

ISSN 2786-5134 (Print)  
ISSN 2786-5142 (Online)  
<https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3>

МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



НАУКОВІ ПРАЦІ  
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

ПСИХОЛОГІЯ

SCIENTIFIC WORKS  
OF INTERREGIONAL ACADEMY  
OF PERSONNEL MANAGEMENT

PSYCHOLOGY

Випуск 3 (56), 2022



Видавничий дім  
“Гельветика”  
2022

**Редакційна колегія**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Затверджено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом (протокол № 9 від 07.12.2022)

Свідоцтво 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.** 2022. Вип. 3 (56). Київ : Міжрегіональна Академія управління персоналом, 2022. 90 с.

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

**ЗМІСТ**

<b>Олена ВЛАСЕНКО</b> КОГНІТИВНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ КРИТЕРІЙ ЯК ПІДГРУНТЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ.....	5
<b>Лілія КОНЯЄВА, Олександра ГУРОВИЧ</b> ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ.....	10
<b>Валерія КОСТЮКОВА</b> ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	19
<b>Анастасія КУРОВА</b> ОПЕРАЦІОНАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ «ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я» НА ВИБІРЦІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ.....	26
<b>Тетяна ЛЮБИМОВА</b> СТАН ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ НАСИЛЬСТВА ЩОДО ЖІНОК В НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ .....	32
<b>Олена СТАРИНСЬКА</b> ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУТНОСТІ ПОНЯТЬ «СОЦІАЛЬНИЙ ІНТЕЛЕКТ» ТА «ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ»: НАУКОВИЙ ДИСКУРС.....	40
<b>Ірина ГАБА</b> ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	45
<b>Олег ДРУЗЬ, Лариса РОДЧЕНКО, Інна ЧЕРНЕНКО</b> ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТІВ В ОРГАНІЗАЦІЇ.....	51
<b>Галина КОВАЛЬЧУК, Юрій БАНІТ</b> ПІДПРИЄМНИЦЬКА ТВОРЧИСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У КОНТЕКСТІ МАСОВОЇ СВІДОМОСТІ.....	61
<b>Олександр КУЦІЙ</b> СИНЕРГІЯ В ЗАГАЛЬНО-НАУКОВОМУ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ ТЛУМАЧЕННЯХ: АНАЛІЗ ТЕОРІЇ ТА ЕКСПЕРИМЕНТІВ.....	72
<b>Вікторія ПРЕДКО, Денис ПРЕДКО</b> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО СТАНУ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	78
<b>Інна ЧУХРІЙ</b> ДИТЯЧА ГРА В ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	85

## CONTENTS

<b>Olena VLASENKO</b> COGNITIVE AND FUNCTIONAL CRITERION AS A BASIS FOR THE STUDY OF PROFESSIONAL SPEECH COMPETENCE OF FUTURE MANAGERS.....	5
<b>Lilia KONIAEVA, Oleksandra GUROVYCH</b> THE SYNDROME OF EMOTIONAL BURNOUT PSYCHOLOGY CONSULTANTS FEATURES.....	10
<b>Valeriia KOSTIUKOVA</b> THEORETICAL JUSTIFICATION OF RESEARCH INTO FUTURE SERVICEMEN'S PSYCHOLOGICAL READINESS FOR PROFESSIONAL ACTIVITIES.....	19
<b>Anastasiiia KUROVA</b> OPERATIONALIZATION OF THE CONCEPT OF "MENTAL HEALTH" ON A SAMPLE OF MODERN YOUTH.....	26
<b>Tetyana LYUBIMOVA</b> STATE OF RESEARCH ON THE PROBLEM OF VIOLENCE AGAINST WOMEN IN SCIENTIFIC LITERATURE.....	32
<b>Olena STARYNSKA</b> THE PROBLEM OF THE PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE CONCEPTS OF "SOCIAL INTELLIGENCE" AND "EMOTIONAL INTELLIGENCE": SCIENTIFIC DISCOURSE.....	40
<b>Haba IRYNA</b> PECULIARITIES OF EMOTIONAL SELF-REGULATION OF PRESCHOOL CHILDREN.....	45
<b>Oleg DRUZ, Larisa RODCHENKO, Inna CHERNENKO</b> RESEARCH ON THE THEORY AND ANALYSIS OF THE CONFLICT IN THE ORGANIZATION.....	51
<b>Galyna KOVALCHUK, Yury BANIT</b> ENTREPRENEURIAL CREATIVITY AS A FACTOR OF MENTAL HEALTH IN THE CONTEXT OF MASS CONSCIOUSNESS.....	61
<b>Oleksandr KUTSIY</b> SYNERGY IN GENERAL-SCIENTIFIC AND ORGANIZATIONAL-PSYCHOLOGICAL INTERPRETATIONS: ANALYSIS OF THEORY AND EXPERIMENTS.....	72
<b>Viktoria PREDKO, Denys PREDKO</b> FEATURES OF THE MENTAL STATE OF UKRAINIANS DURING THE WAR.....	78
<b>Inna CHUKHRII</b> CHILDREN'S GAME IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO CHILDREN OF EARLY AND PRESCHOOL AGE.....	85

УДК 159.93

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.1>**Олена ВЛАСЕНКО**

кандидат економічних наук, доцент, докторант зі спеціальності 053 «Психологія», Університет Григорія Сковороди в Переяславі, вул. Сухомлинського, 30, Переяслав, Київська область, 08400  
ORCID: 0000-0002-1011-1965

**Olena VLASENKO**

Ph.D., Associate Professor, PhD student in specialty 053 "Psychology", Hryhoriy Skovoroda University in Pereyasla, Sukhomlynskooho str., 30, Pereyaslav, Kyiv region, 08400  
ORCID: 0000-0002-1011-1965

**КОГНІТИВНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ КРИТЕРІЙ ЯК ПІДГРУНТЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ****COGNITIVE AND FUNCTIONAL CRITERION AS A BASIS FOR THE STUDY OF PROFESSIONAL SPEECH COMPETENCE OF FUTURE MANAGERS**

*Опанування професійно-мовленнєвої компетентності є однією із основних частин набуття інтегральної компетентності зі спеціальності «менеджмент». Це обумовлено важливістю професійного мовлення, яке є інструментом професійної комунікації між менеджерами всіх рівнів. Саме воно допомагає зрозуміти та усвідомити всі аспекти професії, що обговорюються в процесі фахової діяльності. Метою статті є визначення сутності когнітивно-функціонального критерію та його впливу на професійно-мовленнєву компетентність майбутніх менеджерів. За допомогою загальнонаукових теоретичних методів дослідження, аналізу і синтезу, порівняння і узагальнення, із використанням конкретизації було проаналізовано та сформовано підходи до визначення сутності когнітивно-функціонального критерію професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів та запропоновані основні показники для його оцінки. Когнітивно-функціональний критерій відображає процес пізнання та інтелект індивіда. Цей критерій на перше місце ставить інтелектуальні процеси, що відбуваються у свідомості особистості. Результатом цих процесів є знання, які допомагають формалізувати наявні професійні вміння у слова та словосполучення, які можуть бути зрозумілі іншим учасником професійної комунікації. Пропонуємо для оцінки когнітивно-функціонального критерію використати два показники: показник мовної обізнаності та показник засвоєння професійних категорій. Висновки. Когнітивно-функціональний критерій є основою для дослідження професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів. Подальший аналіз цього напрямку дозволить сформувати відповідний комплекс освітніх компонентів, які забезпечать найкраще опанування професійно-мовленнєвої компетентності, що підвищить професійний рівень абітурієнтів зі спеціальності «менеджмент».*

**Ключові слова:** професійно-мовленнєва компетентність, когнітивно-функціональний критерій, менеджер.

*Mastering professional speech competence is one of the main parts of acquiring integral competence in the management specialty. This is due to the importance of professional speech, which is a tool for professional communication between managers of all levels. It helps to understand and comprehend all aspects of professional activities discussed in the professional process. The purpose of the article is to determine the essence of the cognitive and functional criterion and its influence on the process of acquiring professional speech competence by future managers. General scientific theoretical methods of research, analysis and synthesis, comparison and generalization, using concretization, allowed us to analyze and form approaches to determine the essence of the cognitive and functional criterion of professional speech competence of future managers, as well as to suggest the main indicators for its evaluation. The cognitive and functional criterion reflects the cognitive process and the individual's intelligence. This criterion prioritizes the intelligent processes taking place in the person's mind. These processes result in knowledge that helps formalize existing professional skills into words and phrases to be understood by other participants in professional communication. We offer to use two indicators to evaluate the cognitive and functional criterion: the indicator of language awareness and the indicator of assimilation of professional categories. Conclusions. The cognitive and functional criterion is the basis for assessing professional speech competence. Further research in this area will allow forming an appropriate set of educational components that will ensure the best mastery of professional speech competence, which will increase the professional level of management applicants.*

**Key words:** professional speech competence, cognitive and functional criterion, manager.

**Актуальність дослідження.** Професійне мовлення є інструментом професійної комунікації між менеджерами всіх рівнів. Воно допомагає зрозуміти та усвідомити всі аспекти

професійної діяльності, що обговорюються в процесі фахової діяльності спеціалістів.

Опанування професійно-мовленнєвої компетентності є однією із основних частин

набуття абітурієнтом інтегральної компетентності з менеджменту.

Дослідження сутності і значення когнітивно-функціонального критерію в аналізі набуття професійно-мовленнєвої компетентності майбутніми менеджерами надає можливість встановити комплекс опанування різноманітних професійних знань і навичок та допомагає визначити особливості психологічного сприйняття і опанування особистістю зазначеної компетентності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** свідчить про необхідність додаткового дослідження впливу когнітивно-функціонального критерію на процес опанування професійно-мовленнєвої компетентності у майбутніх менеджерів.

Вивченням питань професійно-мовленнєвої компетентності займалися вчені: Л. Барановська, Л. Березовська, Є. Бондаренко, А. Варданян, І. Зімня, Т. Іванчикова, Г. Калмиков, Н. Колодій, А. Маркова, Л. Рубцова, Н. Скибун та інші.

Аналізом когнітивного-функціонального підходу до професійного мовлення займалися: І. Дирда, О. Глазова, В. Заніздра, Н. Заніздра, С. Каламбет, А. Коні, В. Макаренко, І. Палько, М. Пентиліук, В. Староста, С. Стеблук, В. Тимкова, О. Томенюк та ін.

Однак, в їх дослідженнях не достатньо висвітлена роль когнітивно-функціонального критерію в аналізі набуття професійно-мовленнєвої компетентності майбутніми менеджерами.

**Метою дослідження** є визначення сутності когнітивно-функціонального критерію та його впливу на професійно-мовленнєву компетентність майбутніх менеджерів.

