслідок досягнення певного рівня психологічної зрілості та соціальних вимог, що пред'являються до нього на цій стадії» [9, с. 286].

Т. Титаренко життєву кризу визначає як тривалий внутрішній конфлікт з приводу життя в цілому, його сенсу, головних цілей та шляхів їх досягнення [19, с. 31].

У зарубіжній науковій літературі життєві кризи розглядаються як «обмежені за часом ситуації, що характеризуються порушенням рівноваги між зовнішнім та внутрішнім планами буття людини і які не можуть бути подолані за допомогою наявних у особистості ресурсів» [25, с.104].

Е. Зеєр вважає джерелом розвитку кризових станів особистості стадії професіоналізації людини. У професійному розвитку він виділяє чотири стадії в основу яких покладено соціальну ситуацію розвитку та рівень реалізації професійної діяльності: опція, професійна освіта і підготовка, професійна адаптація, первинна і вторинна професіоналізація і майстерність [10].

При розгляді сучасних підходів до вивчення життєвих криз особистості Ф. Василюк виявив, що більшість дослідників відзначають посилення впливу гетерохронності розвитку психічних функцій, ролі індивіду-

ально-особистісних та суб'єктно-діяльних особливостей у змісті криз, оскільки, періоди, що виділяються різними авторами, мають схожі вікові межі, що дозволяє вважати їх нормативними [4].

Криза завжди є випробуванням для особистості, виникаючи на життєвому шляху кожної людини незалежно від її бажання чи небажання, у процесі якого кардинально змінюється все життя людини на всіх рівнях: сенсотворчому або когнітивному (як інтродукція нових життєвих цінностей або нової ієрархії цінностей), афективному (здатність проходити випробування, зберігаючи цілісність) і поведінковому (необхідність виробити нові поведінкові патерни). Тому життєвий психологічно кризовий стан вимагає концентрації та використання всіх наявних у людини сил на вирішення завдань, які поставило перед ним життя, оскільки наслідки життєвої кризи можуть бути різними. До прикладу, можлива фіксація неадекватних способів адаптації, що ще більше ускладнює становище особистості й збільшує ризик виникнення несприятливих наслідків. Однак результатом життєвої кризи може стати й збагачення ресурсів особистості, тобто, криза одночасно містить як загрозу для особистості, так і можливість для її зростання.

Відповідно, проблема психологічних механізмів впливу особистісних особливостей на процеси подолання важких життєвих ситуацій, а також регуляцію повсякденної діяльності у контексті мотиваційної складової традиційно привертає увагу дослідників.

У працях більшості представників біхевіористичного напрямку мотивація розумілася зі схожих з ортодоксальним психоаналізом позицій про біологічну обумовленість поведінки людини саме з погляду задоволення фізіологічних потреб [3].

Гуманістична психологія, протиставлена психоаналізу і біхевіоризму, у своєму розумінні мотивації спиралася на уявлення про активну природу людини, яка здатна впливати на власне життя. Однією з найвідоміших концепцій гуманістичного спрямування, зокрема і поза психологічною наукою, є теорія, розроблена А. Маслоу, котрий розділив усі потреби (мотиви) на п'ять груп:

- 1) потреби фізіологічного циклу (сон, голод, спрага та ін.),
- 2) потреби в безпеці,
- 3) потреби приналежності та любові,
- 4) потреби самоповаги та поваги,
- 5) потреби самоактуалізації, що укладають у реалізацію потенціалу людини [15].

Як вважав А. Маслоу, дані мотиви подібно до інстинктів є вродженими, а їх

задоволення – необхідна умова для життя людини та її переходу від потреб нижнього рівня (фізіологічні потреби) до вершини піраміди (самоактуалізації) [14]. Відповідно, основу мотиваційної сфери особистості становлять потреби – динамічно-активні стани особистості, що виражають її залежність від конкретних умов існування і породжують діяльність, спрямовану на зняття цієї залежності.

Когнітивна психологія, попри відносну молодість даного напряму психологічної науки, послужила основою виникнення кількох мотиваційних теорій. При всьому зовнішньому розмаїтті даних теорій, їх поєднує загальне для когнітивної психології положення про те, що знання та уявлення суб'єкта про себе, свої можливості, причини своїх вчинків та їх наслідки, багато в чому визначають його мислення та поведінку. У рамках узагальнюючої когнітивної моделі, мотив розглядається як цілісне когнітивне утворення, складний когнітивний конструкт, а мотиваційний процес розуміється як оцінка подій з погляду їхньої очікуваної цінності та ймовірності досягнення [2; 3].

Відповідно, актуалізація мотиву відбувається під впливом ситуації, яку можна охарактеризувати як посттравматичне зростання, котре описує переживання і досвід людей, які не просто впоралися зі стресом, а й досягли, на їхню думку, значних позитивних змін, що виходять за межі наявного стану речей до початку травмуючих подій. Численні дослідження показують, що високий рівень особистісних ресурсів є основним предиктором посттравматичного зростання. Найбільш значущим ресурсом для того, щоб не тільки впоратися з труднощами, але й піднятися на високий рівень функціонування, є резилентність.

Поняття «ресурси особистості» порівняно недавно з'явилося в науковій психології і було запозичене з економіки та теорії управління, а останні десятиліття починає займати в психології особистості все більш важливе місце.

Такі ресурси, як «позитивні риси особистості» [15], «значний капітал кожної особистості» [17], внутрішні сили, істотно розширюють можливості людини, роблять її успішнішою, продуктивнішою, життєстійкою, також є фактором ефективності та усвідомленості життя.

Незважаючи на те, що в зарубіжній психології та соціології проблема ресурсів досліджується вже понад 40 років, область вивчення постійно розширюється: це копінг-поведінка, психологія спорту, психологія стресу, коучинг, психологія управління, психологія розвитку та ін.

На відміну від теорії рис, що підкреслює стійкий характер особистісних особливостей, що становлять ядро особистості, у сучасних підходах ресурси розглядаються як гнучкі властивості особистості, що мають прижиттєвий генезис і піддаються корекції та розвитку. Доказом цього є експериментальні роботи з формування відповідних особливостей особистості, наприклад вивченого оптимізму [26], життєстійкості [27], психологічного капіталу [28] та інших ресурсних характеристик.

У сучасних умовах глобалізації, інформатизації та цифровізації всіх сфер людської життєдіяльності, гостро стоїть необхідність розвитку самоосвіти. У зв'язку з цим, актуалізується проблема пошуку умов, що забезпечують розвиток самоосвітньої компетенції студента як невід'ємного фактору його соціальної успішності. Окреслена позиція дозволить практично нівелювати певні кризові стани у майбутньому та надасть змогу більш вдало «вийти» з життєвих кризових ситуацій. Як одну з першорядних умов у цьому питанні ми виділяємо мотиваційну складову, як ресурс особистості, що дозволяє забезпечувати свої основні соціально-психологічні потреби, включаючи потребу у самоосвіті та саморозвитку.

До того ж, вивчення мотиваційного ресурсу особистості у такому контексті дозволить визначити напрями програмно-змістовного забезпечення розвитку компетенції самоосвіти у студентів.

З метою експериментального дослідження мотиваційних характеристик особистості у структурі компетенції самоосвіти студентів ми застосовували методику В. Мільмана «Діагностика мотиваційної структури особистості». Респондентами виступили 64 студенти 2-4-их курсів різних спеціальностей Ізмаїльського державного гуманітарного університету. Визначена методика надає змогу визначити окремі стійкі шкали мотиваційного профілю особистості, котрі наочно покажуть домінування у студентів тих чи інших мотиваційних тенденцій (див. Таблиця 1).

Таким чином, продемонстровані результати з таблиці є свідченням того, що студенти-респонденти головною мотивацією визначають спілкування, що на нашу думку є загалом нативним, адже сучасною складовою студентського життя у контексті саморозвитку та самоосвіти є членство в студентських організаціях, участь в наукових конференціях, міжнародні круглі столи та інші організаційні заходи, котрі дозволяють розширити свої комунікативні кордони.

Таблиця 1

Особливості мотиваційної структури особистості серед опитаних студентів-респондентів

Шкали	Підтримка життєзабезпечення	Комфорт	Соціальний статус	Спілкування	Загальна активність	Творча активність	Суспільна корисність
(M±Ω)	13,8±2,5	15,9±3,4	17,4±3,5	20,4±3,4	14,1±3,4	19,7±3,7	16,9±4,4

Другий щабель займає творча активність у контексті реалізації себе у оригінальній справі, що надає змогу отримати задоволення у вигляді набуття певних умінь та навичок.

На третьому та четвертому рівнях перебуває соціальний статус та суспільна корисність, що супроводжується бажанням отримати повагу серед оточуючих за рахунок реалізації важливих особистих проектів та ідей.

Незвичним для нас є той факт, що комфорт та підтримка життєзабезпечення як певного роду прояв матеріальних цінностей опинилися на найнижчих щаблях.

Таким чином, найважливішим для студентів-респондентів є потреба в самореалізації власних амбіцій, що може бути припущенням того, що у цих студентів відсутня загально виражена тенденція на орієнтацію щодо якогось конкретного профілю. Відповідно, можна припустити, що майбутні професіонали, приділяючи вагомому увагу якісним розвагам та спілкуванню, наполегливо скерують особисті зусилля на реалізацію такої діяльності, яка має на меті не лише внутрішнє задоволення та можливість самоствердження, а також є суспільно значущою у сучасному руслі державницьких подій.

Вважаємо, що саме такий загальний мотиваційний профіль є базою для становлення майбутнього професіонала з позиції активації ресурсів до самоосвіти.

Висновки. Не дивлячись на те, що обрана нами проблематика є доволі активною у плані досліджень науковою спільнотою, аналіз літератури засвідчив, що питання стосовно визначення життєвої кризи є дискусійним. Крім того, є потреба у комплексній уніфікації масиву досліджень, котрі містять окремі аспекти даної проблеми, що дасть змогу сформулювати більш повноцінну картину зазначеного стану.

Психологічна наука розкриває кризу як один із станів внутрішнього світу особистості, коли рух у напрямку подальшого розвитку зупиняється, оскільки звичні, стереотипні програми мислення і поведінки вже не працюють, а нові ще не сформовані. Але варто розуміти, що період кризи це не лише гострий

емоційний стан, що блокує цілеспрямовану життєдіяльність людини, а й можливість здійснити зміни, перейти на новий щабель особистісного розвитку, своєрідна відповідь на заклик потенційних можливостей особистісного росту.

Найактивніше життєві кризи досліджуються в онтогенетичному ракурсі, головним чином, як вікові, де основний наголос робиться на кризах дитинства та підліткового віку, а кризи життєвого шляху особистості в юнацькому та дорослому віці сьогодні залишаються недостатньо дослідженими.

Пропонуємо у майбутніх дослідженнях за основу розуміння життєвої кризи обрати визначення стану, який виникає через посталу перед особистістю проблему, що розуміється нею як перешкода задля досягнення важливої життєвої місії чи реалізації цілей.

Подальша робота в цьому напрямку має бути орієнтована на вивчення особливостей процесу подолання життєвих криз в різних вікових періодах. Крім цього, актуальною є розробка конкретних методичних прийомів та психодіагностичних процедур, які дозволять вивчити механізми усвідомлення й вибору певних стратегій подолання та залежність цих механізмів від розвитку складових самосвідомості.