**Виклад основного матеріалу.** Професійне мовлення менеджера є підґрунтям для налагодження професійних зв'язків у внутрішньому та зовнішньому середовищі його діяльності. «Комунікація та, завдяки їй, мова стали ключовими елементами ділового та організаційного життя». [12, с.651]. Тому, однією з основних компетентностей, що повинен опанувати менеджер є професійно-мовленнєва.

Професійно-мовленнєва компетентність менеджера є невід'ємною частиною його професійної компетентності та відображає, здатності менеджера: продукувати, за допомогою доречних професійних мовних засобів інформаційно насичене, відповідно структуроване висловлювання із відсутністю необґрунтованих пауз, слів, словосполучень, що спотворюють або утруднюють співрозмовнику розуміння його смислу; вербально сприймати, осмислювати і розуміти професійно-центро-

вану інформацію, що надана співрозмовником, з оцінкою та релевантною її інтерпретацією.

Одним з ґрунтовних компонентів професійно-мовленнєвої компетентності є мовна компетентність особистості. Рівень опанування якої ми оцінюємо за допомогою когнітивно-функціонального критерію.

Когнітивно-функціональний критерій, як і когнітивний підхід у психології відображає процес пізнання та інтелекту особистості. Цей критерій на перше місце ставить інтелектуальні процеси, що відбуваються у свідомості індивіда. Когнітивний підхід вивчає принципи організації пізнавальних процесів та відмінностей сприйняття людей свого досвіду. При цьому особистість досліджується не сама по собі, а як пояснювальний фактор.

Когнітивний підхід до мови підкреслює необхідність знань індивіда з обраного предмету. Як зазначила О. Томенюк у своїх дослідженнях: «Знання мови для когнітивної науки є надзвичайно великим, бо саме через мову можна об'єктизувати розумову (ментальну, мисленнєву) діяльність, тобто вербалізувати («ословити») її.» На її думку, переваги когнітивного підходу до мови в тому, що він «відкриває широкі перспективи бачення мови в усіх її різноманітних зв'язках з людиною, з її інтелектом і розумом, з усіма мисленнєвими й пізнавальними процесами, нею здійснюваними» [11, с. 141,142].

Розділяємо підхід А. Коні щодо важливості знань з мови, на якій розмовляєш. Він вважав, що «треба знати добре предмет, про який говориш, вивчити його у всіх подробицях, – треба знати рідну мову, з її багатством, гнучкістю та своєрідністю, так щоб не шукати слова та звороти для своєї думки» [4, с. 461].

Когнітивний підхід допомагає з'ясувати кореляційні зв'язки між мовою, мовленням та структурами професійних знань, операціями мислення і свідомості. У менеджменті, когнітивно-функціональний критерій відображає мовні знання особистості, які необхідні для фахової роботи за спеціальністю «менеджер».

В процесі опанування професійно-мовленнєвої компетентності абітурієнти-менеджери повинні сформувати когнітивні мовні навички, які ґрунтуються на знанні сукупності професійних, фахових слів, словосполучень, понять. Як зазначала З. Курлянд: «Основною метою навчання має бути формування у студентів професійно значущих знань і вмінь, що сприяють опануванню спеціальних навичок, характерних для конкретного профілю фахівця» [8, с. 99].

Підтримують її думку, С. Стеблюк та В. Староста, які вважають, що в економічній спеціальності головне: «свідоме одержання студентами економічних знань у професійній підготовці; інтерпретування економічних знань в уміння та навички; усвідомлене сприйняття законів економічної діяльності; здатність швидко приймати рішення та нести за них відповідальність; спроможність до постійного оновлення економічних знань» [10, с. 99].

Чітко виокремила у своїх дослідженнях В. Макаренко когнітивний критерій професійної компетентності, який характеризує «обізнаність й пізнання дійсності стосовно фаху, володіння певною сукупністю теоретичних і практичних знань, на яких ґрунтуються праксеологічні основи фахової діяльності й практичне мислення фахівця, та способи оволодіння знаннями» [6, с. 46].

Розширила межі когнітивного критерію І. Дирда, яка вважала, що «когнітивний критерій свідчить про наявність системи знань про мову, культуру, традиції, особливості комунікації, загальноприйняті правила та норми поведінки під час взаємодії» [2, с. 461].

Всі вони роблять акцентування на необхідності отримання знань, які є підґрунтям для подальшого опанування відповідних професійних компетентностей. Вважаємо, що такий підхід є доречним до вивчення професійно-мовленнєвої компетентності. У відповідності до якого, підґрунтям для отримання професійно-мовленнєвої компетентності є знання з професійної мови: правильність написання, розуміння сутності та значення професійних категорій.

Підсумовуючи вищезначені підходи, вважаємо, що когнітивно-функціональний критерій професійно-мовленнєвої компетентності менеджера визначає компетенційну складову та оцінює рівень мовних знань, на яких ґрунтується специфіка функцій, що пов'язана із професійним мовленням менеджера.

Вважаємо, що його характеризують два основних показника:

- показник мовної обізнаності – відображає рівень знань лексики професійної мови та синтаксис професійних висловлювань зі спеціалізації «менеджмент»;
- показник засвоєння професійних категорій – відображає рівень знань сутності та значення професійних мовних термінів, категорій і показників зі спеціалізації «менеджмент».

Показник мовної обізнаності є ґрунтовним для визначення когнітивно-функціонального критерію професійно-мовленнєвої

компетентності. Необхідність набуття знань з фонетики та граматики рідної мови підкреслювала І. Дирда: «Основні показники когнітивного критерію: володіння, засвоєння та оперування знаннями про етнокультурні особливості своєї та інших культур; відповідність використання культурно-маркованих одиниць у полікультурній комунікації; обізнаність особливостей фонетики, граматики рідної й української мови» [2, с. 462].

Знання української мови є основою для розуміння професійної мови, яка є основним підґрунтям для отримання наступних фахових вмінь зі спеціальності.

Розділяємо думку М. Пентилюк, яка вважала, що «мова визначається як своєрідна знакова система, що забезпечує мислення людини, спілкування з іншими людьми, тобто служить засобом формування думок, сприймання навколишньої дійсності, обміну інформацією» [9, с. 228].

Підкреслила у своїх дослідженнях необхідність опанування цих знань особистістю О. Глазова. За її підходом, «мовно-когнітивний (тезаурусний) рівень організації мовної особистості передбачає логіко-понятійну упорядкованість мовних знань, за допомогою яких людина розрізняє моделі функціональних стилів, стилістично диференційованих текстів, комунікативних якостей мовлення та ін». Поділяємо її думку, що за рівень мовної обізнаності особистості відповідають «мовні знання (фонологічні, лексичні, граматичні)» [1, с. 24].

Підтримуємо підхід, щодо направленості знань, М. Пентилюк, І. Маруніч та І. Гайдаєнко, які вважають, що «граматична правильність забезпечується знаннями граматики (морфології і синтаксису)». «Цього необхідно дотримуватися при оформленні документів, написанні листів тощо.» [9, с. 49].

Особливої уваги в менеджменті потребує засвоєння правильності написання професійних термінів та висловлювань. Важливість обумовлена необхідністю формалізації великої кількості професійної інформації в діяльності менеджера.

Правильність написання професійних термінів, по-перше, надає можливість чітко означити предмет професійної інформації, який не повинен бути викривлений, а по-друге, свідчить про професіоналізм менеджера.

При оформленні документів необхідно прискіпливо підійти до правильного використання синтаксису. Доречність та правильність його застосування полегшує сприйняття тексту і відповідно дозволяє отримати бажану реакцію від отримувача професійної інфор-

мації. Крім того, це дозволяє зробити наголос на тієї інформації, яка з позиції менеджера, є найважливішою у повідомленні.

Мова є вербальним проявом внутрішнього професійного мовлення менеджера та показником його професіоналізму. Таким чином, вважаємо, що визначення рівня показника мовної обізнаності майбутнього менеджера повинно відбуватися шляхом визначення рівня знань лексики професійної мови та синтаксису професійних висловлювань з обраного фаху.

Крім опанування навичок правильного написання професійних термінів необхідно розуміти значення цих термінів. Необхідний показник, що відображає професійні знання і навички з менеджменту та оцінює правильність використання професійних слів і словосполучень у відповідності до контексту документа або повідомлення.

Отже, професійно-категорійний показник професійно-мовленнєвої компетентності відображає знання сутності професійних мовних термінів, категорій та показників.

Як правильно зазначила М. Пентелюк, для засвоєння мови, як знакової системи, абітурієнти «повинні навчитися співвідносити звукові одиниці мови (звуки) із смисловими одиницями – морфемою, словом, словосполученням, реченням, які, в свою чергу, співвідносяться з реальністю (конкретними предметами, явищами тощо)» [9, с. 228,229].

Наголошує на значимості професійних знань О. Керекеша. За її підходом, «професійне мовлення повинно передбачати формування системи інтегрованих професійних знань та вмінь, зокрема мовної спеціалізації» [7, с. 32].

У своїх дослідженнях І. Кочан чітко визначила, що офіційно-діловий стиль потребує використання спеціальних професійних термінів та категорій. «Для текстів офіційно-ділового стилю характерна висока стандартизація вислову, застосування особливої термінології та синтаксичних конструкцій, стандартних формул і кліше. Чільне місце у текстах офіційно-ділового стилю посідають мовні штампи й канцеляризми на зразок: доводити до відома; зробити висновки; підвести підсумок; звернути увагу; порядок денний; за протоколом; за приписом; скласти повноваження тощо. Вживають у текстах і спеціальну термінологію: форсмажорні обставини; зобов'язання сторін; консенсус; ратифікація» [5, с. 383].

Таким чином, можна зазначити, що опанування професійно-мовленнєвої компетентності вимагає від майбутніх менеджерів знання сутності професійних термінів для їх вільного та правильного використання в контексті цілей відповідної професійної комунікації.

Результат роботи менеджера формалізується у відповідний офіційно-діловий документ, який потребує відповідної термінології. Знання сутності і правильності використання цих понять та категорій свідчить про правильність побудови тексту документа, а отже про знання професійної мови менеджера. Таким чином, це дозволяє оцінити рівень опанування професійно-мовленнєвої компетентності. При цьому необхідно відмітити, що абітурієнти «повинні мати чималий активний лексичний запас фахової термінології» [3, с. 159].

Для оцінки професійно-категорійного показника майбутнього менеджера необхідно визначити рівень знань щодо сутності професійних понять та категорій з напрямку «менеджмент».

Майбутній менеджер повинен знати яким чином розраховується той чи інший показник або категорія, де найдоцільніше їх застосування та на які наслідки слід розраховувати при коливанні їх значень.