Продемонстровані результати експериментального дослідження мотиваційних характеристик особистості у структурі компетенції самоосвіти студентів із застосуванням методики В. Мільмана «Діагностика мотиваційної структури особистості» підтверджують ту мотиваційну позицію серед студентства, котра визначається зацікавленістю сучасного суспільства у виявленні психологічних ресурсів для збереження і розвитку високого рівня професіоналізму гармонійної особистості та підвищенні рівня творчого потенціалу й працездатності людини протягом всього її свідомого життя.

Знання психологічних механізмів, закономірностей, особливостей протікання кризових станів та чинників їх виникнення дозволять їх конструктивно долати, а практичному психологу розробити і використовувати у своїй практиці заходи профілактики і корекції в роботі з кризовими особистостями.

Література:

1. Абальмасова В., Абаніна Г. Проблема життєвих криз особистості середнього віку: правничий вісник Університету «Крок». *Актуальні проблеми психології*. 2021. С. 140–144.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей. Москва, 2011. 240 с.
3. Ахмеров Р. А. Биографические кризисы личности: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. психол. наук. Москва, 1994. 18 с.
4. Василюк Ф. Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций. *Психологический журнал*. 1995. С. 90–101.
5. Байер О. О. Життєві кризи особистості : навч. посібник. Дніпропетровськ : Дніпропетр. нац. ун-т, 2010. 244 с.
6. Божович Л. И. Психическое развитие школьника и его воспитание. Москва: Знание, 1979. 96 с.
7. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. Москва : Педагогика, 1984. 504 с.
8. Гроф С. Психология будущего. Уроки современных исследований сознания. Москва : АСТ, 2001. 464 с.
9. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Москва : Прогресс, 1996. 344 с.
10. Зеер Э. Ф. Психология профессионального развития : учебное пособие. Москва : Академия, 2006. 240 с.
11. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 752 с.
12. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность : учеб. пособие. Москва : Политиздат, 1977. 304 с.
13. Линдемманн Э. Клиника острого горя. Психология эмоций : тексты. Москва, 1984. С. 212–220.
14. Лушин П. В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. Одесса : Аспект, 2005. 334 с.
15. Маслоу А. Мотивация и личность: перевод с английского. Санкт-Петербург: Евразия, 1999. 478 с.
16. Родіна Н. В. Дослідження психології ортобіозу людини : колективна монографія. Київ : видавництво Ліра-К, 2021. 234 с.
17. Ромек В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб. : Речь, 2005. 256 с.
18. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. Москва : Педагогика, 2003. 456 с.
19. Титаренко Т. М. Життєва криза очима психолога. Київ : Агропромвидав України, 1998. С. 8–68.
20. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции. Москва : Азбука-Аттикус, 2011. 480 с.
21. Чуйко Г., Комісарик М. Проблема життєвих криз особистості у психології : психологічний журнал, 2019. С. 41–55.
22. Чуйко Г. Криза сенсу як переломний момент життя людини. *Проблеми сучасної психології* : психологічний журнал, 2019. С. 405–428.
23. Юнг К. Г. Критика психоанализа. Санкт-Петербург : Академический проект, 2000. 304 с.
24. Якобсон П. Жизненный кризис в экзистенциальной перспективе: могут ли травма и кризис рассматриваться как помощь в личном развитии. Бирштонас-Вильнюс, 2005. С. 101–112.
25. Caplan G. Principles of preventive psychiatry. New York, London : Basis Books Inc., 1964. 304 p.
26. Seligman M.E.P. Learned optimism. New York : Pocket books, 1998. 336 p.
27. Maddi S.R., Khoshaba D.M. Resilience at work: How to succeed no matter what life throws at you. New York : AMACOM, 1984. 240 p.
28. Luthar SS, Cicchetti D, Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*. 2000. P. 543–562.

References:

1. Abalmasova, V., & Abanina, G. (2021). Problema zhiznennykh krizisov spetsialnosti srednego vozrasta [The problem of life crises of middle-aged person]. Kyiv : pravyy zhurnal universiteta «Krok» [in Russian].
2. Adler, A. (2011). Praktika i teoriya individual'noy psikhologii [Practice and theory of individual psychology]. Moscow: Academic project [in Russian].
3. Akhmerov, R.A. (1994). Biograficheskiye krizisy lichnosti [Biographical identity crises]. Moscow [in Russian].
4. Vasilyuk, F.Y. (1995). Zhiznennyy mir i krizis: tipologicheskiy analiz kriticheskikh situatsiy [Lifeworld and Crisis: A Typological Analysis of Critical Situations]. Moscow : Psikhologicheskiiy zhurnal [in Russian].
5. Bayer, O.O. (2010). Zhittvi krizi osobistosti [Life crises of personality]. Dnipropetrovs'k: Dnipropetr. nats. un-t [in Ukrainian].
6. Bozhovich, L.I. (1979). Psikhicheskoye razvitiye shkol'nika i yego vospitaniye [The mental development of the student and his upbringing]. Moscow : Znaniye [in Russian].
7. Vygotskiy, L.S. (1984). Sobraniye sochineniy [Collected works]. Moscow : Pedagogika [in Russian].
8. Grof, S. (2001). Psikhologiya budushchego. Uroki sovremennykh issledovaniy soznaniya [Psychology of the future. Lessons from modern consciousness research]. Moscow: AST [in Russian].
9. Erikson, E. (1996). Identichnost': yunost' i krizis [Identity: youth and crisis]. Moscow: Progress [in Russian].

10. Zeyer, E.F. (2006). *Psikhologiya professionalnogo razvitiya* [Psychology of professional development]. Moscow: Akademiya [in Russian].
11. Il'in, Y.P. (2001). *Emotsii i chuvstva* [Emotions and feelings]. Sankt-Peterburg: Piter [in Ukrainian].
12. Leontyev, A.N. (1977). *Deyatelnost. Soznaniye. Lichnost: ucheb. Posobiye* [Activity. Consciousness. Personality]. Moscow: Politizdat [in Russian].
13. Lindemann, E. (1984). *Klinika ostrogo gorya. Psikhologiya emotsiy* [Clinic of acute grief. Psychology of emotions]. Moscow [in Russian].
14. Lushin, P.V. (2005). *Lichnostnyye izmeneniya kak protsess : teoriya i praktika* [Personal Change as a Process: Theory and Practice]. Odessa: Aspekt, [in Ukrainian].
15. Maslou, A. (1999). *Motivatsiya i lichnost* [Motivation and personality]. Sankt-Peterburg: Yevraziya [in Russian].
16. Rodina, N.V. (2021). *Doslidzhenya psikhologii ortobiozu lyudeyni* [Study of the psychology of human orthobiosis]. Kyiv: Lira-K [in Ukrainian].
17. Romek, V.G. (2005). *Psikhologicheskaya pomoshch' v krizisnykh situatsiyakh* [Psychological help in crisis situations]. SPb.: Rech [in Russian].
18. Rubinshteyn, S.L. (2003). *Problemy obshchey psikhologii* [Problems of General Psychology]. Moscow: Pedagogika [in Russian].
19. Titarenko, T.M. (1998). *Zhittêva kriza ochima psikhologa* [Life crisis through the eyes of a psychologist]. Kyiv: Agropromvidav Ukraini [in Ukrainian].
20. Freyd, Z. (2011). *Vvedeniye v psikhoanaliz* [Introduction to psychoanalysis]. Moscow: Azbuka-Attikus [in Russian].
21. Yung, K.G. (2000). *Kritika psikhoanaliza* [Criticism of psychoanalysis]. Sankt-Peterburg: Akademicheskii proyekt [in Russian].
22. Chuyko, G., & Komisarik, M. (2019). *Problema zhittêvikh krizov osobistosti u psikhologii* [The problem of life crises of personality in psychology]. *Psikhologichnyi chasopys* [in Ukrainian].
23. Chuyko, G. (2019). *Kriza sensu yak perelomnyy moment zhittiyani lyudi* [The crisis of meaning as a turning point in human life]. *Psikhologichnyi zhurnal* [in Ukrainian].
24. Yakobson, P. (2005). *Zhiznennyy krizis v ekzistentsial'noy perspektive: mogut li travma i krizis rassmatrivat'sya kak pomoshch' v lichnom razvitii* [Life Crisis in an Existential Perspective: Can Trauma and Crisis be Seen as an Aid to Personal Development]. *Birshthonas-Vil'nyus* [in Ukrainian].
25. Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. New York, London: Basis Books Inc [in English].
26. Seligman, M.E.P. (1998). *Learned optimism*. New York: Pocket books [in English].
27. Maddi, S.R., & Khoshaba, D.M. (1984). *Resilience at work: How to succeed no matter what life throws at you*. New York: AMACOM [in English].
28. Luthar, S., & Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*. *Child Development* [in English].

УДК 155.928:92

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.11>**Лілія ПРУДКА**

кандидат педагогічних наук, викладач кафедри загальної і медичної психології,
Національний медичний університет імені О. О. Богомольця,
бульвар Тараса Шевченка, 13, м. Київ, Україна, 01601
ORCID: 0000-0002-2545-4290

Lilija PRUDKA

Candidate of Pedagogical Sciences, Lecturer at the Department
of General and Medical Psychology, Bogomolets National Medical University,
13 Taras Shevchenko Boulevard, Kyiv, Ukraine, 01601
ORCID: 0000-0002-2545-4290

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я: ПРОФЕСІЙНІ РИЗИКИ І ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРИ

MENTAL HEALTH: OCCUPATIONAL RISKS AND HEALTH OF THE FUTURE SPECIALIST IN THE EDUCATIONAL SPACE

У статті проаналізовано психічне здоров'я: професійні ризики і здоров'я майбутнього фахівця в освітньому просторі. Розглянуто наукові погляди різних дослідників щодо визначення феномену «психічне здоров'я». **Метою статті** є аналіз психічного здоров'я: професійні ризики і здоров'я майбутнього фахівця в освітньому просторі.

Визначено, що стан психічного здоров'я сучасних студентів характеризується великою кількістю індивідуальних якостей, а також, синтезом біологічно та соціально-обумовлених особливостей їх психічної сфери. До основних ознак психічного здоров'я майбутніх фахівців в освітньому просторі належить: успішне пристосування до навчальної діяльності; схвалення колективом; низький рівень тривоги; емоційна рівновага; здатність аналізувати отриману інформацію.

Доведено, що для студентів в освітньому просторі характерні підвищені вимоги та різні види навантаження. В процесі навчання у вищому освітньому закладі відбувається становлення майбутнього фахівця, а його стан психічного здоров'я здійснює вплив на успішність навчання та стиль життя загалом.

Висновки. До пріоритетних форми з метою збереження психічного здоров'я необхідно включити: просвітницьку діяльність, яка базується на наданні інформації майбутнім фахівцям щодо важливих питань покращення їх здоров'я; профілактику, у формі проведення бесід індивідуально чи для всієї групи; діагностування, психологічне консультування. Особливе значення має адаптації студентів першого курсу, тому їм потрібно приділити важливу увагу, тобто необхідна тісна співпраця з кураторами (наставниками) навчальних груп; вивчення особистісних якостей майбутнього фахівця, інформування студентів.

Вважаємо, що необхідно інтегрувати досвід європейських колег в освітній сфері стосовно розв'язання проблеми, перш за все, врахування особливостей психічного здоров'я в національних програмах, нормативно-правових актах.

Перспективи подальших досліджень у зазначеному аспекті є вивчення динаміки, соціальних та психологічних напрямів і основних факторів збереження та покращення психічного здоров'я майбутніх фахівців в освітньому просторі.