**Висновки.** Когнітивно-функціональний критерій є основою для оцінки професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів. Він визначає компетенційну складову та визначає рівень мовних знань, на яких ґрунтується специфіка функцій, що пов'язана із професійним мовленням менеджера. Пропонуємо оцінювати його використовуючи два показника: показник мовної обізнаності, що відображає рівень знань лексики професійної мови і синтаксис професійних висловлювань та показник засвоєння професійних категорій, що засвідчує рівень знань сутності і значення професійних мовних термінів, категорій і показників зі спеціалізації «менеджмент».

Аналіз цих показників надає можливість визначити рівень ґрунтовних знань абітурієнта, що є основою процесу опанування професійно-мовленнєвої компетентності.

Подальший аналіз цього напрямку дозволить сформулювати відповідний комплекс освітніх компонентів, які забезпечать найкраще опанування професійно-мовленнєвої компетентності, що підвищить професійний рівень абітурієнтів зі спеціальності «менеджмент».



**Література:**

1. Глазова О. Мовна особистість як homo loquens – людина, яка творить і сприймає висловлювання / *Методичні діалоги*. 2014. № 1-2. С. 23-29. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/9052>
2. Дирда, І. А. Критерії, показники та рівні розвитку полікультурної студентів-іноземців у процесі навчання української мови. *Філологічні студії : Науковий вісник КДПУ*, 16, 2017. С. 459–465. URL: <https://doi.org/10.31812/filstd.v16i0.135>
3. Заніздра Н.О., Заніздра В.В. Формування професійного мовлення студентів технічних спеціальностей у вищому навчальному закладі / *Вісник КДПУ. Випуск 2/2006 (37). Частина 2*, С. 157-159.
4. Кони А.Ф. Искусство речи на суде, Ревель, Берлин, 1922. С. 435 – 459.
5. Кочан І. М. Лінгвістичний аналіз тексту, Київ : Знання, 2008. 423 с.
6. Макаренко В.І. Формування фахових компетентностей майбутніх лікарів у процесі природничо-наукової підготовки : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04. Центральноукр. держ. пед. ун-т. Полтава, 2017. 269 с.
7. Методи та засоби підвищення мовленнєвих компетенцій з іноземної мови в практичній діяльності майбутніх економістів: колект. наук. Монографія / За заг. ред. О.В. Керекеші. Москва : Вид. «Атлант ВОІ СОІУ», 2017. 147 с.
8. Педагогіка вищої школи: Навчальний посібник / З.Н . Курлянд та ін.; За ред. З.Н . Курлянд. 3-те вид., перероб. і доп. Київ : Знання, 2007. 495 с.
9. Пентиліук М. І, Маруніч І. І, Гайдаєнко І. В. Ділове спілкування та культура мовлення. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 224 с.
10. Стеблюк С. В., Староста В. І. Педагогічні умови економічної підготовки майбутніх фахівців сфери кооперації у коледжі. Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2017. 168 с.
11. Томенюк О. Когнітивний підхід до аналізу мовних явищ. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2015. Вип. 11. С. 141-146. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/apgnd\\_2015\\_11\\_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/apgnd_2015_11_21)
12. Darics E. (2019) Critical Language and Discourse Awareness in Management Education *JOURNAL OF MANAGEMENT EDUCATION* 43 (6), pp.651-672. URL: <https://doi.org/10.1177/1052562919848023>

**References:**

1. Hlazova O. (2014) Mовna osobystist yak homo loquens – liudyna, yaka tvoryt i spryimaie vyslovliuvannia [A linguistic person as homo loquens is a person who creates and perceives utterances]. Volyn. [in Ukrainian].
2. Dyrda, I. A. (2017) Kryterii, pokaznyky ta rivni rozvytku polikulturnoi studentiv-inozemtsiv u protsesi navchannia ukrainskoi movy. [Criteria, indicators and levels of multicultural development of foreign students in the process of learning the Ukrainian language]. Kryvyi rig. [in Ukrainian].
3. Zanizdra N.O., Zanizdra V.V. (2006) Formuvannia profesiinoho movlennia studentiv tekhnichnykh spetsialnostei u vyshchomu navchalnomu zakladi [Formation of professional speech of students of technical specialties in a higher educational institution]. Kyiv. [in Ukrainian].
4. Kony A.F. (1922) Yskusstvo rechy na sude [The art of speaking in court]. Berlyn. [in Germany].
5. Kochan I. M. (2008) Linhvistychnyi analiz tekstu [Linguistic analysis of the text]. Kyiv. [in Ukrainian].
6. Makarenko V.I. (2017) Formuvannia fakhovykh kompetentnostei maibutnikh likariv u protsesi pryrovdnychonaukovoї pidhotovky [Formation of professional competences of future doctors in the process of natural science training]. Poltava. [in Ukrainian].
7. Kerekeshy O.V. (2017) Metody ta zasoby pidvyshchennia movlennievnykh kompetentsii z inozemnoi movy v praktychnii diialnosti maibutnikh ekonomistiv [Methods and means of improving speaking competences in a foreign language in the practical activities of future economists]. Moskva. [in Russia].
8. Kurliand Z.N. (2007) Pedahohika vyshchoi shkoly [Higher school pedagogy]. Kyiv. [in Ukrainian].
9. Pentyliuk M. I, Marunych I. I, Haidaienko I. V. (2011) Dilove spilkuvannia ta kultura movlennia. [Business communication and speech culture]. Kyiv. [in Ukrainian].
10. Stebliuk S. V., Starosta V. I. (2017) Pedahohichni umovy ekonomichnoi pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv sfery kooperatsii u koledzhi [Pedagogical conditions of economic training of future specialists in the field of cooperation at the college]. Uzhhorod. [in Ukrainian].
11. Tomeniuk O. (2015) Kohnityvnyi pidkhid do analizu movnykh yavysch [Cognitive approach to the analysis of linguistic phenomena]. Kyiv. [in Ukrainian].
12. Darics E. (2019) Critical Language and Discourse Awareness in Management Education. Los Angeles. [in USA].

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.2>**Лілія КОНЯЄВА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039  
ORCID: 0000-0002-8388-2090

**Олександра ГУРОВИЧ**

випускниця Міжрегіональної Академії управління персоналом, психолог, ГО Українська асоціація екзистенціальної психології та психотерапії, вул. Космонавтів, 36, м. Одеса, Україна, 65078  
ORCID: 0000-0001-7487-9693

**Lilia KONIAEVA**

Candidate of Psychological Sciences, Department of Psychology Docent, Interregional Academy of Personnel Management, Frometivska str., 2, Kyiv, Ukraine, 03039  
ORCID: 0000-0002-8388-2090

**Oleksandra GUROVYCH**

Interregional Academy of Personnel Management Graduate, Psychologist, PO Ukrainian Association of Existential Psychology and Psychotherapy, Kosmonavtiv str., 36, Odesa, Ukraine, 65078  
ORCID: 0000-0001-7487-9693

## ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ

## THE SYNDROME OF EMOTIONAL BURNOUT PSYCHOLOGY CONSULTANTS FEATURES

*У статті висвітлено актуальну проблему особливостей синдрому емоційного вигорання у психологів-консультантів. Метою статті є дослідження особливостей синдрому емоційного вигорання у психологів-консультантів та характеру його взаємозв'язків з рівнем їх стресу та особистісної зрілості. У дослідженні використовувались методи теоретичного аналізу літератури, психологічне тестування з використанням методик діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко, професійного вигорання К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н.Е. Водоп'янової, шкали психологічного стресу PSM-25 та теста-опитувача особистісної зрілості Ю.З. Гільбуха, методи математико-статистичної обробки та якісної інтерпретації отриманих даних. Емпіричним шляхом виявлено, що майже у половини психологів-консультантів спостерігається високий рівень емоційного вигорання, при цьому найбільш виразною у них була фаза резистенції (сформована у більшості досліджуваних). Проте, фази напруги та виснаження також були сформовані майже у половини респондентів. Переважна частина психологів-консультантів мала сформовані симптоми переживання психотравмуючих обставин, розширення сфери економії емоцій та емоційного дефіциту. У значній частині досліджуваних спостерігався високий рівень прояву усіх показників професійного вигорання, і особливо емоційного виснаження та деперсоналізації, а також незадовільний рівень особистісної зрілості та її аспектів. Виявлено, що для психологів-консультантів з вищим рівнем емоційного вигорання характерні вищий рівень психічної напруги, резистенції, виснаження, деперсоналізації та нижчий рівень особистісної зрілості та всіх її аспектів. Тобто, встановлено, що особистісна зрілість є одним з чинників протидії емоційному вигоранню психологів-консультантів, у чому і полягає новизна нашого дослідження.*

**Ключові слова:** синдром емоційного вигорання, фази емоційного вигорання, симптоми емоційного вигорання, чинники емоційного вигорання, особистісна зрілість, психологи-консультанти.

*The article highlights the actual problem of the features of the syndrome of emotional burnout of psychology consultants. The purpose of the article is to study the characteristics of the syndrome of emotional burnout of psychology consultants and the nature of its interrelationships with their level of stress and personal maturity. The research used methods of theoretical analysis of literature, psychological testing using methods of diagnosing the level of emotional burnout V.V. Boyko, professional burnout by K. Maslach, S. Jackson, adapted by N.E. Vodopyanova, psychological stress scale PSM-25 and personal maturity interviewer test by Y.Z. Hilbuch, methods of mathematical and statistical processing and qualitative interpretation of the received data. Empirically, it was found that almost half of psychology consultants have a high level of emotional burnout. At the same time the phase of resistance (formed in most of the researched) was the most expressive. However, the phases of tension and exhaustion were also formed in almost half of the respondents. The majority of psychology consultants had developed symptoms of experiencing psycho-traumatic circumstances, expansion of the sphere of saving emotions and emotional deficit. A high level of all indicators of professional burnout, and especially emotional exhaustion and depersonalization, as well as an unsatisfactory level of personal maturity and its aspects, were observed in a significant part of the subjects. It was found that psychology consultants with a higher level of emotional burnout are characterized by*

*a higher level of mental tension, resistance, exhaustion, depersonalization and a lower level of personal maturity and all its aspects. It was found that personal maturity is one of the factors of counteracting the emotional burnout of psychology consultants, which is the novelty of our research.*

**Key words:** *emotional burnout syndrome, phases of emotional burnout, symptoms of emotional burnout, factors of emotional burnout, personal maturity, psychologists-consultants.*

**Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.** На сьогоднішній день жертвою синдрому емоційного вигорання (СЕВ) може стати будь-яка людина, незалежно від її професії. У багатьох країнах СЕВ офіційно визнається захворюванням, пов'язаним із трудовою діяльністю, яке потребує профілактики та лікування. Особливо часто СЕВ розвивається у фахівців допомагаючих професій, до яких відносяться психологи-консультанти різних напрямів психотерапії, оскільки їх професійна діяльність потребує постійного емоційного включення в ситуації і переживання клієнта та вимагає уважності, чуйності, уміння помічати деталі, стежити за перебігом консультації та контролювати себе, реагувати на будь-які емоційні чи поведінкові зміни стану клієнта, швидко приймати рішення та змінювати їх в залежності від ситуації. Психологу-консультанту важко працювати з людьми, які виявляють хамство, агресію та знецінення. Контейнування емоцій клієнта потребує багато зусиль та наявності достатнього внутрішнього ресурсу психолога-консультанта.