Ключові слова: психічне здоров'я, освітній простір, професійні ризики, майбутній фахівець, нервово напруження.

The article analyzes mental health: occupational risks and the health of future professionals in the educational space. The scientific views of various researchers on the definition of the phenomenon of "mental health" are considered.

The aim of the article is to analyze mental health: occupational risks and the health of future professionals in the educational space.

It is determined that the state of mental health of modern students is characterized by a large number of individual qualities, as well as a synthesis of biologically and socially determined features of their mental sphere. The main features of mental health of future professionals in the educational space include: successful adaptation to educational activities; approval by the team; low level of anxiety; emotional balance; ability to analyze the received information.

It is proved that students in the educational space are characterized by increased requirements and different types of workload. In the process of studying at a higher education institution, a future specialist is formed, and his state of mental health influences the success of studies and lifestyle in general.

Conclusions. *Priority forms for maintaining mental health should include: educational activities based on providing information to future professionals on important issues of improving their health; prevention, in the form*

of interviews individually or for the whole group; diagnosis, psychological counseling. Of particular importance are the adaptations of first-year students, so they need to pay important attention, ie close cooperation with curators (mentors) of study groups; studying the personal qualities of the future specialist, informing students. We believe that it is necessary to integrate the experience of European colleagues in the field of education in solving the problem, first of all, taking into account the peculiarities of mental health in national programs and regulations.

Prospects for further research in this aspect are the study of the dynamics, social and psychological trends and the main factors in maintaining and improving the mental health of future professionals in the educational space.

Key words: *mental health, educational space, occupational risks, future specialist, nervous tension.*

Постановка проблеми. В наш час значна кількість вчених акцентують увагу на дослідженні феномену здоров'я, особливо проявляють інтерес до вивчення психологічного аспекту здоров'я майбутнього фахівця. Це пов'язано з тим, що професійна діяльність висуває до здоров'я майбутнього фахівця значні вимоги і вимагає від нього фізичних, емоційних та розумових якостей.

Необхідно зазначити, що психічне здоров'я для майбутнього фахівця є однією з умов його успішної професійної діяльності. Саме воно відіграє ключовий, динамічний фундамент результативності всіх засад його професійної сфери та досягнення акмеологічного розвитку особистості. У зв'язку з цим, проблемне питання щодо збереження психічного здоров'я майбутніх фахівців є актуальним для сучасної психологічної науки, оскільки допоможе розв'язати важливі питання в освітньому просторі стосовно успішної адаптації до навчального процесу у вищих освітніх закладах, ефективність у навчанні, високим рівнем мотивації до навчання, а отже, якістю професійної підготовки майбутніх фахівців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Значна кількість вчених у своїх наукових дослідженнях розглядали феномен «психічного здоров'я», серед яких можна виділити: Л. Божовича, І. Дубровіна, О. Богучарова, С. Болтівець, О. Василевську, А. Запорожця, С. Максименка, М. Савчина, Є. Потапчука, О. Хухляєва.

Всі ці дослідники визначають психічне здоров'я як здатність індивіда до самореалізації, самоактуалізації, адекватного сприйняття себе та навколишньої дійсності, а основним елементом психологічного здоров'я особистості, вони вбачають в наявність сенсу життя. А вчений А. Митяєв у своїх наукових дослідженнях зазначає, що психічне здоров'я, в умовах вищого освітнього закладу виступає ключовим фактором, який сприяє досягненню успішності студентів у навчанні, забезпечує їх саморозвитку та безконфліктній взаємодії [5].

Окреслені дослідження зазначених дослідників є перспективним для нашого дослідження.

Мета статті – проаналізувати психічне здоров'я: професійні ризики і здоров'я майбутнього фахівця в освітньому просторі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Всесвітня організація охорони здоров'я, надає наступне трактування поняттю «психічне здоров'я» – це певний стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, в процесі якого, кожна особистість має можливість реалізувати свій особистісний потенціал, справлятися із будь-якими стресами у своєму житті, активно та реалізувати здійснювати свою професійну діяльність.

Розглядаючи сучасну психологічну енциклопедію, було відмічено, психічне здоров'я – це стан душевного благополуччя, для якого характерне відсутність хворобливих психічних проявів і забезпечує адекватну умовам навколишньої реальності регуляцію поведінки та діяльності [9, с. 56].

Проаналізувавши наукові погляди дослідників, а саме: Ю. Приходько і В. Юрченко, було визначено, що вчені пропонують наступне визначення феномену «психічне здоров'я» – це адекватність особистісних реакцій навколишньому довкіллю, впливам, критичність і здатність приймати соціальні норми і правила, гнучкість стосовно життєвих ситуацій, що змінюються, і можливість чітко будувати перспективи для майбутнього життя [8, с. 71].

Вітчизняний психолог, С. Максименко у своїх працях розглядає психічне здоров'я як аспект здоров'я в цілому, та підкреслює, на етапі душевного комфорту, відсутності патологічних психічних виявів і здатності до успішної діяльності й саморегуляції згідно власних цілей та інтересів індивіда [3, с. 89].

В. Панок і І. Цушка у своїх наукових дослідженнях пов'язують психічне здоров'я із розумовим і емоційним благополуччям людини, повною відсутністю різних психічних хвороб, адекватна регуляція власної моделі поведінки відповідно до сучасних умов навколишньої реальності. адекватній умовам навколишньої дійсності регуляції поведінки, діяльності. Крім того, вчені зробили висновок, що гарне психічне здоров'я дозволяють особистості реалізувати власний потенціал, без проблем вирішувати будь які складнощі та проблемні ситуації в житті, та успішно працювати. Таким чином, вчені вважають, що психічно здорова особистість є гармонійна, врівноважена, яка здатна до самореалізації [7, с. 5].

У більшості теорій особистості приділяється увага вивченню психологічного здоров'я. Так, наприклад, З. Фрейд, зазначає, що здорова зріла особистість характеризується властивою їй здатністю ефективно здійснювати свою діяльність та підтримувати прийнятні міжособистісні відносини, ставити перед собою відповідні цілі для досягнення їх, справлятися із проявом тривоги, таким чином, щоб це не відбивалось на моделі поведінки.

А американський психолог Г. Олпорт, у диспозиційній теорії проводить порівняння поняття здорової і зрілої особистості, і зазначає, що дозрівання особистості є постійним процесом становлення, що триває протягом всього життя [6, с. 119].

А представники гуманістичної теорії, а саме: А. Маслоу, і К. Роджерс у своїх наукових дослідженнях, зазначають, що якщо особистість в повній мірі реалізує власний вроджений потенціал, то таким чином вона демонструє своє справжнє психічне здоров'я [4; 10].

Таким чином, на основі проведеного дослідження, можна зробити висновок, що психічно здоровою є особистість, яка є інтелектуально розвинуто, психологічно зрівноваженою, яка спроможна оволодіти різними видами діяльності, та здатна долати різні навантаження психічного і фізичного характеру, без будь-яких наслідків для власного здоров'я.

Відомо, що на стан психічного здоров'я особистості постійно здійснюють вплив велика кількість таких зовнішніх факторів, як: соціальні, економічні, екологічні, психотравмуючі та фізичні.

В наш час, сучасний фахівець здійснює свою професійну діяльність в умовах нервової напруженості, дефіциту часу, значного обсягу інформації, відсутність умов для відпочинку, ненормованого робочого дня, постійного тиску зі сторони керівництва. Швидкий темп сучасного життя; інформаційне та емоційне перенасичення; низький рівень екологічного благополуччя; прискорення темпів науково-технічного призводять до погіршення психічного здоров'я людей, що виявляється у швидкій втомі, низьким рівнем уваги, нерівноваженістю, повній самоізоляції від навколишнього соціуму, швидкою втомлюваністю, частими захворюваннями.

Професійна підготовка майбутніх фахівців в сучасному освітньому просторі припускає навчання молодих людей, які, як відомо, не мають практичного досвіду та погано усвідомлюють власне професійне майбутнє.

Стан психічного здоров'я сучасних студентів характеризується великою кількістю

індивідуальних якостей, а також, синтезом біологічно та соціально-обумовлених особливостей їх психічної сфери. До основних ознак психічного здоров'я майбутніх фахівців в освітньому просторі належить: успішне пристосування до навчальної діяльності; прийнятність до колективу; низький рівень тривоги; емоційна рівновага; здатність аналізувати отриману інформацію [1, с. 13].

Науковець В. Вербицький у своїх наукових працях, зазначає, що існують внутрішні, які є само детермінованими і зовнішні чинники психічного здоров'я, які залежать від дотримання психологічних норм в умовах організації навчальної діяльності [2, с. 26].

В процесі входження студентів в освітній простір обумовлює досягненню визнання та високого статусу серед інших студентів. Прагнення майбутніх фахівців зайняти відповідний статус викликає велику кількість стресів та емоційних переживань, тому потребує формування належного стилю життя, що, насамперед, буде включати в себе турботу про своє психічне здоров'я.

В реальній дійсності, прояв турботи студентів до свого психічного знаходиться на низькому рівні. Крім того, сьогодні простежуються деякі обмеження стосовно організації та проведення вільного часу, саме в напрямку відтворення психічних сил. Необхідно зазначити, що сучасний студент, використовує в наш час такі засоби відпочинку, які завдають шкоду психічному здоров'ю, у зв'язку з тим, що молоді люди для свого відпочинку вживають алкоголь, наркотичні препарати, палінням, що призводить до виснаження нервової системи [2, с. 26].

Аналізуючи психологічний аспект психічного здоров'я, необхідно акцентувати увагу на внутрішньому світі майбутнього фахівця, що вираженої впевненості чи невпевненості у власних силах, чіткому усвідомленні своїх здібностей, належному ставленні до соціуму і реальної дійсності.

Сьогодні, як відомо, для студентів в освітньому просторі характерні підвищені вимоги та різні види навантаження. В процесі навчання у вищому освітньому закладі відбувається становлення майбутнього фахівця, а його стан психічного здоров'я здійснює вплив на успішність навчання та стиль життя загалом.

У своїх експериментальних дослідженнях вчені М. Валерій, С. Максименко, М. Савчин, М. Тимофієва, Т. Ререпелиук зазначають [3; 11; 12; 13; 14], що основним елементами, які призводять до психічного навантаження, що здійснюють вплив на психічний стан

людини відноситься: інформаційній – інноваційні інформаційно-комунікативні технології; ситуативний – тривога, конфлікт, фобії; особистісний – низький рівень самооцінки, дратівливість, висока вимогливість до власної особистості, невпевненість, інтрапсихічні конфлікти.

Крім того, необхідно зазначити, що у зв'язку з швидкими та негативними змінами, які відбуваються в соціально-економічній сфері нашої держави, проявляється ще один фактор ризику по відношенню до психічного здоров'я, а саме: соціальна та професійна невизначеність майбутнього фахівця в сучасному соціумі, необхідність пошуку свого призначення і майбутнього місця роботи.

Таким чином, невизначеність до свого майбутнього призводить до зниження мотиваційної сфери майбутніх фахівців, викликає тривогу та вираження невпевненості, що може служити прояву професійного вигорання на ранніх етапах [3, с. 168]. Головним аспектом психічного здоров'я майбутніх фахівців є задоволеність результатами в процесі навчання.

Крім того, почуття успішності співвідноситься з переживанням високого рівня суб'єктивного значення їх спрямувань та ймовірністю реалізації поставленої мети. Отже, важливу роль в пошуках саморегуляції відіграє чітке розуміння та позитивне оцінювання можливостей досягнення певної мети.

Відповідно до цього, підвищується впевненість в тому, що обрана мета можуть бути реалізована навіть за умови існування зовнішніх негативних обставин.

Відхилення у психічному здоров'ї майбутніх фахівців виникають в результаті зниження адаптації під впливом факторів ризику соціального простору.

Дослідження соціальних детермінант дозволяє визначити, що вагомий вплив у юнацькому віці на стан психічного здоров'я здійснює тип відносин у родині.

Іншим негативним чинником психічного здоров'я є низький рівень соціальної підтримки, яка з боку професійного оточення, насамперед, науково-педагогічних працівників, співробітників, стає основою вираження позитивних емоцій, допомагає в процесі розв'язання різних конфліктних ситуацій. А низький рівень соціальної підтримки призводить до зниження самооцінки та формує почуття відчуженості від власних результатів діяльності.

Необхідно зауважити, що існує ще криза градієнтації, яка відіграє важливе значення в процесах порушення психічного здоров'я. Дана криза характеризується як певне явище,

яке може спричинити до підвищення рівня незадоволеності власними результатами стосовно певної діяльності, прояву виснаження, зневіри, тривоги, зниженню рівня мотивації до навчальних досягнень [11, с. 97].

Як відомо, що дезорієнтація зможе підвищити нервово-психічну напругу, що з однієї сторони, це спричинено особистісними якостями індивіда, а саме: високим рівнем тривоги, низьким рівнем нервово-психічної стійкості та мотивації до навчальної діяльності, а з іншої – нелогічна організація навчального процесу сприяє дезорієнтації студента.

В наш час, студентська молодь розчаровуються в процесі навчання у вищому освітньому закладі, це пов'язано з тим, що сам процес навчання не є мотивованим, емоційно забарвленим позитивними емоціями для сприяння всебічного розвитку.

У зв'язку з цим, навчання, яке характеризується нервовим напруженням та негативними емоціями має бути чимось заміщеним.

На наш погляд, для зменшення нервового напруження є забезпечення рухової активності. З метою збереження психічного здоров'я майбутніх фахівців, що передбачає оптимізації стійкості психічного стану до різних несприятливих ситуацій, збільшення власних психічних можливостей та розумових здібностей, засвоєння основних методів щодо управління власною моделлю поведінки і зменшення негативних наслідків пережитого стресу чи негативних ситуацій є здійснення профілактичних дій на основі впровадження в навчальних процес аутогенного тренінгу. Даний тренінг сприятиме розслабленню м'язів, зосередження уваги і побудови відповідної вольової установки.

Крім того, важливу роль відіграють і дихальні вправи, які забезпечують ефект релаксації.

Сприяння збереження психічного здоров'я майбутніх фахівців є одним з головних завдань науково-педагогічних працівників та практичних психологів в освітньому просторі.

Таким чином, вважаємо, що до пріоритетних форми з метою збереження психічного здоров'я необхідно включити: просвітницьку діяльність, яка базується на наданні інформації майбутнім фахівцям щодо важливих питань покращення їх здоров'я; профілактику, у формі проведення бесід індивідуально чи для всієї групи на тему: «Як подолати тривогу», «Основні психологічні прийоми для успішної здачі іспитів», «Тайм-менеджмент», «Основні методи подолання нервово-психології напруги в процесі навчання»; діагностування, психологічне консультування.

Крім того, особливе значення має адаптація студентів першого курсу, тому їм потрібно приділити важливу увагу, тобто необхідна тісна співпраця з кураторами (наставниками) навчальних груп; вивченню особистісних якостей майбутнього фахівця, детальне інформування студентів з різних проблемних питань.

Отже, до основних заходів для покращення психічного здоров'я майбутніх фахівців в освітньому просторі необхідно включити розвиток у них відповідних умінь та практичних навичок, які допоможуть їм подолати різного роду труднощі та тривогу, збільшити рівень самооцінки

Висновки і перспективи подальших досліджень. На основі проведеного дослідження, можна зробити висновок, що пси-

хічне здоров'я людини – це відносно стійкий стан організму індивіда, що допомагає їй усвідомлено, використовуючи свої психічні можливості, та враховуючи природні та соціальні умови, реалізувати та забезпечувати потреби.

Таким чином, впровадження інновацій в сучасний освітній простору повинні бути орієнтовані на забезпечення високої конкурентоспроможності особистості у сучасному світі та формуванні психічного здоров'я майбутніх фахівців як гарантії високої їх адаптації до динамічних змін в суспільстві.

Перспективи подальших досліджень у зазначеному аспекті є вивчення динаміки, соціальних та психологічних напрямів і основних факторів збереження та покращення психічного здоров'я майбутніх фахівців в освітньому просторі.

Література:

1. Варій М.Й. Психічне здоров'я людей та його критерії. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2008. Вип. 1. С. 3–15.
2. Вербицький, В. В. Зміцнення психічного здоров'я студентів на заняттях з фізичної культури у ВНЗ. *Ідеї, реалії і перспективи освітніх інновацій: філософія, психологія та методика* : зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції (20-21 квітня 2006 р.): у 2 ч. Ч. 2 / Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти. Суми, 2006. С. 23–26.
3. Максименко С. Д. Медична психологія : підручник / С. Д. Максименко, Я. В. Цехмістер, І. А. Коваль, К. С. Максименко ; за ред. С. Д. Максименка. 2-ге вид. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2014. 520 с.
4. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики ; пер. с англ. А. М. Татлыбаевой. Санкт-Петербург : Евразия, 1999. 432 с.
5. Митяева А. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., стер. Москва : Издательский центр «Академия», 2016. 192 с.
6. Олпорт Г. Становление личности : избр. труды. Москва : Смысл, 2002. 462 с.
7. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя. Проблеми освіти : наук.-метод. зб. Київ : Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. Вип. 48. С. 3–7.
8. Приходько Ю.О. Психологічний словник-довідник : навч. посіб. Київ : Каравела, 2012. 328 с.
9. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. Київ: Академвидав, 2006. 424 с.
10. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Роджерс ; пер. с англ. М. Злотник. Москва: ЭКСМО-Пресс, 2001. 416 с.
11. Савчин М. В. Психічна складова здоров'я людини : науковий вісник : зб. наук. пр. Херсонський держ. ун-т ; гол. ред. О. Є. Блинова. Херсон : Гельветика, 2017. Вип. 6. С. 93–97.
12. Тимофієва М. Збереження психічного здоров'я молоді: валеософський аспект. *Актуальні питання суспільних наук та історії медицини*. 2015. № 2. С. 64–69.
13. Charlotte Emma Hilton, Lynne Halley Johnston, Health psychology: It's not what you do, it's the way that you do it. August 2, 2017 Research Article <https://doi.org/10.1177/2055102917714910>
14. Perepeliuk T. Determination and research of the mental health dynamics among teachers of higher education with different places of professional activity / T. Perepeliuk, S. Penzai, N. Pikovets. *Humanities & Social Sciences Reviews*. Vol 7. № 4. 2019. P. 1378–1388.

References:

1. Varii M.I. (2008) Psykhichne zdorovia liudei ta yoho kryterii [Mental health of people and its criteria]. *Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Affairs*. Issue 1. P. 3–15 [in Ukrainian].
2. Verbytskyi, V. V. (2006) Zmitsnennia psykhichnoho zdorovia studentiv na zaniattiakh z fizychnoi kultury u VNZ [Strengthening the mental health of students in physical education classes at universities]. *Ideas, realities and prospects of educational innovations: philosophy, psychology and methodology: collection. materials of the All-Ukrainian scientific-practical conference (April 20-21, 2006): at 2 Part 2 / Sumy Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education*. Sumy, P. 23–26 [in Ukrainian].
3. Maksymenko S. D. (2014) Medychna psykhologhiia [Medical Psychology: Textbook]. 2nd view. Kyiv: Slovo Publishing House, 520 p [in Ukrainian].

4. Maslou A. (1999) Dalnie predely chelovecheskoj psihiki [Far limits of the human psyche]. Lane with English AM Tatlybaeva. Eurasia, 432 p [in Russian].
5. Mityaeva A. (2016) Zdorovesberegayushie pedagogicheskie tehnologii [Health-saving pedagogical technologies]: textbook. manual for students. higher textbook institutions. 2nd ed., P. Moscow: Publishing Center "Academy", 192 p.: ucheb. posobie dlya stud. vyssh. ucheb. zavedenij. 2-e izd., ster. Moscow: Izdatelskij centr «Akademiya», 192 p [in Russian].
6. Olport G. (2002) Stanovlenie lichnosti [Formation of personality]: fav. works. Moscow: Meaning, 462 p. [in Russian].
7. Orzhekhovska V. M. (2006) Pedagogika zdorovoho sposobu zhyttia [Pedagogy of a healthy way of life]. Problems of education: scientific method. coll. Kyiv: Institute of Innovative Technologies and Content of Education. – Issue. 48. – P. 3–7 [in Ukrainian].
8. Prykhodko Yu. O. (2012) Psykholohichni slovnyk-dovidnyk [Psychological dictionary-reference book: textbook]. Kyiv: Karavela, 328 p [in Ukrainian].
9. Psykholohichna entsyklopediia / avtor-uporiadnyk O. M. Stepanov. (2006) [Psychological encyclopedia / author-compiler O.M Stepanov]. Kyiv: Akademydav, 424 p [in Ukrainian].
10. Rodzhers K. (2001) Stanovlenye lychnosti. Vzghliad na psykhoterapiyu; per. s anhl. M. Zlotnyk [Formation of personality. A look at psychotherapy] K. Rogers; per. from English. M. Zlotnik. Moscow: EKSMO-Press, 416 p [in Russian].
11. Savchyn M. V. (2017) Psykhichna skladova zdorovia liudyny [Mental component of human health]. Scientific herald: coll. Science. Kherson State Ave. University; Goal. ed. OE Blinov. Kherson: Helvetica, Vip. 6, P. 93–97 [in Ukrainian].
12. Tymofieva M. (2015) Zberezhennia psykhnichnoho zdorovia molodi: valeocofskiy aspekt [Preservation of mental health of youth: valeosofskiy aspect]. issues of social sciences and history of medicine. № 2. P. 64–69 [in Ukrainian].
13. Charlotte Emma Hilton, Lynne Halley Johnston (2017) Health psychology: It's not what you do, it's the way that you do it // August 2, Research Article <https://doi.org/10.1177/2055102917714910>
14. Perepeliuk T. (2019) Determination and research of the mental health dynamics among teachers of higher education with different places of professional activity / T. Perepeliuk, S. Penzai, N. Pikovets // Humanities & Social Sciences Reviews. Vol 7. № 4. P. 1378–1388.

УДК 159.922.27

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.12>**Світлана СИТНИК**

доктор психологічних наук, доцент кафедри теорії та методики практичної психології,
ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна, 65020
ORCID: 0000-0001-5875-919X

Svitlana SYTNIK

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department
of Theory and Methods of Practical Psychology, The State Institution
"South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",
26 Staroportofrankivska str., Odesa, Ukraine, 65020
ORCID: 0000-0001-5875-919X

ЕМПАТИЯ ЯК РЕГУЛЯТОР МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ**EMPATHY AS A REGULATOR OF INTERPERSONAL INTERACTION**

У статті представлені результати емпіричного дослідження характеру міжособистісної взаємодії осіб з розвиненими емпатійними здібностями. Для перевірки гіпотези про те, що регулятивна функція емпатії проявляється у формуванні дружнелюбних, доброзичливих відносин з оточуючими, в неагресивних формах розв'язання конфліктів, у загальній компетентності щодо ефективної міжособистісної взаємодії в цілому, аналіз результатів дослідження складався з трьох послідовних кроків. По-перше, це визначення точності та варіативності отриманих показників, які характеризують емпатійні здібності, а також з'ясування загальних тенденцій прояву емпатії у сучасній молоді. По-друге, встановлення характеру взаємозв'язків між цими показниками та різними формами поведінки у міжособистісній взаємодії. По-третє, порівняння груп досліджуваних з високим та невисоким рівнями розвитку емпатії.