Згідно з даними різних досліджень СЕВ тягне за собою появу депресивних настроїв, почуття безпорадності, безглуздості свого існування, низької оцінки своєї професійної компетентності, що, в підсумку, позначається на працездатності, приводить до зниження продуктивності діяльності.

У зв'язку з комплексним характером впливу СЕВ на особистість і особливості трудової діяльності психологів-консультантів даний синдром як предмет психологічних досліджень становить значний науковий інтерес. А його вивчення, на нашу думку, сприятиме знаходженню ефективних шляхів покращення психоемоційного стану психологів-консультантів, підвищення рівня їх працездатності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивченням СЕВ на початку 21 століття займалися багато науковців, серед них Н.В. Андрущенко, Т.В. Бєлова, Н.Ю. Бузовкіна, А. Ленгле, Н.Н. Меркулова, Є. Ю. Райкова, О. В. Романовська, Є. М. Набільська, Н. С. Пряжніков, Є. Г. Ожогова, Н.Є.Водоп'янова та інші.

На сьогоднішній день відсутня єдина точка зору відносно поняття емоційного вигорання, проте існує два підходи до розуміння цього синдрому: симптоматико-результативний та

процесуальний. Представники першого підходу (К. Маслач, Д. Грін, С. Джексон) розглядають СЕВ як специфічний стан розумового, емоційного і психічного виснаження, який пов'язаний із професійною діяльністю. Так, Н.Є. Водоп'янова, О.С. Старченкова зазначають, що Х. Маслач внесла нові характеристики емоційного вигорання – це синдром фізичного та емоційного виснаження, для якого характерний розвиток негативної самооцінки та ставлення до роботи, втрата розуміння та співчуття до клієнтів чи пацієнтів [6].

У рамках другого підходу (В. Бойко, М. Буріш, С. Черніс) емоційне вигорання – це процес, що протікає в період професійного розвитку людини і має стадіальний характер, провідною детермінантою якого є адекватність обраного людиною способу подолання стресу. Так, В.В. Бойко позначив СЕВ як механізм психологічного захисту особистості від певного психотравмуючого впливу, що виявляється у повному чи частковому виключенні емоцій [3].

Т.В. Коса зазначає, що СЕВ розглядається деякими авторами як «професійне вигорання», що зумовлює вивчення цього феномена в аспекті професійної діяльності [9]. І. Портогезе, М. Лейтер, Х.Маслач із співавторами вказують, що загальне визначення професійного вигорання розглядає його як психологічний синдром трьох типів почуттів: емоційного виснаження, цинізму та зниження особистих досягнень [14].

О.Н. Васичкіна зауважує, що до ознак прояву СЕВ відноситься почуття незадоволеності і розчарування у своїй професійній діяльності, негативне відношення до людей, з якими підтримуються ділові контакти, зниження мотивації до роботи, недостатнє задоволення результатами праці [4, с. 154]. У дослідженні Є.С.Ворожцової, А.В. Солоніної в результаті кореляційного аналізу встановлено зворотню залежність між рівнем емоційного вигорання та задоволеністю професією і роботою [8, с. 107].

Важливе місце у дослідженнях, присвячених проблемі СЕВ, приділяється чинникам, що ініціюють його розвиток. Більшість вчених поділяють їх на внутрішні та зовнішні чинники. Серед них виділяють три основні, що відіграють істотну роль у СЕВ – особистісний, рольовий та організаційний [12].

Також важливим чинником, що обумовлює СЕВ є наявність психологічно важкого контингенту, з яким має справу професіонал у спілкуванні (важкі хворі, конфліктні покупці, «важкі» підлітки тощо) [7]. Тому, психологи-консультанти знаходяться у зоні ризику виникнення цього синдрому.

В. А. Бодров зазначає, що типовими симптомами СЕВ психологів-консультантів є неадекватне виборче емоційне реагування та редукція професійних обов'язків [2]. На думку С. Ю. Райкової у результаті вигорання психолога-консультанта клієнти сприймаються ним як знеособлені об'єкти [11]. Є. Г. Ожогова зазначає, що для розвитку емоційного вигорання важливим є і те, як практичний психолог-консультант долає стрес. Дослідження Х. Маслач показують, що найбільш уразливі ті, хто реагує на нього агресивно, нестримно, протистоять йому за всяку ціну. Такі люди схильні недооцінювати складність завдань і час, необхідний для їх вирішення [5; 10].

Слід відмітити, що за наявності великої кількості досліджень вигорання серед медичних працівників, викладачів та представників інших соціальних професій подібні публікації з СЕВ у психологів-консультантів є досить рідкісними. Тому актуальним є проведення емпіричного дослідження особливостей СЕВ у психологів-консультантів.

**Мета статті** – дослідити особливості синдрому емоційного вигорання у психологів-консультантів та характер його взаємозв'язків з рівнем їх стресу та особистісної зрілості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емпіричне дослідження проводилось у період з листопада по грудень 2021 року на базі Української асоціації екзистенціальної психології та психотерапії. У ньому брали участь 32 психолога-консультанта (члени та співробітники асоціації) віком від 25 до 46 років, серед яких – 4 чоловіки та 28 жінок зі стажем психологічної практики від 1 до 21 року. Під час емпіричного дослідження проводилось психологічне тестування з використанням методик діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко, професійного

вигорання (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н.Е. Водоп'янової), шкали психологічного стресу PSM-25 та теста-опитувача особистісної зрілості Ю.З. Гільбуха.

Дослідження показало, що у 56% психологів-консультантів в СЕВ сформована фаза резистенції. За даними літератури [13] домінування симптомів цієї фази проявляється в тенденції до неадекватного виборчого емоційного реагування на клієнтів, розширення сфери економії емоцій, відсутністю емоційної залученості і контакту з клієнтами, втратою здібності до співпереживання їм, втому, що веде до редукції професійних обов'язків.

Однак фази напруги та виснаження також сформовані у значної частини психологів-консультантів: у 53% та 47% осіб відповідно (див. табл.1). Саме фаза напруги слугує передвісником та пусковим механізмом до формування СЕВ. Фаза виснаження свідчить про зниження енергетичного тону та послаблення нервової системи психологів-консультантів. Цікавими є дослідження Т.М. Бажан, А.О. Шоманбаєвої, які припустили, що одним з провокуючих емоційне виснаження факторів можуть виступати імпульсивність та підвищена зовнішня активність, властиві екстравертам [1, с. 46].

Загалом сформований СЕВ мають 47% психологів-консультантів, а у 22% осіб СЕВ знаходиться на стадії формування. При цьому у 31% осіб СЕВ не спостерігається.

Для більш детального дослідження було проаналізовано результати по симптомам кожної фази СЕВ (див. табл.2).

У більшості психологів-консультантів (у 72%) виявлено сформований симптом переживання психотравмуючих обставин, що свідчить про поступове нарощування у них дратівливості та відчаю. У 47% досліджуваних був сформований симптом тривоги та депресії, тобто вони переживають сильне занепокоєння, розчарування в собі, в професії або місці роботи (див. табл. 2).

А симптом незадоволення собою у половини респондентів знаходився у стадії формування, тобто ці психологи-консультанти знайомі з механізмом емоційного переносу,

Таблиця 1  
Особливості прояву фаз СЕВ у досліджуваних психологів-консультантів

Фази емоційного вигорання	Несформована	Формується	Сформована
	Кількість осіб у %		
Фаза напруги	31%	16%	53%
Фаза резистенції	19%	25%	56%
Фаза виснаження	34%	19%	47%
Загальний показник емоційного вигорання	31%	22%	47%

який лежить в основі цього симптому, а отже можуть його усвідомлювати, контролювати та пропрацьовувати на супервізіях та у власній психотерапії, порівняно з представниками інших допомагаючих професій. Проте, у 28% психологів-консультантів цей симптом сформований, що свідчить про те, що вони відчують незадоволеність собою, професією, конкретними обов'язками (див. табл.2).

Симптом "загнаності у клітку" у більшості респондентів (у 41%) був несформований, проте у 28% осіб він сформований, а отже вони відчують стан безвихідності, інтелектуально-емоційного затору, який виступає продовженням стресу, що розвивається. У психологів-консультантів цей симптом може виникати часто на фоні роботи з психотичними та прикордонними розладами особистості.

На фазі резистенції найбільш сформованим (у 66% осіб) був симптом розширення сфери економії емоцій (див. табл.2), а отже вони пересичені людськими контактами, що призводить до замкнутості у приватному житті. Саме це є однією із перших ознак зародження СЕВ. По 38% досліджуваних мали сформовані симптоми неадекватного виборчого емоційного реагування та редукції професійних обов'язків (див. табл. 2). Такі психологи неадекватно «економлять» на емоціях, обмежують емоційну віддачу за рахунок виборчого реагування на ситуації, схильні спрощувати або скорочувати свої професійні

обов'язки, які потребують емоційних витрат (неуважність до деталей психотерапевтичної бесіди, намагання квапити клієнта у висловлюваннях).

Симптом емоційно-моральної дезорієнтації у більшості психологів-консультантів знаходився на стадії формування (у 44% осіб), що пояснюється тим, що професія психолога передбачає безоціночне прийняття клієнта. Проте, у 28% респондентів цей симптом був сформований, що свідчить про схильність їх до оцінювання клієнтів, поділ їх на "добрих" та "поганих".

На фазі виснаження у 63% психологів-консультантів сформований симптом емоційного дефіциту – відчуття неможливості допомагати своїм клієнтам, відсутність спроможності зрозуміти їх становище, співпереживати їм (див. табл. 2). Цей факт ми пов'язуємо з загостренням політичної ситуації у нашій країні та невизначеності, що призводить до різного роду тривоги, страхів клієнтів, що не є типовим у повсякденній роботі середньостатистичного психолога-консультанта.

Також значна частина респондентів мала сформовані симптоми особистісної відстороненості та психосоматичних і психовегетативних порушень (по 41% осіб). Робота для психологів-консультантів з першим симптомом стає нецікавою, не приносить задоволення, не являє соціальної цінності, таким особам протипоказана професійна діяльність, пов'язана з консультуванням. А спілкування і навіть

Таблиця 2

**Особливості прояву симптомів різних фаз СЕВ у досліджуваних психологів-консультантів**

Симптоми фази напруги	Несформований	Формується	Сформований
	Кількість осіб у %		
Симптом переживання психотравмуючих обставин	22%	6%	72%
Симптом незадоволення собою	22%	50%	28%
Симптом "загнаність у клітку"	41%	31%	28%
Симптом тривоги та депресія	38%	16%	47%
Симптоми фази резистенції	Кількість осіб у %		
Симптом неадекватного виборчого емоційного реагування	25%	38%	38%
Симптом емоційно-моральної дезорієнтації	28%	44%	28%
Симптом розширення сфери економії емоцій	22%	13%	66%
Симптом редукції професійних обов'язків	34%	28%	38%
Симптоми фази виснаження	Кількість осіб у %		
Симптом емоційного дефіциту	9%	28%	63%
Симптом емоційної відстороненості	56%	25%	19%
Симптом особистісної відстороненості або деперсоналізації	41%	19%	41%
Симптом психосоматичних та психовегетативних порушень	38%	22%	41%

згадка про певних клієнтів психологами з психосоматичними порушеннями може викликати поганий настрій, безсоння, страх, неприємні відчуття в серці, загострення хронічних захворювань. Перехід реакцій з рівня емоцій на рівень психосоматики свідчить про те, що емоційний захист самостійно не справляється з навантаженнями, і енергія емоцій перерозподіляється між іншими підсистемами індивіда.

Симптом емоційної відстороненості (виключення емоцій з професійної діяльності) у 56% респондентів не сформовано. Це пояснюється, на нашу думку, базовими вимогами до професії, що призводить до слідування психологами-консультантами за своїм емоційним станом.

Аналіз результатів методики діагностики професійного вигорання К. Маслач та С. Джексона показав, що 66% психологів-консультантів мали високий рівень виразності емоційного виснаження, а отже у них проявляється емоційне спустошення, нездатність до яскравих емоцій і почуттів, поганий настрій на роботі, почуття втоми, втрата інтересу до роботи. А показник деперсоналізації на високому рівні проявляється у 53% досліджуваних, що свідчить про виразність черствих, формальних стосунків з клієнтами, відчуття несправедливого ставлення з боку клієнтів (табл. 3).

Показник «редукція професійних досягнень» діагностовано на високому рівні у 53% осіб. Він виявляється у виникненні у них почуття некомпетентності в своїй професійній сфері та усвідомлення неспіху в ній.

Отже, значна частина досліджуваних психологів-консультантів мала високий рівень усіх показників професійного вигорання, що свідчить про високий ступінь тяжкості його прояву.

Аналіз результатів дослідження за методикою PSM-25 показав, що 53% психологів-консультантів мали середній рівень стресу, що свідчить про оптимальний рівень їх психічної напруги, стан мобілізації, що має позитивний вплив на роботу, призводить до більшої концентрації у процесі консультування. (див. рис.1).

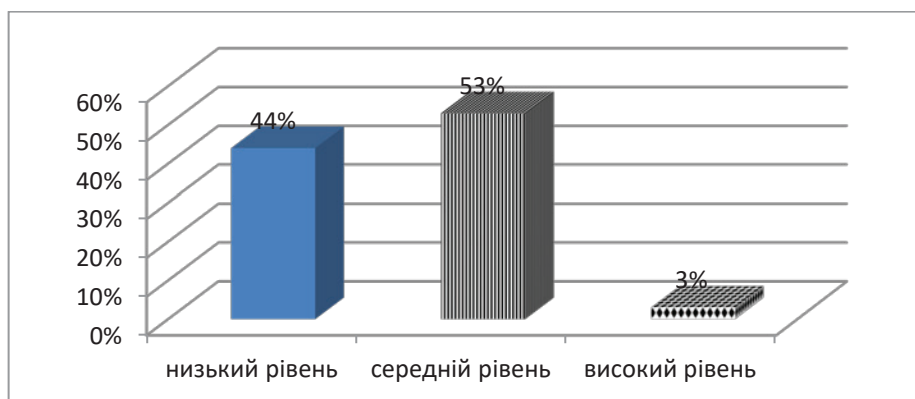
44% респондентів мали низький рівень стресу, що свідчить про вміння їх керувати своїми емоціями та заспокоювати себе. Високий рівень стресу спостерігався лише у 3% досліджуваних.

Аналіз результатів дослідження за тестом Ю.З. Гільбуха (див. табл. 4) показав, що 47% психологів-консультантів мали задовільний показник особистісної зрілості, проте, у 38% респондентів він був незадовільний, що свідчить про їх безініціативність, відсутність прагнення до вищих результатів та само-

Таблиця 3

**Особливості прояву показників професійного вигорання у досліджуваних психологів-консультантів**

Шкали професійного вигорання	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
	Кількість осіб у %		
Емоційне виснаження	9%	25%	66%
Деперсоналізація	34%	13%	53%
Редукція професійних досягнень	38%	9%	53%



**Рис. 1. Особливості прояву психічної напруги у досліджуваних психологів-консультантів**

стійності, невпевненість у своїх можливостях, незадоволення своїми знаннями та навичками, проблеми з емпатією і слуханням.

Серед аспектів особистісної зрілості, ми виділяємо ставлення до свого “Я”, як основний, який пов’язаний з формуванням СЕВ. 66% психологів-консультантів мали незадовільний рівень ставлення до свого “Я”, тобто вони недооцінюють себе, мають внутрішній конфлікт між реальним та ідеальним “Я”, що, як правило, викликає психічну напругу та виснаження. При цьому мотивація досягнень у половини психологів-консультантів на високому рівні, тобто вони замотивовані на здійснення значущих життєвих цілей, на максимальну самореалізацію, досягнення високих результатів.

У 47% психологів-консультантів спостерігався незадовільний рівень почуття громадського боргу, тобто вони не зацікавлені суспільно-політичним життям, мають знижену потребу у спілкуванні, низький колективізм та почуття професійної відповідальності. У 34% досліджуваних виявлений незадовільний рівень життєвої установки, а отже для них властива нестача розсудливості, перевага

почуттів над інтелектом, емоційна неврівноваженість. У 63% психологів-консультантів був незадовільний рівень здатності до психологічної близькості, тобто вони замкнені, недовірливі до оточуючих, мають недостатньо розвинену здатність турбуватися про них, що для професійної діяльності психолога-консультанта є негативним чинником.

Також ми провели кореляційний аналіз взаємозв’язків між емоційним вигоранням та його психологічними чинниками за допомогою комп’ютерної програми IBM SPSS Statistics 22.0.0.0. Оскільки дані для діагностики були представлені в кількісній шкалі, то значення коефіцієнту кореляції визначалося по таблиці критичних значень коефіцієнта кореляції Пірсона (див. табл.5).

Кореляційний аналіз дозволив встановити, що показник емоційного вигорання утворив 13 значущих взаємозв’язків, 6 з яких – прямі: з показниками напруження ( $r=0,965$ ), резистенції ( $r=0,936$ ), виснаження ( $r=0,966$ ), емоційного виснаження ( $r=0,779$ ), деперсоналізації ( $r=0,785$ ), інтегральним показником психічної напруги ( $r=0,877$ ). Тобто, для пси-

Таблиця 4

**Особливості прояву особистісної зрілості та її аспектів у досліджуваних психологів-консультантів**

Показники особистісної зрілості	Незадовільний рівень	Задовільний рівень	Високий рівень
	Кількість осіб у %		
Особистісна зрілість	38%	47%	16%
Мотивація досягнень	22%	28%	50%
Ставлення до свого “Я”	66%	25%	9%
Почуття громадського боргу	47%	22%	31%
Життєва установка	34%	22%	44%
Здатність до психологічної близькості	63%	13%	25%

Таблиця 5

**Кореляційні взаємозв’язки між показниками емоційного вигорання психологів-консультантів та його особистісними чинниками**

Параметри	Напруження	Виснаження	Резистенція	Емоційне виснаження	Деперсоналізація	Редукція професійних досягнень	Інтегральний показник психічної напруги	Особистісна зрілість	Мотивація досягнень	Відношення до свого «Я»	Почуття громадянського боргу	Життєва установка	Здібність до психологічної близькості
Емоційне вигорання	,965**	,966**	,936**	,779**	,785**	-,878**	,877**	-,640**	-,608**	-,691**	-,582**	-,624**	-,522**

Примітка: \*\* – значущий кореляційний зв’язок на рівні  $p=0,01$

хологів-консультантів з вищим показником СЕВ характерні вищі показники психічної напруги, схильність до відгородження себе від неприємних переживань, падіння загального енергетичного тону і ослаблення НС, тяжкість емоційного стану, виразність черствих, формальних стосунків з клієнтами. Оскільки показники напруження, резистенції, виснаження є компонентами СЕВ, то від виразності кожного з них залежить ступінь виразності СЕВ. Тісний кореляційний взаємозв'язок між СЕВ та інтегральним показником психічної напруги пов'язаний з тим, що тривалий стрес сприяє виснаженню людини.

Також показник емоційного вигорання утворив 7 зворотніх зв'язків з показниками: особистісної зрілості ( $r=-0,640$ ), мотивації досягнень ( $r=-0,608$ ), відношення до свого «Я» ( $r=-0,691$ ), почуття громадянського боргу ( $r=-0,582$ ), життєвою установкою ( $r=-0,624$ ), здібністю до психологічної близькості ( $r=-0,522$ ), редукцією професійних досягнень ( $r=-0,878$ ). Тобто, для психологів-консультантів з вищим показником емоційного вигорання характерні нижчий рівень особистісної зрілості, мотивації досягнень, ставлення до свого «Я», почуття громадського боргу, життєвої установки та спроможності до психологічної близькості. На нашу думку це пов'язано з тим, як людина вміє справлятися зі стресом. Якщо вона має високу мотивацію досягнень та розуміє заради чого і що вона робить, здорову самооцінку та життєві установки, почуття громадського боргу та усвідомлення себе у суспільстві, здатна до психологічної близькості, така людина є автором свого життя, а отже і вміє долати стрес. Тобто чим вища особистісна зрілість та всі її перераховані аспекти, тим вища стресостійкість, що підтверджується зворотнім взаємозв'язком між інтегральним показником психічної напруги та показником особистісної зрілості ( $r=-0,490$ ). Отже, зріла особистість здатна краще протидіяти стресу за рахунок більш розвиненій здатності до самоаналізу, відповідальності, позитивного відношення до себе та оточуючих, здорових життєвих установок, більш реалістичного сприйняття життя, що у свою чергу, знижує ймовірність СЕВ.