У результаті аналізу індивідуальних даних та первинних статистик показано, що більшість представників студентської молоді мають середній рівень емпатії, передусім, за рахунок розвитку вміння поставити себе на місце партнера та створити атмосферу відкритості, довірливості, задушевності. Емоційна чуйність, здатність розуміти внутрішній світ співрозмовника, несвідомо, на інтуїтивному рівні сприймати його емоційний стан та налаштовуватись на іншого розвинені в них децю гірше. Встановлено в процесі кореляційного аналізу, що регуляторна функція емпатії у міжособистісній взаємодії розкривається через прямий зв'язок з розвитком особистісного ресурсу міжособистісної взаємодії, соціальною адаптивністю та готовністю йти взаєморозуміння у відносинах, із схильністю до уникнення або пристосування у ситуації конфлікту, із залежним, дружнелюбним, альтруїстичним ставленням до людей, а також через від'ємний зв'язок із соціальною автономністю, конкурентною формою поведінки у конфлікті, агресивним, підозрілим ставленням до людей. Виявлено шляхом порівняння груп досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії, що емпатійні люди відрізняються вищим проявом потреби в міжособистісній взаємодії, прагненням до встановлення контакту, до розширення кола спілкування, значнішим інтересом до людей, вмінням зрозуміти точку зору опонента, гнучкістю поведінки, що дозволяє їм більш успішно регулювати рівень конфліктності у групі, впливати на благополуччя взаємин, пристосовуватися до чужих рішень, не намагаючись відстоювати власні інтереси, або загалом ухилятися від конфлікту, не вдаючись до агресивних форм поведінки. У взаємодії такі особи частіше проявляють себе як ввічливі, компромісні, конформні, товариські, дружнелюбні у відносинах. Вони невимогливі, не схильні до звинувачень, охоче приймають допомогу, схильні довіряти партнерам.

Ключові слова: емпатійні здібності, структурно-особистісні ознаки, міжособистісна взаємодія, інтерактивна компетентність, типові форми поведінки, ставлення до людей.

The article presents the results of an empirical study of the interpersonal interaction nature of persons with developed empathic abilities. To test the hypothesis that the regulatory function of empathy is manifested in the formation of friendly, benevolent relationships with others, in non-aggressive forms of conflict resolution, in general competence for effective interpersonal interaction in general, the analysis consisted of three successive steps. The first is to determine the accuracy and variability of the indicators that characterize empathic abilities, as well as to clarify the general trends of empathy in modern youth. Second, to establish the nature of the relationship between these indicators and different forms of behavior in interpersonal interaction. Third, a comparison of study groups with high and low levels of empathy.

The analysis of individual data and primary statistics shows that most students have an average level of empathy, primarily due to the development of the ability to put yourself in the place of a partner and create an atmosphere of openness, trust, sincerity. Emotional sensitivity, the ability to understand the inner world of the interlocutor, unconsciously, on an intuitive level to perceive his emotional state and tune in to another developed in them a little worse. It was established in the process of correlation analysis that the regulatory function of empathy in

interpersonal interaction is revealed through a direct connection with the development of personal resources of interpersonal interaction, social adaptability and willingness to reach mutual understanding in relationships, prone to avoid or adapt to conflict altruistic attitude towards people, as well as through a negative connection with social autonomy, competitive behavior in conflict, aggressive, suspicious attitude towards people. Identified by comparing groups with high and low levels of empathy, empathic people have a higher manifestation of the need for interpersonal interaction, the desire to establish contact, to expand communication, greater interest in people, the ability to understand the opponent's point of view, flexibility of behavior that allows them more successfully regulate the level of conflict in the group, influence the well-being of relationships, adapt to other people's decisions without trying to defend their own interests, or generally avoid conflict without resorting to aggressive behavior. In interaction, such persons often show themselves as polite, compromising, conforming, sociable, friendly in relationships. They are undemanding, not prone to accusations, willing to accept help, tend to trust partners.

Key words: *empathic abilities, structural-personal features, interpersonal interaction, interactive competence, typical forms of behavior, attitude to people.*

Актуальність проблеми. Однією з необхідних умов діяльності фахівців соціономічних професій є успішність взаємодії з іншими людьми, яка ґрунтується на здатності людини емоційно відгукуватись на переживання іншого. Це дозволяє досягти взаєморозуміння та спільної взаємної регуляції в процесі міжособистісної взаємодії. Саме тому особливої актуальності набуває дослідження емпатії як регулятора міжособистісної взаємодії у майбутніх психологів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Емпатія як психічне явище грає одну з найважливіших ролей міжособистісної взаємодії людей [7–10]. Суть цього психічного акту полягає в проникненні у внутрішній світ іншої людини, будь то її емоційні переживання, особисті якості, потреби, прагнення чи ціннісні судження, а також реагування суб'єкта на прояви внутрішнього світу іншої людини. У дослідженнях Г.М. Андреевої емпатія характеризується як особливий, «емоційно забарвлений» спосіб міжособистісного пізнання. М.М. Обозов під емпатією розуміє реакцію однієї людини на переживання іншої, вважаючи, що без симпатії та взаємної підтримки неможливо уявити як колективне, так і індивідуальне існування. Т.В. Коломієць визначає емпатійність як інтегративну якість особистості, яка впливає на всі компоненти міжособистісної взаємодії, тобто на встановленню взаєморозуміння, адекватного емоційного реагування, смислової єдності тощо.

Емпатія визначає здатність і готовність розпізнавати, розуміти та співпереживати відчуттям, емоціям, думкам, мотивам та особистісним якостям іншої людини. Отже, серед вітчизняних дослідників емпатія розглядається як трикомпонентне утворення. Так, Н.І. Сарджвеладзе, який визначив емпатію як особливий психічний акт, цілісне утворення когнітивного, емоційного та моторного компонентів, що входить як особлива форма у соціальну взаємодію. У сучасній і визнаній багатьма дослідниками моделі емпатії М. Девіса термін «когнітивна емпатія» вико-

ристовується для опису емпатійного процесу, спрямованого на розуміння, при збереженні цілісності, різноманітності цього складного явища. У цьому випадку до категорії когнітивної емпатії потрапляють саме раціональні аспекти, а все емоційне, пов'язане з поділом почуттів, переходить до емоційної емпатії.

У літературі емпатія описується не тільки як здатність співчувати іншим людям, але і як готовність надати будь-яку психологічну допомогу. На думку К. Роджерса, процес емпатії розглядає як проникнення в особистий світ сприйняття іншого і переживання його як свого. Процес емпатії передбачає, що психолог-консультант ділиться з клієнтом тим, як у нього постає внутрішній світ клієнта у вигляді гіпотез, які передбачають вираження клієнтом ставлення до них. У цьому дослідженні внутрішнього світу консультант допомагає клієнту відчутти можливі значення та відчуття більш повно і глибоко.

Аналіз спеціальної літератури показав, що емпатія активно досліджується не тільки в рамках консультації, психотерапії, а й серед представників інших допоміжних професій – психологів, рятувальників, офіцерів Збройних сил України. [1; 3–6]. У центрі уваги в цих дослідженнях роль емпатії в структурі особистості професіонала, вплив емпатії на успішність діяльності; розглянуто методи розвитку емпатії. Таким чином, важливість емпатії була доведена у багатьох професіях допомоги. Емпатія як чинник ціннісно-смислової спрямованості сучасних юнаків у ситуації міжособистісної взаємодії активно обговорюються, наприклад, у дослідженнях Л.П. Журавльової, Т.В. Коломієць, А.І. Литвинчука, Т.В. Можаровської [2; 7]; а також роль емпатії фахівців соціономічних професій під час міжособистісної взаємодії [10]. Узагальнення цих та інших досліджень засвідчує, що незважаючи на високу увагу до пізнання емпатії, залишається ще багато нез'ясованих емпіричних даних відносно прояву емпатійних здібностей в міжособистісної взаємодії, що й визначає мету даного дослідження.

Мета статті – визначити характер міжособистісної взаємодії осіб з розвиненими емпатійними здібностями. Завдання: 1) емпірично вивчити загальні тенденції прояву емпатії у сучасної молоді; 2) встановити характер взаємозв'язків між емпатією та різними формами поведінки у міжособистісній взаємодії; 3) виявити особливості поведінки у міжособистісній взаємодії осіб з розвинутою емпатією.

Виклад основного матеріалу. Для визначення характеру взаємодії осіб з розвинутою емпатією проведено емпіричне дослідження, у якому застосовано ряд психодіагностичних методик. Це «Тест на емпатійні здібності» В. В. Бойка для визначення рівня розвитку емпатії, розроблена автором методика «Діагностика основних компонентів міжособистісної взаємодії» для вивчення структурно-особистісних ознак міжособистісної взаємодії [11], методика «Тип поведінки у конфлікті» Т.Томаса для з'ясування типових форм поведінки у конфліктних ситуаціях, «Методика діагностики міжособистісних відносин» Т. Лірі для діагностування ставлення до людей у міжособистісній взаємодії, а також «Тест перцептивно-інтерактивної компетентності» (Н.П. Фетискін) для оцінки особистісної готовності до інтерактивної компетентності. Вибірку досліджуваних склали 133 студенти Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського у віці 18-22 років.

Для перевірки гіпотези про те, що регулятивна функція емпатії проявляється у формуванні дружельюбних, доброзичливих відносин з оточуючими, в неагресивних формах розв'язання конфліктів, у загальній компетентності щодо ефективної міжособистісної взаємодії в цілому, аналіз результатів дослідження складався з трьох послідовних кроків. По-перше, це визначення точності та варіативності отриманих показників, які характеризують емпатійні здібності, а також з'ясування загальних тенденцій прояву емпатії у сучасної молоді. По-друге, встановлення характеру взаємозв'язків між цими показниками та різними формами поведінки у міжособистісній взаємодії. По-третє, порівняння груп досліджуваних з високим та невисоким рівнями розвитку емпатії.

Результати дослідження емпатійних здібностей студентів показали, що ряд відповідних показників демонструють високу точність мір центральної тенденції, яка характеризується збігом значень середнього вибіркового (\bar{X}), медіани (Me) та моди (Mo) (табл. 1).

Таблиця 1
Первинні статистики показників, які характеризують емпатійні здібності досліджуваних

Показники	Первинні статистики						
	M	σ	Me	Mo	Min	Max	CV
Раціональний канал емпатії	3,96	1,28	4	5	1	6	32,2
Емоційний канал емпатії	3,44	1,44	4	4	0	6	37,0
Інтуїтивний канал емпатії	3,78	1,55	4	5	0	6	41,6
Настанови, що сприяють емпатії	3,41	1,40	4	3	1	6	37,7
Проникаюча здатність до емпатії	4,03	1,44	4	4	1	6	36,7
Ідентифікація в емпатії	4,17	0,98	4	4	1	6	26,0
Розвиток емпатійних здібностей	22,79	4,69	23	23	10	32	20,1

Примітки: M – середнє значення, σ – стандартне відхилення, Me – медіана, Mo – мода, Min – мінімальне значення, Max – максимальне значення, CV – коефіцієнт варіації.