Зворотній значущий зв'язок емоційного вигорання з редукцією професійних досягнень пояснюється тим, що останній показник оцінювався як гірший при менших балах. Тобто, у психологів-консультантів з нижчою оцінкою своїх можливостей і досягнень, які менше задоволені самореалізацією в професійній сфері більше виражений СЕВ. Це пояснюється тим, що редукція професійних досягнень породжує почуття недостатності успіхів на роботі та зниження власної самоефективності, впевненості у виконанні своїх професійних обов'язків. З'являється відчуття недостатності обсягу виконуваної роботи чи нездатності виконати поставлені завдання, що викликає стрес.

**Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Встановлено, що майже у половини психологів-консультантів спостерігається високий рівень емоційного вигорання, а найбільш виразною в СЕВ у них була фаза резистенції, що проявляється в тенденції до неадекватного виборчого емоційного реагування на клієнтів, відсутності емоційної залученості і контакту з ними, втратою здібності до співпереживання їм, втому, що веде до редукції професійних обов'язків. Проте, фази напруги та виснаження також були сформовані майже у половини респондентів. Виявлено, що переважна частина психологів-консультантів мала сформовані симптоми переживання психотравмуючих обставин, розширення сфери економії емоцій та емоційного дефіциту. У значній частини психологів спостерігався високий рівень прояву усіх показників професійного вигорання та незадовільний рівень особистісної зрілості та її аспектів. Встановлено, що для психологів-консультантів з вищим рівнем емоційного вигорання характерні вищий рівень психічної напруги, резистенції, виснаження, деперсоналізації та нижчий рівень особистісної зрілості та всіх її аспектів. Тобто, особистісна зрілість є одним з чинників протидії емоційному вигоранню психологів-консультантів.

**В перспективі** ми плануємо розробку та впровадження програми психологічного тренінгу з корекції емоційного вигорання у психологів-консультантів.

### Література:

1. Бажан Т.М., Шоманбаева А.О. Исследование индивидуально-типологических особенностей личности в связи с синдромом психического выгорания. *Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы*. 2020. Том 33. № 1. С. 39–49.
2. Бодров В.А. Современные представления о чувстве усталости в профессиональной деятельности. *Психологический журнал*. 2012. Т. 33. №2. С.23–34.
3. Бойко В. В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999. 105 с.



4. Васичкина О.Н. Некоторые аспекты влияния пандемии на профессиональное выгорание педагогов высшей школы. *Международный научно-исследовательский журнал*. 2022. № 1 (115). Часть 2. С. 153–155.
5. Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонова Е.А. Сопровождение со стрессом: теория и психодиагностика / Под ред. Л.И. Вассермана. СПб.: Речь, 2010. 192 с.
6. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практ. пособие. 3-е изд., испр. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2018. 343 с.
7. Водопьянова Н.Е., Шестакова К.Н. Позитивный подход к противодействию профессиональному выгоранию. *Гуманитарные и социальные науки*. 2014. №5. С.253-265.
8. Ворожцова Е.С., Солонина А.В. Изучение уровня синдрома эмоционального выгорания фармацевтических работников как последствий конфликтов на рабочем месте. *Медицинский Альманах*. 2019. № 5-6 (61). С. 104–108.
9. Коса Т.В. Синдром емоційного вигорання серед медичних працівників. *Медсестринство*. 2019. №3. С. 39-41.
10. Пряжников Н. С., Ожогова Е. Г. Эмоциональное выгорание и личностные деформации в психолого-педагогической деятельности. *Вестник Московского университета*. 2014. №4. С.33-43.
11. Райкова Е. Ю. Терапия и профилактика профессионального выгорания у представителей помогающих профессий. *Молодой ученый*. 2011. № 5 (28). Т. 2. С.92-97.
12. Романовська О. В., Набільська Є. М. Причини та особливості прояву синдрому «професійного вигорання» в соціальних працівників. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право*. 2011. Вип. 3(11). С.103-107.
13. Яркіна О.С. Синдром емоціонального вигорання у лікарів в контексті особистісно-професійного розвитку: симптоми та передумови. *Вестник ТГУ*. 2008. Вып. 3 (59). С.307–311.
14. Portoghese I., Leiter M.P., Maslach C., Galletta M., Porru F., D'Aloja E., Finco G. and Campagna M. Measuring burnout among university students: Factorial validity, invariance, and latent profiles of the Italian Version of the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS). *Frontiers in Psychology*. 2018, 9 (NOV) (Scopus).

#### References:

1. Bazhan, T.M., & Shomanbayeva, A.O. (2020). Issledovaniye individualno-tipologicheskikh osobennostey lichnosti v svyazi s sindromom psikhicheskogo vygoraniya [Investigation of individual typological features of the personality in connection with the syndrome of mental burnout]. *Uchenyye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsialnoy raboty – Scientific notes of the St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work*. (Vol. 33, № 1), (pp. 39–49) [in Russian].
2. Bodrov, V.A. (2012). Sovremennyye predstavleniya o chuvstve ustalosti v professionalnoy deyatel'nosti [Modern ideas about the feeling of fatigue in professional activity]. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological journal*. (Vol. 33, №2). (pp. 23–34) [in Russian].
3. Boyko, V. V. (1999). *Sindrom emotsionalnogo vygoraniya v professionalnom obshchenii [Syndrome of emotional burnout in professional communication]*. SPb.: Piter [in Russian].
4. Vasichkina, O.N. (2022). Nekotoryye aspekty vliyaniya pandemii na professionalnoye vygoraniye pedagogov vysshey shkoly [Some aspects of the impact of the pandemic on the professional burnout of higher school teachers]. *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal – International research journal*, 1 (115), part 2, 153–155 [in Russian].
5. Vasserman, L.I., Ababkov, V.A., Trifonova, E.A. (2010). *Sovladaniye so stressom: teoriya i psikhodiagnostika [Coping with stress: theory and psychodiagnostics]*. L.I. Vasserman (Ed.). SPb.: Rech [in Russian].
6. Vodopianova, N.E., & Starchenkova, E. S. (2018). *Sindrom vygoraniya. Diagnostika i profilaktika [Burnout syndrome. Diagnostics and prevention]*. Moscow: Yurayt Publishing House [in Russian].
7. Vodopianova, N.E., & Shestakova, K.N. (2014). Pozitivnyy podkhod k protivodeystviyu professionalnomu vygoraniyu [A positive approach to combating professional burnout]. *Gumanitarnyye i sotsialnyye nauki – Humanities and social sciences*, 5, 253-265 [in Russian].
8. Vorozhtsova, E.S., & Soloninina, A.V. (2019). Izucheniye urovnya sindroma emotsionalnogo vygoraniya farmatsevticheskikh rabotnikov kak posledstviy konfliktov na rabochem meste [The study of the level of burnout syndrome of pharmaceutical workers as a consequence of conflicts in the workplace]. *Meditsinskiy Almanakh – Medical Almanac*, 5-6 (61), 104-108 [in Russian].
9. Kosa, T.V. (2019). Sindrom emotsiynoho vyhorannya sered medychnykh pratsivnykiv [Syndrome of emotional distress among medical practitioners]. *Medsestrinstvo – Nursing*, 3, 39-41 [in Ukrainian].
10. Pryazhnikov, N. S., & Ozhogova, E. G. (2014). Emotsionalnoye vygoraniye i lichnostnyye deformatsii v psikhologo-pedagogicheskoy deyatel'nosti [Emotional burnout and personal deformations in psychological and pedagogical activity]. *Vestnik Moskovskogo universiteta – Bulletin of Moscow University*, 4, 33-43 [in Russian].

11. Raykova, E. Yu. (2011). Terapiya i profilaktika professionalnogo vygoraniya u predstaviteley pomagayushchikh professiy [Therapy and prevention of professional burnout among representatives of helping professions]. *Molodoy uchenyy – Young scientist*, Vols. 2, 5 (28), 92-97 [in Russian].
12. Romanovska, O. V., & Nabilska, Ye. M. (2011). Prychyny ta osoblyvosti proiavu syndromu «profesiinoho vyhorannia» v sotsialnykh pratsivnykiv [The reasons for the peculiarity of the manifestation of the syndrome of "professional neglect" in social practitioners]. *Visnyk NTUU «KPI». Politolohiia. Sotsiolohiia. Pravo – Bulletin of NTUU "KPI". Politology. Sociology. Law*, issue 3 (11), 103-107 [in Ukrainian].
13. Yarkina, O.S. (2008). Sindrom emotsionalnogo vygoraniya u vrachey v kontekste lichnostno-professionalnogo razvitiya: simptomy i predposylki [Burnout syndrome among doctors in the context of personal and professional development: symptoms and prerequisites]. *Vestnik TGU – Bulletin of TSU*, issue 3 (59), 307–311 [in Russian].
14. Portoghese, I., Leiter, M.P., Maslach, C., Galletta, M., Porru, F., D'Aloja, E., Finco, G. and Campagna, M. (2018). Measuring burnout among university students: Factorial validity, invariance, and latent profiles of the Italian Version of the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS). *Frontiers in Psychology*, 9 (NOV) (Scopus).

УДК 159.9:355

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.3>**Валерія КОСТЮКОВА**

студентка факультету психології, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, вул. Пирогова, 9, м. Київ, 01601

**Valeriia KOSTIUKOVA**

Student at the Faculty of Psychology, National Pedagogical Dragomanov University, Pyrohova str., 9, Kyiv, 01601

## ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

## THEORETICAL JUSTIFICATION OF RESEARCH INTO FUTURE SERVICEMEN'S PSYCHOLOGICAL READINESS FOR PROFESSIONAL ACTIVITIES

*Метою статті є теоретичне обґрунтування змісту і структури психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності.*

*Здійснено аналіз праць вітчизняних та закордонних авторів, які присвячені аналізу розвитку професійно-значущих психологічних якостей у військово-професійній діяльності майбутніх військовослужбовців.*

*Узагальнено основні підходи до визначення змісту і структури психологічної готовності до професійної діяльності українських та зарубіжних дослідників. Структуру психологічної готовності майбутніх військовослужбовців визначено як складову з двох підсистем – тривалої та тимчасової готовності і відповідних їм компонентів.*

*В підсистемі тривалої психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності нами виділено дві основні складові: особистісну (моральний, вольовий, загальнопсихологічний, комунікативний, емоційний інтелект та лідерський компоненти) та функціональну (мотиваційний, когнітивний, креативний, операційний та оцінювальний компоненти).*

*У підсистемі тимчасової психологічної готовності виділено такі компоненти: мотиваційний, операційний, орієнтаційний, оцінювальний, емоційний та когнітивний.*

*На основі проведеного аналізу сутності, змісту, структури психологічної готовності, а також загальних ознак професійної діяльності зроблено висновок, що психологічна готовність майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності – це система мотивів, знань, умінь та навичок, особистісних якостей, необхідних для успішної професійної діяльності.*

**Ключові слова:** психологічна готовність до професійної діяльності, зміст та структура психологічної готовності, психологічна готовність майбутніх військовослужбовців.