Це показники емоційного каналу емпатії, проникаючої здатності у емпатії та ідентифікації у емпатії. Решта показників демонструють помірну точність. Це показники раціонального каналу емпатії, інтуїтивного каналу емпатії та настанов, що сприяють емпатії, за якими лише два з трьох параметрів центру розподілу близько розташовані один до одного. Щодо варіативності розподілу, більшість показників емпатійних здібностей розподілені у досить широкому діапазоні, проте лише у чотирьох показників коефіцієнт варіації наближаються до параметрів нормального розподілу. Це показники раціонального, емоційного каналів емпатії, настанов, що сприяють емпатії, та проникаючої здатності до неї. За показниками ідентифікації в емпатії та загального показника її розвитку оцінки варіативності мають помірну вираженість, а для показника інтуїтивного каналу емпатії варіативність суттєво вища за норму.

Оскільки за більшістю показників виявлена помірною точністю мір центральної тенденції та близький до норми показник варіації розподілу, узагальнену характеристику розвитку емпатійних здібностей респондентів можна надати спираючись на середні значення показників, за якими вони визначалися. Так за сумою середніх оцінок всіх показників емпатії, яка дорівнює 22,8 балу, можна визначити наявність у випробуваних середнього рівня розвитку емпатійних здібностей. Також

такий висновок підтверджує і той факт, що більшість результатів досліджуваних зосереджені в межах середнього рівня вираженості загального показника емпатії (59,4%), низький рівень виявлено у (31,6% досліджуваних, і лише 9 % відповідей свідчать про низький рівень емпатії.

Такі дані показують, що порівняно з відомостями, наведеними Л. М. Лисенко, яка виявила високий рівень емпатії у 65% студентів – майбутніх психологів, пов'язуючи його з їхньою «...емоційною чутливістю, здатністю бути «відкритими» до потреб і проблем оточуючих, великодушними, проявляти комунікабельність, надавати перевагу роботі з людьми» [3, с. 146], наша вибірка до складу якої, окрім студентів-психологів увійшли майбутні педагоги різних профілів, є менш емпатійною. На користь пояснення цих розбіжностей за рахунок соціально-демографічних чинників, наведемо висновки, зроблені Г. В. Пирог, Н. М. Шикирава, про те, що «прояви емпатії певною мірою пов'язані з віком: чим старший психолог, тим вища його загальна емпатійність. ...Зв'язок емпатії зі стажем виявлено лише в групі «молодих фахівців» – у перші три роки роботи емпатійність психологів зменшується» [6, с. 96]. Результати дослідження О. С. Вавринів на виборці студентів-майбутніх рятувальників частково підтверджують таку закономірність, адже вони є найближчими до тих даних, що отримані нами. За ними «...високий рівень емпатійних здібностей спостерігався у 8% майбутніх рятувальників, середній рівень – 48%, занижені показники спостерігалися у 34 % та дуже низький – у 11% учасників дослідження» [1, с. 99]. Схожі дані представлені також у роботах І. Литвиненко [4, с. 23], Н. Б. Литвинчук [5, с. 47-48].

Детальний аналіз окремих емпатійних здібностей дозволяє укласти, що найкращого розвитку набувають вміння поставити себе на місце партнера та створити атмосферу відкритості, довірливості, задушевності під час спілкування з ним. Емоційна чуйність, здатність розуміти внутрішній світ співрозмовника, несвідомо, на інтуїтивному рівні сприймати його емоційний стан та налаштуватися на іншого розвинені дещо гірше.

Отже, як показав аналіз первинних статистик сучасні студенти мають середній рівень розвитку емпатійних здібностей, передусім за рахунок вміння поставити себе на місце партнера та створити атмосферу відкритості, довірливості, задушевності під час спілкування з ним.

Результати кореляційного аналізу із застосуванням коефіцієнта рангової кореляції

Спірмена показали наявність статистично достовірних зв'язків загального показника емпатії з певними формами поведінки у конфлікті, типами ставлення до людей та з деякими проявами загальної компетентності щодо ефективної міжособистісної взаємодії (рис. 1).

Дані, наведені на рисунку, показують, що прямі статистично достовірні зв'язки на 1% рівні значності виявлено з показниками, які характеризують мотиваційні, емоційні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, загальну компетентність у її розгортанні, схильність до уникнення або пристосування у ситуації конфлікту, залежне, альтруїстичне ставлення до людей, на 5% рівні значущості – з показниками дружелюбності, готовності дійти взаєморозуміння у відносинах та соціальної адаптивності.

Від'ємні статистично значущі зв'язки з емпатією зафіксовано серед показників, які характеризують конкурентну форму поведінки у конфлікті ($p < 0,01$), агресивне ($p < 0,01$), підозріле ($p < 0,01$) ставлення до людей, а також соціальну автономність ($p < 0,01$).

Ці дані продемонстрували, що емпатія досить суттєво пов'язана з характером поведінки людини у міжособистісній взаємодії, а також з внутрішніми умовами, що забезпечують її ефективність, демонструючи нам, що емпатія виражається у розвитку таких складових інтерактивної компетентності як уміння зрозуміти точку зору іншої людини, контактність, гнучкість поведінки, мотиваційна та цільова регуляція міжособистісної взаємодії, у адекватності емоцій, станів, переживань щодо участі в ній, і, як наслідок, у зростанні особистісного ресурсу міжособистісної взаємодії, а отже у готовності поступатися своїми інтересами або загалом ухилятися від заострення стосунків, у демонстрації товариськості, доброзичливості, залежності, альтруїзму у стосунках, у відмові від конкурентних, агресивних, підозрілих тенденцій у поведінці, у прагненні приховувати власну значущість в організації та забезпеченні спільної діяльності.

Отже, наявність вищезазначених численних зв'язків є підставою для проведення якісного аналізу характеру поведінки у міжособистісній взаємодії осіб з розвиненими емпатійними здібностями, що здійснювався шляхом порівняння груп досліджуваних з високим та невисоким рівнями емпатії. Першу групу склали досліджувані, індивідуальні значення яких за загальним показником емпатії виявились високими (12 осіб), другу групу – студенти з низькими результатами за цим показником (42 особи).

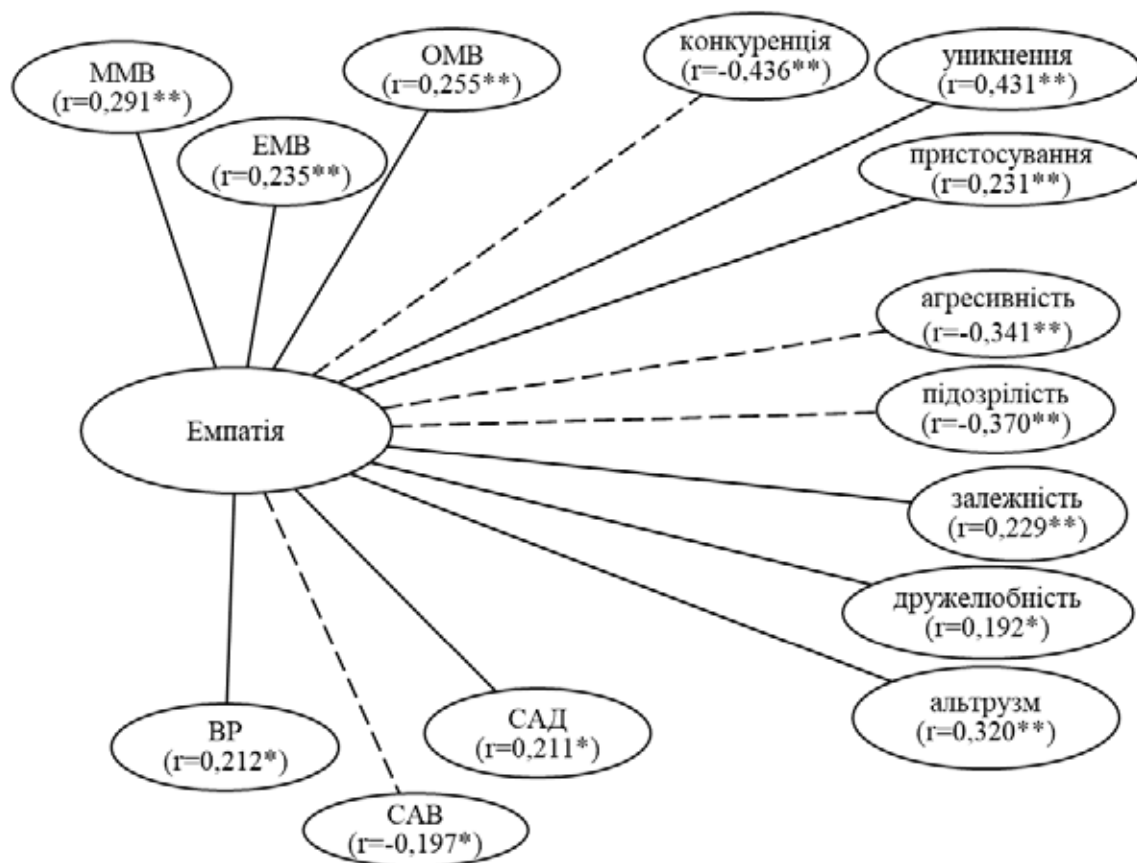


Рис. 1. Взаємозв'язки між показником загальних емпатійних здібностей та психологічної готовності випробуваних до соціальної взаємодії

Примітки: – прямі кореляції; – від'ємні кореляції; *- кореляції статистично достовірні на рівні $p < 0,05$; ** - на рівні $p < 0,01$; ММВ – мотиваційні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, ЕМВ – емоційні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, ОМВ – особистісна основа міжособистісної взаємодії, ВР – взаєморозуміння, САВ – соціальна автономність, САД – соціальна адаптивність.

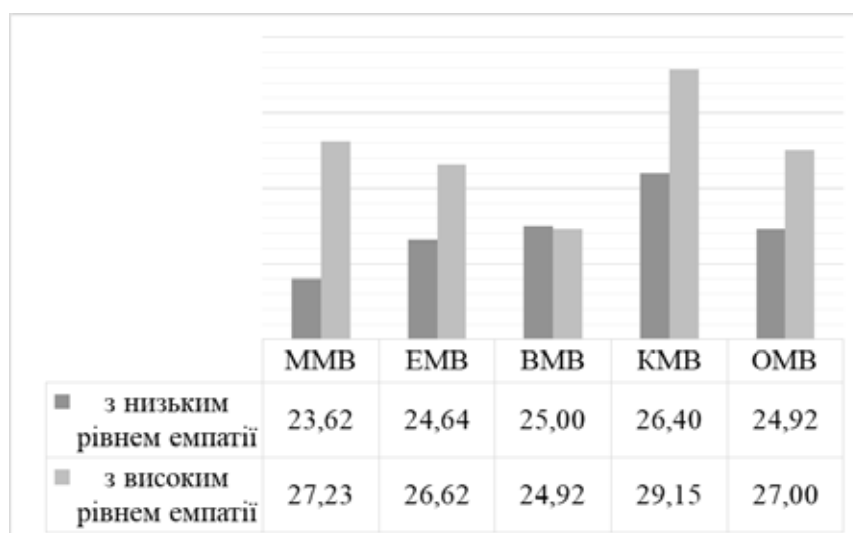


Рис. 2. Середні значення структурно-особистісних ознак міжособистісної взаємодії в групах досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії

Примітки: ММВ – мотиваційні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, ЕМВ – емоційні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, ВМВ – вольові структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, КМВ – когнітивні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії, ОМВ – особистісна основа міжособистісної взаємодії.