*The article formulates the theoretical substantiation of the content and structure of future servicemen's psychological readiness for professional activities.*

*The analysis of the available works of Ukrainian and foreign scientists on servicemen's professionally-significant psychological qualities and their development allowed generalizing the main approaches to determining the content and structure of future servicemen's psychological readiness for professional activities. The future servicemen's psychological readiness for professional activities is defined as a two-subsystem structure made up of long-term readiness and temporary readiness and their corresponding components.*

*The future servicemen's long-term psychological readiness for professional activities includes a personal component, which is made up of a moral, volitional, psychological, communicative, emotional intelligence, and leadership components, and a functional component, which is made up of a motivational, cognitive, creative, operational, and evaluation components.*

*The future servicemen's temporary psychological readiness for professional activities includes a motivational, operational, orientational, evaluative, emotional, and cognitive components.*

*Based on the analysis of the essence, content, and structure of psychological readiness, as well as the general features of professional activity, it has been concluded that the future servicemen's temporary psychological readiness for professional activities is a system of motives, knowledge, abilities, skills, and personal qualities necessary for efficient professional activity.*

**Key words:** psychological readiness for professional activities, content and structure of psychological readiness, future servicemen's psychological readiness.

**Постановка проблеми.** Проблематика психологічної готовності людини до професійної діяльності розробляється з останньої чверті ХХ ст. і досі не втрачає своєї актуальності. Це пов'язано із постійним розширен-

ням переліку видів професійної діяльності, зокрема екстремальних, а також умов та чинників впливу, що необхідні для особистісних перетворень людини в умовах професійної діяльності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Найбільший внесок у дослідження означеної проблеми, як в теоретичному так і в прикладному значеннях зробили: В. Варваров, М. Виноградова, І. Горелов, В. Давидов, Ю. Забродін, О. Кокун, О. Колесніченко, М. Корольчук, Н. Лебедева, В. Молотай, В. Моляко, І. Окуленко, І. Онищенко, Н. Пенюкова, О. Поканевич, А. Пуні, С. Рубінштейн, О. Тимченко, Д. Узнадзе, О. Федик, та ін.. Серед закордонних авторів можемо виділити: Kirkland F. R., Bartone P. T., G. Deaynira, S. Jerus, S. Aguilar, A. Guirao, K. Oden, D. Abrahams, M. Waxler та ін.

Попри численні психологічні дослідження, проблематика психологічної готовності до професійної діяльності залишається складною та багатогранною. Наразі зазначена проблематика досліджується у напрямках вивчення психологічної готовності до конкретної професійної діяльності, яка має свої специфічні особливості.

Проблему психологічної готовності військовослужбовців до виконання професійної діяльності досліджували: В. Барко, В. Воробйова, Л. Гундерук, О. Кокун, О. Колесніченко, В. Лефтеров, Н. Лозінська, Я. Мацегора, І. Пішко, К. Платонов, Д. Попов, Є. Потапчук, О. Сафін, О. Столяренко, В. Сисоєв, О. Тимченко, В. Якимчук, С. Яковенко та інші вчені. Питання психологічної готовності студентів до майбутньої професійної діяльності досліджували: Л. Карамушка, Т. Канівець та ін. Водночас, питання психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності вивчено недостатньо. Отже, актуальність проблеми та її недостатня розробленість зумовили вибір дослідження даної статті.

Вирішення теоретичних та практичних питань психологічної готовності майбутніх військовослужбовців потребує глибокого теоретичного аналізу сутності та змісту психологічної готовності, визначення основних підходів до її вивчення з метою формування структури психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності з урахуванням специфіки їх професійної діяльності.

**Мета дослідження** – проаналізувати основні сучасні наукові підходи щодо визначення сутності, змісту та структури психологічної готовності до професійної діяльності. Розкрити загальні ознаки професійної діяльності військовослужбовців. Визначити сутність зміст та структуру психологічної готовності майбутніх військовослужбовців.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** У психологічному словнику

поняття «психологічна готовність» визначається, як: «стан мобілізації усіх психофізіологічних систем людини, що забезпечує ефективне виконання певної діяльності» (Зинченко В. П. & Мещерякова Б. Г., 1999, с. 78). Конкретний стан готовності до дій визначається поєднанням факторів, які характеризують різні рівні готовності: фізичну підготовленість; необхідні властивості нервової системи, що забезпечують дії; психологічні умови готовності. При цьому в людини повинні бути: знання, навички та вміння відповідні сфері професійної діяльності; готовність до невідкладної реалізації наявної програми у відповідь на певний сигнал; внутрішня згода та рішучість щодо реалізації певних дій.

У галузі досліджень психологічної готовності існує чимало різних термінів для позначення різних аспектів психологічної готовності, вживання яких відрізняється у різних дослідників. Йдеться про «психологічну готовність» (Т. Кабаченко, В. Авдєєв), «психологічну стійкість» (М. Матова), «емоційну стійкість» (Л. Аболін, М. Дяченко, В. Пономаренко, Н. Носенко, О. Сіротін), «установку» (М. Марбе, Д. Узнадзе), «толерантність до стресу» (Л. Собчик), «готовність до ризику» (В. Бодров, Є. Кір'янова), «емоційно-моторну стійкість» (М. Рапохін), «надійність оператора» (Л. Вищепан, О. Золотухін, Ю. Зубарєв, Г. Нікіфоров, Л. Філіппов) тощо. (Колесніченко О. С., Мацегора Я. В. & Воробйов В. І., 2016, с. 8-9).

Водночас не існує усталеного тлумачення змісту поняття «психологічної готовності». Б. Ананьєв, Н. Левітов та С. Рубінштейн (Рубінштейн С. Л., 2000) визначають зазначене поняття, як наявність здібностей. У К. Платонова це – якість особистості. В Д. Узнадзе це – психологічний стан і суттєва ознака установки. У І. Ладанова це – психологічна умова успішності виконання діяльності. У дослідженнях М. Дяченка (Дьяченко М. И. & Кандыбович Л. А., 1976), Л. Кандыбовича, В. Пономаренка – «психологічна готовність» визначається, як показник саморегуляції та адаптації на різних етапах і рівнях протікання психічних процесів, що визначають поведінку особи, як суб'єкта діяльності. Тобто це цілісне утворення, яке характеризує емоційно-когнітивну і вольову мобілізацію суб'єкта в момент його включення у певну діяльність. Дослідники Р. Романенко і В. Серіков визначають зазначене поняття, як цілісне явище, скріплене переконаннями, морально-вольовими якостями особистості, способами поведінки, практичними вміннями і навичками. На думку Л. Кондрашової, О. Лазоренко,

Є. Потапчук, А. Прокопенко, М. Томчук та ін., психологічна готовність включає в себе професійні знання, навички і вміння та деякі риси особистості, які забезпечують успішне виконання професійних завдань (Софіян Д. В., 2019, с. 29). А. Пуні вважає, що психологічна готовність – це різновид психологічного стану, який визначає впевненість у своїх силах, прагнення досягти певної мети, високу стійкість нервових процесів, самооцінку та саморегуляцію. До того ж психологічна готовність передбачає вміння приймати правильні рішення у нестандартних обставинах.

М. Левітов зазначає, що психічні стани людини значною мірою впливають на рівень готовності людини до виконання завдань. Він визначає психологічну готовність, як тимчасовий стан особистості. Дослідник розрізняє тривалу готовність і тимчасову готовність, яку можна назвати «передстартовим станом». Він визначає три різновиди тимчасової готовності: звичайну, підвищену та знижену. Звичайна готовність буває в людини переважним чином перед звичною роботою, до якої не висувують підвищених вимог. Стан підвищеної готовності викликається новизною і творчим характером роботи. Знижена готовність може викликатися сильною й неконтрольованою емотивністю людини, яка може проявлятися у незібраності, відволіканні уваги, помилкових діях тощо. Деяко схожих поглядів на проблему психологічної готовності дотримуються дослідники П. Горностай, О. Кокун (Кокун О. М., 2010. Зазначені автори вважають за доцільне під поняттям «професійна готовність» розуміти загальну готовність людини до професійної діяльності (як психологічну так і фізичну), що може бути тривалою (професійна підготовленість) так і тимчасовою.

Тривала готовність є системою інтегрованих властивостей, знань та досвіду особистості. Така готовність поєднує в собі усвідомлення ролі певної професії у суспільстві, соціальну відповідальність, прагнення самостійно і творчо вирішувати професійні завдання. Тимчасова психологічна готовність є особливим психічним станом, який виражає у суб'єкта образ структури певної дії та стійку спрямованість свідомості на її виконання. Тривала психологічна готовність формується упродовж тривалого часу професійної підготовки і характеризує потенційну психологічну здатність особи до виконання професійної діяльності. Натомість, тимчасова психологічна готовність формується на основі тривалої і характеризує наявну на даний час психологічну здатність особи до

виконання конкретних професійних завдань. Тобто у фахівця унаслідок певних обставин може бути відсутня тимчасова психологічна готовність за наявності тривалої. Утім, дослідники наголошують на неможливості тимчасової психологічної готовності за відсутності тривалої (Дьяченко М. И. & Кандыбович Л. А., 1976).

На сьогоднішній день у психологічній науці психологічна готовність розглядається як істотна передумова будь-якої цілеспрямованої діяльності, її регуляції, стійкості та ефективності (Дьяченко М. И. & Кандыбович Л. А., 1976; Карамушка Л. М., 2000). Утім, усталеного розуміння психологічної готовності до діяльності ще не сформувалося. Наразі виокремлюють три підходи до розуміння її змісту.

В межах функціонального підходу (Ф. Генон, О. Довгополова, Г. Запорожцева, Левітов, О. Ліненко, О. Макаревич, В. Молотай, С. Ніколаєнко, Т. Іванова, В. Попов, Є. Потапчук, А. Пуні, О. Сафін, А. Смірнов, О. Ухтомський, О. Тімченко, М. Томчук, В. Ягупов та ін.), акцент робиться на вивченні функціональних станів психіки особи, які визначають феномен психологічної готовності до професійної діяльності. Тобто, це певний стан психічних функцій, які забезпечують високий рівень досягнень під час виконання будь-якої діяльності.