Середні значення показників, отриманих за авторською методикою [11] у цих групах, підтверджують, що їхніх учасників можна вважати за таких, хто у великій мірі відрізняються за певними проявами особистісного ресурсу міжособистісної взаємодії (рис. 2).

Дані, представлені на гістограмі, демонструють, що в групі більш емпатійних досліджуваних, порівняно з особами з низьким рівнем емпатії, визначено більш високі середні оцінки за показниками, які характеризують мотиваційні (на 3,6 балу), емоційні (на 2 бали), когнітивні структурно-особистісні ознаки міжособистісної взаємодії (на 2,8 балу), а також за загальним показником її особистісної основи (на 2 бали). Щоб перевірити, наскільки вказані відмінності є статистично достовірними нами був зроблений відповідний аналіз за допомогою t-критерію Стьюдента, результати якого показали, що різниця між групами статистично значуща на рівні $p < 0,05$ лише за показником мотиваційного ресурсу ($t=2,14$) та загальним показником «особистісна основа міжособистісної взаємодії» ($t=2,06$). Тобто, досліджувані з високим рівнем емпатії відрізняються вищим проявом потреби в міжособистісній взаємодії, прагненням до встановлення контакту, до розширення кола спілкування, значнішим інтересом до людей, порівняно з особами, емпатійні здібності яких виражено недостатньо.

Порівнюючи показники інтерактивної компетентності в цих групах досліджуваних (рис. 3), підкреслимо, що за середніми зна-

ченнями певних показників групи майже не відрізняються. Це показники взаємопізнання, взаємовпливу та соціальної активності. Тобто ці складники особистісної готовності до взаємодії не залежать від рівня розвитку емпатії.

За середньою вираженістю показника взаєморозуміння група високоемпатійних досліджуваних продемонструвала результати, на 4,2 балу вищі, ніж група осіб з низьким рівнем емпатії, і ця різниця виявилася статистично достовірною, оскільки значення t-критерію ($t=2,15$) перевищує t-критичне для $p < 0,05$. Таку саме тенденцію визначено і за показником соціальної адаптивності, перевищення середніх значень якого у емпатійних студентів на 5,5 балу підтверджено даними про достовірність ($t=2,03$; $p < 0,05$). В той же час, різниця між групами за показником соціальної автономності, яка склала 2,5 балу на користь осіб з недостатньою емпатією, не знайшла статистичного підтвердження.

Ці дані вказують на більшу сформованість в емпатійних людей таких складників інтерактивної компетентності, які б дозволили успішно регулювати рівень конфліктності у групі за рахунок вміння зрозуміти точку зору опонента, а також таких, що впливають на благополуччя взаємин за рахунок задоволенню своїм положенням у групі та гнучкості поведінки.

Стосовно показників, що характеризують типові форми поведінки у конфліктних ситуаціях, порівнювані групи майже не відрізняються за вираженістю показників співпраці

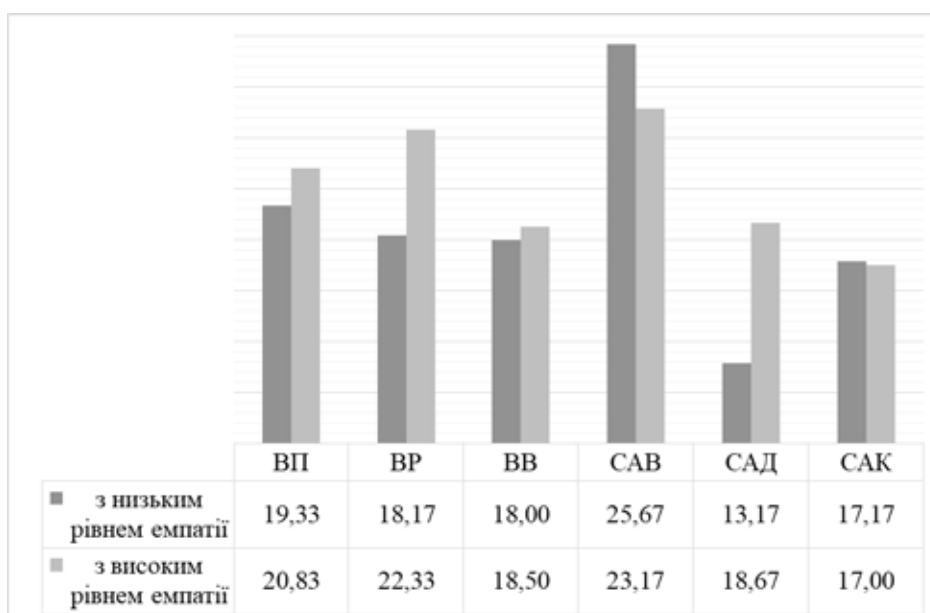


Рис. 3. Середні значення показників інтерактивної компетентності в групах досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії

Примітки: ВП – взаємопізнання, VP – взаєморозуміння, BB – взаємовплив, САВ – соціальна автономність, САД – соціальна адаптивність, САК – соціальна активність.

та компромісу. За рештою форм поведінки є певні відмінності (рис.4).

Так, середні оцінки у групі емпатійних досліджуваних є вищими за показниками уникнення – на 2,4 балу ($t=4,43$; $p<0,01$) та пристосування – на 1,7 балу ($t=2,86$; $p<0,01$). Разом з тим, у цій групі оцінки є у середньому нижчими за показником конкуренції – на 2,4 балу ($t=4,26$; $p<0,01$).

Отже, емпатійні особи більшою мірою, ніж недостатньо емпатійні, схильні пристосовуватися до чужих рішень, не намагаючись відстоювати власні інтереси, або загалом ухилятися від конфлікту. Людям з низьким рівнем емпатії більшою мірою притаманні конкурентні форми поведінки, коли відстоюються лише власні інтереси.

Якщо звернутися до даних, що вказують на типове ставлення до людей у міжособистісній взаємодії досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії (рис.5), стає очевидним, що за показниками авторитарного покірного ставлення до людей середні значення у групах майже не відрізняються. Водночас за певними показниками відмінності набувають більших значень.

Так, у групі емпатійних досліджуваних середні оцінки є вищими за показниками залежного (на 3 бали), дружлюбного (на 2,4 балу) та альтруїстичного ставлення (1,4 балу), і нижчими за такі самі оцінки в групі недостатньо емпатійних – за показниками егоїстичного (на 1,4 балу), агресивного (на 2 бали) та підозрілого ставлення до людей (на 1,3 балу).

Перевірка за t-критерієм Стьюдента показала, що ці відмінності виявилися статис-

тично достовірними на рівні $p<0,01$ для показників агресивного ($t=2,74$; $p<0,01$), залежного ($t=3,29$; $p<0,01$) та дружлюбного ставлення до людей ($t=2,81$; $p<0,01$). Такі відомості дозволяють стверджувати, що емпатійні особи у взаємодії частіше проявляють себе як ввічливі, компромісні, конформні, товариські люди, які проявляють теплоту і дружлюбність у відносинах, не відмовляються від допомоги, та схильні проявляти довіру. Їм меншою мірою, ніж особам з низькою емпатією, притаманні вимогливість, наполегливість, різкість в оцінках оточуючих, схильність до звинувачень.

Таким чином, проведене дослідження дозволило зробити **висновки**:

По-перше, показано, в результаті аналізу індивідуальних даних та первинних статистик, що більшість представників студентської молоді мають середній рівень емпатії, передусім, за рахунок розвитку вміння поставити себе на місце партнера та створити атмосферу відкритості, довірливості, задушевності. Емоційна чуйність, здатність розуміти внутрішній світ співрозмовника, несвідомо, на інтуїтивному рівні сприймати його емоційний стан та налаштовуватись на іншого розвинені в них дещо гірше.

По-друге, встановлено в процесі кореляційного аналізу, що регуляторна функція емпатії у міжособистісній взаємодії розкривається через прямий зв'язок з розвитком особистісного ресурсу міжособистісної взаємодії, соціальною адаптивністю та готовністю дійти взаєморозуміння у відносинах, із схильністю до уникнення або пристосування

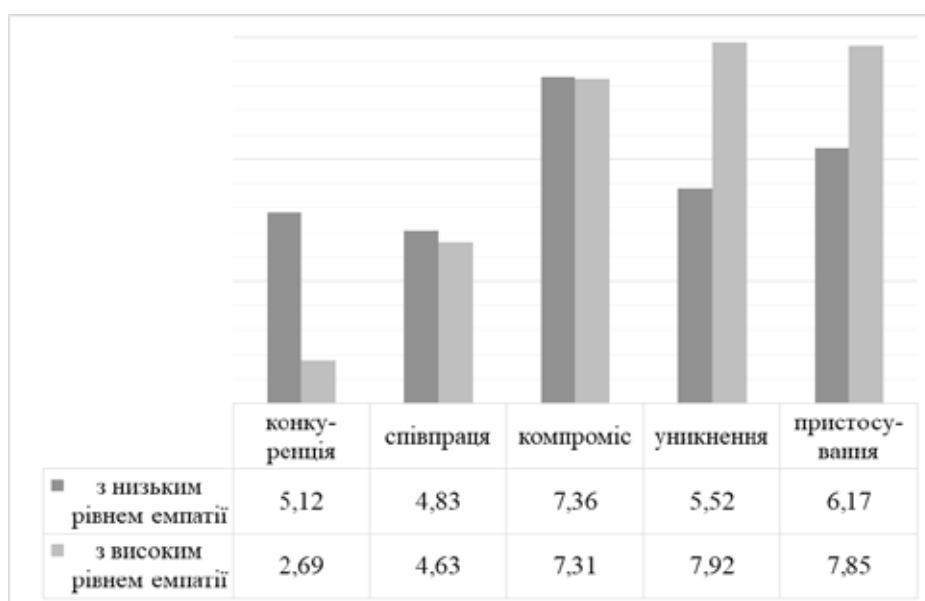


Рис. 4. Середні значення показників, які характеризують типові форми поведінки у конфліктних ситуаціях, в групах досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії

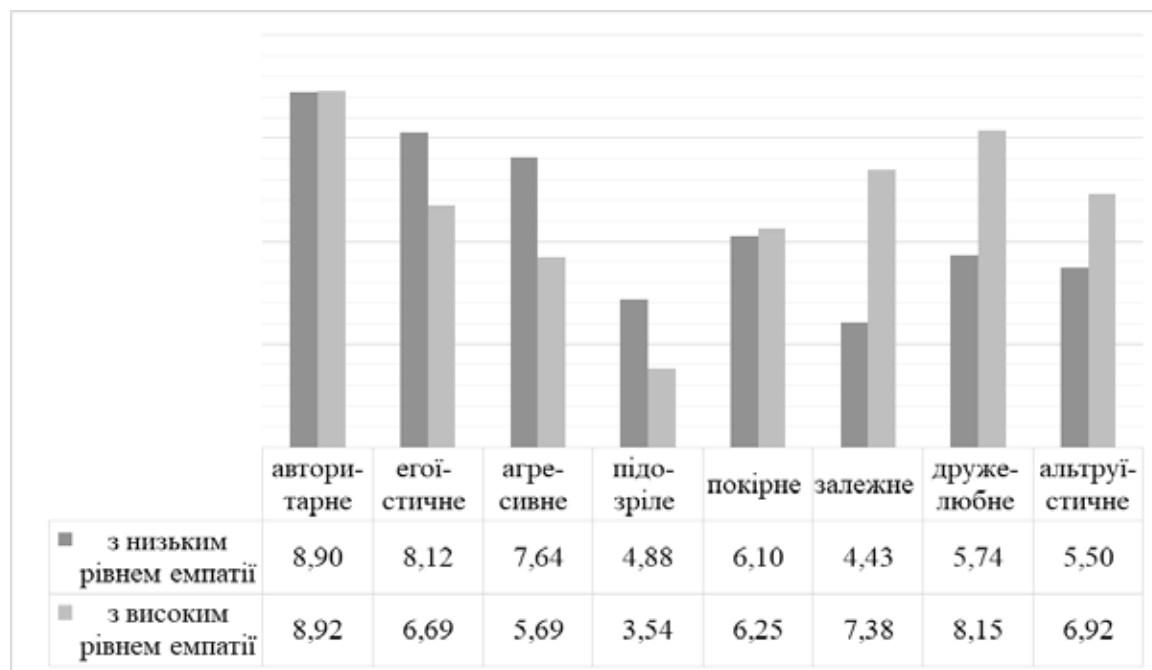


Рис. 5. Середні значення показників ставлення до людей в групах досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії

у ситуації конфлікту, із залежним, дружелюбним, альтруїстичним ставлення до людей, а також через від'ємний зв'язок із соціальною автономністю, конкурентною формою поведінки у конфлікті, агресивним, підозрілим ставлення до людей.

По-третє, виявлено шляхом порівняння груп досліджуваних з високим та низьким рівнями емпатії, що емпатійні люди відрізняються вищим проявом потреби в міжособистісній взаємодії, прагненням до встановлення контакту, до розширення кола спілкування, значнішим інтересом до людей, вмінням зро-

зуміти точку зору опонента, гнучкістю поведінки, що дозволяє їм більш успішно регулювати рівень конфліктності у групі, впливати на благополуччя взаємин, пристосовуватися до чужих рішень, не намагаючись відстоювати власні інтереси, або загалом ухилитися від конфлікту, не вдаючись до агресивних форм поведінки. У взаємодії такі особи частіше проявляють себе як ввічливі, компромісні, конформні, товариські, дружелюбні у відносинах. Вони невимогливі, не схильні до звинувачень, охоче приймають допомогу, схильні довіряти партнерам.

Література:

1. Вавринів О.С. Емпіричне дослідження емпатійності майбутніх рятувальників. *Сучасні педагогіка та психологія: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 12-13 лип. 2019 р., м. Київ. Київ : ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2019. Ч. 2. С. 98–100. URL: <https://sci.ldubgd.edu.ua/bitstream/123456789/6108/1/дослідження%20емпатійності%20майб%20рятув.pdf> (дата звернення: 17.01.2022).
2. Журавльова Л.П., Литвинчук А. І., Можаровська Т. В. Емпатійні переживання юнацтва, що виховується в повних та неповних сім'ях. *Глобальні виклики педагогічної освіти в університетському просторі*. 2017. Т. 3. С. 457–458. URI: <http://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/24830> (дата звернення: 05.01.2022).
3. Лисенко Л.Н. Емпатія як компонент професійної компетентності у майбутніх психологів. *Education and science of today: intersector issues and development of sciences : Collection of scientific papers "AIOΓOΣ" with Proceedings of the I International Scientific and Practical Conference, Cambridge, 19 March 2021*. Cambridge ; Vinnitsia : P.C. Publishing House & European Scientific Platform, 2021. Vol. 3. P. 147–150. URL: http://dspace.hnpu.edu.ua/bitstream/123456789/5958/1/lysenko_L.pdf (дата звернення: 17.01.2022).
4. Литвиненко І., Пшеніцина А. Деякі аспекти розвитку емпатійних здібностей в офіцерів Збройних Сил України. *Науковий вісник МНУ ім. В. О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2021. № 2 (21). С. 21–25. DOI: 10.33310/2078-2128-2021-21-2-21-25.
5. Литвинчук Н.Б. Здатність до емпатії як компонент професійних здібностей майбутнього практичного психолога. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти*. Київ, 2021. С. 47–48. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/51612> (дата звернення: 17.01.2022).

6. Пирог Г. В., Шикирава Н. М. Особливості емпатії на різних етапах професійного становлення практичних психологів системи освіти. *Науковий часопис нац. педагогічного ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Сер. 12. Психологічні науки*. 2020. Вип. 10 (55). С. 87–99. DOI: 10.31392/NPU-nc.series12.2020.10(55).09.
7. Коломієць Т.В., Литвинчук А.І, Можаровська Т.В. Емпатія як чинник ціннісно-сислової спрямованості сучасних юнаків у ситуації міжособистісної взаємодії. *Теоретичні та прикладні проблеми психології* : зб. наукових праць. 2018. №1 (45). С. 144–156.
8. Коломієць Т.В. Розвиток емпатійної міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. *Наука і освіта: наук.-практ. журн. Південноукраїнського нац. пед. ун-ту ім. К.Д. Ушинського*. 2016. № 9. С. 77–84.
9. Ситнік С.В. Особливості міжособистісної взаємодії дітей в період рекреації. *Наука і освіта*. Одеса, № 9'2016/СХХХХХ. С. 148–153.
10. Ситнік С. В. Психологія міжособистісної взаємодії: монографія. Одеса : ФОП Бондаренко М.О., 2020. 350 с.
11. Ситнік С.В. Розробка методики оцінки особистісних компонентів міжособистісної взаємодії. *Теорія і практика сучасної психології*: зб. наук. праць. Запоріжжя, 2020. № 1, Т. 3. С. 111–115. DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-3.19>.

References:

1. Vavryniy O.S. (2019). Empirychne doslidzhenia empatiinosti maibutnykh riatuvalnykiv. [An empirical study of the empathy of future rescuers]. *Materialy Mizhnar. nauk.-prakt. konf. «Suchasni pedahohika ta psykhologhiia: perspektyvni ta priorytetni napriamy naukovykh doslidzhen»*, 12-13 lyp. 2019 r., m. Kyiv. K. : HO «Kyivska naukova orhanizatsiia pedahohiky ta psykhologhiia». Ch. 2. S. 98–100. URL: <https://sci.ldubgd.edu.ua/bitstream/123456789/6108/1/doslidzhenia%20empatiinosti%20maib%20riatuv>. [in Ukrainian].
2. Zhuravlova L. P., Lytvynchuk A. I., Mozharovska T. V. (2017). Empatiini perezhyvannia yunatstva, shcho vykhovuietsia v povnykh ta nepovnykh simiakh. [Empathic experiences of young people brought up in complete and incomplete families]. *Hlobalni vykylyky pedahohichnoi osvity v universytetskomu prostori*. Т. 3. S. 457-458. URI: <http://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/24830>. [in Ukrainian].
3. Lysenko L.N. (2021). Empatiia yak komponent profesiinoi kompetentnosti u maibutnykh psykhologiv. [Empathy as a component of professional competence in future psychologists]. *Education and science of today: intersector issues and development of sciences : Collection of scientific papers “ΛΟΗΟΣ” with Proceedings of the I International Scientific and Practical Conference, Cambridge, 19 March 2021*. Cambridge ; Vynnytsia : P.C. Publishing House & European Scientific Platform. Vol. 3. P. 147–150. URL: http://dSPACE.hnpu.edu.ua/bitstream/123456789/5958/1/lysenko_L. [in Ukrainian].
4. Lytvynenko I., Pshenitsyna A. (2021). Deiakі aspekty rozvytku empatiinykh zdibnostei v ofitseriv Zbroinykh Syl Ukrainy. [Some aspects of the development of empathic abilities in officers of the Armed Forces of Ukraine]. *Naukovyi visnyk MNU im. V. O. Sukhomlynskoho. Psykhologichni nauky*. № 2 (21). S. 21–25. DOI: 10.33310/2078-2128-2021-21-2-21-25. [in Ukrainian].
5. Lytvynchuk N.B. (2021). Zdatnist do empatii yak komponent profesiinykh zdibnostei maibutnoho praktychnoho psykhologa. [The ability to empathize as a component of the professional abilities of the future practical psychologist]. *Aktualni problemy vyshchoi profesiinoi osvity*. Kyiv. S. 47–48. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/51612>. [in Ukrainian].
6. Pyroh H. V., Shykyrava N. M. (2020). Osoblyvosti empatii na riznykh etapakh profesiinoho stanovlennia praktychnykh psykhologiv systemy osvity. [Features of empathy at different stages of professional development of practical psychologists of the education system]. *Naukovyi chasopys nats. pedahohichnogo un-tu im. M. P. Drahomanova. Ser. 12. Psykhologichni nauky*. Vyp. 10 (55). S. 87–99. DOI: 10.31392/NPU-nc.series12.2020.10(55).09. [in Ukrainian].
7. Kolomiets T.V., Lytvynchuk A.I, Mozharovska T.V. (2018). Empatiia yak chynnyk tsinnisno-smyslovoi spriamovanosti suchasnykh yunakiv u sytuatsii mizhosobystisnoi vzaiemodii. [Empathy as a factor of value-semantic orientation of modern young people in the situation of interpersonal interaction]. *Teoretychni ta prikladni problemy psykhologhiia*: zб. naukovykh prats. № 1 (45). S. 144–156. [in Ukrainian].
8. Kolomiets T.V. (2016). Rozvytok empatiinoi mizhosobystisnoi vzaiemodii v yunatskomu vitsi. [Development of empathic interpersonal interaction in adolescence]. *Nauka i osvita: nauk.-prakt. zhurn. Pivdenoukrainskoho nats. ped. un-tu im. K.D. Ushynskoho*. № 9. S. 77–84. [in Ukrainian].
9. Sytnik S.V. (2016). Osoblyvosti mizhosobystisnoi vzaiemodii ditei v period rekreatsii. [Features of interpersonal interaction of children in the period of recreation]. *Nauka i osvita*. Odеса, № 9 / СХХХХХ. S. 148–153. [in Ukrainian].
10. Sytnik S. V. (2020). Psykhologhiia mizhosobystisnoi vzaiemodii: monohrafiia. [Psychology of interpersonal interaction: a monograph]. Одеса : FOP Bondarenko M.O. 350 s. [in Ukrainian].
11. Sytnik S.V. 2020. Rozrobka metodyky otsinky osobystisnykh komponentiv mizhosobystisnoi vzaiemodii. [Development of methods for assessing the personal components of interpersonal interaction]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykhologhiia*: Zb. nauk. prats. Zaporizhzhia, № 1, Т. 3. S. 111–115. DOI: <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-3.19>. [in Ukrainian].

НОТАТКИ

Наукове видання

**НАУКОВІ ПРАЦІ
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ
ПСИХОЛОГІЯ**

Випуск 4 (53), 2021

Засновано 2001 року
Видання виходить 6 разів на рік

Коректор *В. В. Ізак*
Комп'ютерне верстання *Ю. С. Семенченко*

Підписано до друку 30.12.2021 р.
Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 9,3.
Наклад 100 прим.

Надруковано: Видавничий дім "Гельветика"
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1
Телефони: +38 (048) 709 38 69, +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.