В межах особистісного підходу психологічна готовність особи до професійної діяльності визначається, як результат підготовки по певній діяльності (В. Барко, Д. Войтюк, Л. Карамушка, В. Кондратюкова, О. Лазоренко, Л. Матохнюк, Є. Потапчук, Ж. Половнікова, А. Прокопенко, Ф. Рекешева, Р. Санжаєва, М. Томчук, О. Хрущ-Ріпська та ін.). Відповідно до цього підходу, готовність розуміється як стійке багатоаспектне утворення особистості, яке включає ряд компонентів, адекватних вимогам, змісту та умовам діяльності, які в своїй сукупності дозволяють суб'єкту більш або менш успішно здійснювати діяльність. Така система формується заздалегідь, вона є стабільною і являє суттєву передумову успішної регуляції діяльності загалом (Ковальська І. Е., 2011).

Частина науковців поєднує названі вище підходи (В. Воробйова, Ф. Горбов, М. Дьяченко, О. Кокун (Кокун О. М., 2010; Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., & Лозінська Н. С., 2021), О. Колесніченко, М. Левітов, Л. Нерсесян, В. Пушкін та ін.). Вони дотримуються поглядів, що у процесі діяльності психологічна готовність проявляється водночас, як стійкі особистісні властивості людини (три-

вала готовність) та ситуативні психічні стани (тимчасова готовність), пов'язані з процесом діяльності. Тобто, у межах такого підходу позиціонується тісний зв'язок стійких характеристик особистості та функціонального стану.

Аналіз наукової літератури щодо визначення структури психологічної готовності особи до діяльності показав, що частина дослідників дотримуються трикомпонентної структури психологічної готовності. Так у О. Божовича це – когнітивний, регуляторний та особистісно-смісловий компоненти. У М. Логачова це – психічний, фізичний і технічний компоненти. У В. Шаласва це – інформаційний, операційний та мотиваційний компоненти. О. Іванова та О. Тарновська виокремлюють такі взаємозумовлені та взаємозалежні структурні компоненти, як: функціональний, особистісний та емоційний. М. Томчук та В. Платонов вважають, що структуру психологічної готовності людини до діяльності утворюють мотиваційний, загальнопрофесійний, емоційно-вольовий компоненти. На думку І. Горелова структурними компонентами психологічної готовності людини є: професійний, мотиваційний та особистісний. Дослідниця Л. Матохнюк виокремлює когнітивний, операційно-діяльнісний та мотиваційно-ціннісний компоненти структури психологічної готовності людини до діяльності (Матохнюк Л. О., 2006).

Чотирикомпонентну структурну модель психологічної готовності пропонують: О. Добрянський – виділяє мотиваційний, когнітивний, операційний та операційно-процесуальний компоненти. Дослідник О. Керницький виокремлює: мотиваційний, когнітивний, операційний, емоційно-вольовий компоненти. В. Барко, Л. Карамушка (Карамушка Л. М., 2000), М. Москальов, О. Тимченко, О. Тополенко, В. Толочек, В. Кохан виділяють: мотиваційний, когнітивний, операційний та особистісний компоненти. Такі дослідники, як О. Бандурка, С. Бочарова, О. Землянська, Т. Траверсе, В. Ягупов переконані, що структура психологічної готовності особистості до діяльності вміщує: мотиваційний, пізнавальний, емоційний та вольовий компоненти.

П'ятикомпонентну структуру психологічної готовності людини до професійної діяльності обґрунтовують М. Дяченко та Л. Кандилович (Дяченко М. І. & Кандилович Л. А., 1976), що розглядається як цілісне, ієрархічне, динамічне утворення, до складу якої входять: мотиваційний, орієнтаційний, операційний, вольовий та оціночний структурні компоненти. Належний розвиток вказаних

компонентів та їх інтеграція є показником високого рівня психологічної готовності людини до діяльності. Дослідниця О. Бикова виокремлює інші компоненти в структурі психологічної готовності особи до професійної діяльності, а саме: морально-психологічний, командирський, авторитарний, креативний, комунікативний.

Шестикомпонентну структуру психологічної готовності особи до професійної діяльності пропонує Л. Кондрашова. Вона складається з: мотиваційного, морально-орієнтаційного, пізнавально-операційного, емоційно-вольового, психофізіологічного та оціночного компонентів.

Існують і більш диференційовані підходи щодо визначення психологічної готовності особи до професійної діяльності. Так, О. Кокун (Кокун О. М., 2010, с. 188-189) виокремлює тривалу та короткочасну психологічну готовність у фахівця, що діє в екстремальних ситуаціях. При цьому у тривалій психологічній готовності виділяється 4 особистісних компоненти (моральний, вольовий, комунікативний, загальнопсихологічний) та 6 функціональних компонентів (мотиваційний, когнітивний, креативний, орієнтаційний, операційний, оцінювальний). Натомість у короткочасній психологічній готовності дослідник виокремлює 5 компонентів (мотиваційний, орієнтаційний, операційний, оцінювальний, емоційний).

Дослідники (Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., & Лозінська Н. С., 2021, с. 7-9) у психологічній готовності військовослужбовців до виконання службово-бойових завдань виділяють 38 показників, 20 з яких характеризують особистісну готовність та 18 – функціональну.

Для визначення складових структури психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності необхідно розкрити основні особливості військово-професійної діяльності для визначення комплексу професійних і психологічних якостей необхідних військовослужбовцю, як суб'єкту військово-професійної діяльності.

За типологією професій по критеріям вимог, що висуваються до людини, професія військового належить до діяльності, яка проходить у нормативно заданих екстремальних умовах. Такий тип професії потребує психофізіологічної витривалості і високої працездатності.

Військово-професійна діяльність є різновидом суспільної праці, яка виникає унаслідок соціальної потреби суспільства у захисті територіальної цілісності та незалежності

Батьківщини. Тому професійна діяльність військових – це соціально зумовлена діяльність, яка у мірний час спрямована на підтримання бойової готовності збройних сил в інтересах забезпечення безпеки держави, а під час війни – на знищення ворога. Для такої професійної діяльності загалом притаманні висока фізична і морально-психологічна напруженість.

Військово-професійна діяльність у звичайних, мирних умовах також має свої специфічні особливості, що виходять за межі звичайних умов праці цивільних працівників. Військова служба передбачає усвідомлене підпорядкування своєї волі та бажань, волі іншої людини – командира, що в соціальнопсихологічному плані супроводжується обмеженням ступеня особистої свободи і обумовлена суврою регламентацією військової служби.

Окрім зазначеного до особливих умов військово-професійної діяльності дослідники відносять: тривалу діяльність без відпочинку та сну; інтенсивну діяльність в умовах дефіциту часу; інформаційного навантаження; часової невизначеності; прийняття відповідальних рішень в умовах несподіваних подій та неповної інформації.

Особливістю військово-професійної діяльності є її колективний характер. Тому успішне виконання службово-бойових завдань може бути забезпечене вмільми і злагодженими діями різних військовослужбовців, їх організованістю, дисциплінованістю та відповідальністю кожного військовослужбовця підрозділу.

Важливою складовою військово-професійної діяльності є управлінська діяльність, адже практично кожен офіцер повинен бути фахівцем з управління, який поєднує у собі бойового командира, керівника бойової підготовки та всього устрою воєнної служби, як у мирний час так і під час війни. Управлінська діяльність командира вирізняється інтелектуальним змістом, комунікативними компетенціями, лідерськими якостями. Така діяльність включає в себе організацію, планування, мотивування, контроль і регулювання технологічних, соціальних, індивідуально-психологічних та інших процесів, що відбуваються у підрозділі (Калагін Ю. А. & Афоніна Е. А., 2008, с. 13).

Отже, до загальних ознак професійної діяльності військовослужбовців можна віднести: соціальну обумовленість; регламентованість військової діяльності законодавством, статутами, наказами; психологічну напруженість та екстремальність умов виконання функціональних обов'язків; колективний

характер праці; комплексність та багатогранність психофізіологічних вимог до особистості військовослужбовця, адже військова професія загалом включає в себе три типи професійної діяльності: «людина – людина», «людина – техніка», «людина – знакова система» (Приходько І. І., 2008, с. 14).

**Висновки.** На основі проведеного аналізу сутності, змісту, структури психологічної готовності, а також загальних ознак професійної діяльності, можна дійти висновку про те, що психологічна готовність майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності – це система мотивів, знань, умінь та навичок, особистісних якостей, необхідних для успішної професійної діяльності.

У нашому дослідженні ми дотримуємося розуміння психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності, як сукупності певних психологічних властивостей і станів особистості, які утворюють системи тривалої та тимчасової готовності, що перебувають в єдності. Тобто, структура психологічної готовності майбутніх військовослужбовців складається з двох підсистем – **тривалої** та **тимчасової** готовності та відповідних ним компонентів.

В підсистемі **тривалої** психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності нами виділено дві основні складові: **особистісну** та **функціональну**.

**Особистісна** передбачає наявність таких компонентів:

- *моральний* (усвідомлення майбутнім військовослужбовцем особистого обов'язку та відповідальності щодо захисту Батьківщини);
- *вольовий* (здатність мобілізації сил відповідно до умов професійної діяльності);
- *загальнопсихологічний* (здатність до саморегуляції психічного стану);
- *комунікативний* (комунікабельність, переконливість, володіння військово-професійною мовою);
- *лідерський* (наявність лідерських чеснот та якостей);
- *розвинений емоційний інтелект* (самоусвідомість, саморегуляція, емпатія, соціальні навички).

У **функціональну** включено такі компоненти:

- *мотиваційний* (сукупність мотивів, необхідних для успішної майбутньої професійної кар'єри військовослужбовця);
- *когнітивний* (сукупність знань, необхідних для успішного здійснення майбутньої професійної кар'єри);

- *креативний* (здатність генерувати ідеї, гнучкість розуму, творчі здібності особистості);

- *операційний* (сукупність умінь і навичок, необхідних для успішного здійснення майбутньої професійної кар'єри);

- *оцінювальний* (критична самооцінка своєї підготовленості до вирішення службово-професійних завдань у майбутньому);

У підсистемі **тимчасової** психологічної готовності нами виділено такі компоненти:

- *мотиваційний* (налаштованість курсанта (слухача) на ефективне навчання);

- *операційний* (сукупність умінь і навичок, необхідних для успішного навчання курсантів (слухачів) професії військового);

- *орієнтаційний* (наявність знань та уявлень про особливості і умови професійного навчання та основні вимоги до курсантів (слухачів));

- *оцінювальний* (самооцінка щодо кількості, якості та ступеню засвоєння знань, а також здатності застосовувати їх в майбутній професійній діяльності);

- *емоційний* (загальна позитивна налаштованість щодо професійного навчання);

- *когнітивний* (знання курсантами (слухачами) вимог та функціональних обов'язків, що висувуються до них в процесі професійного навчання).

**Перспективи подальшого дослідження.** У структуру психологічної готовності, окрім традиційних компонентів, які зазвичай включають у структуру психологічної готовності майбутніх фахівців, було включено лідерство та емоційний інтелект. Враховуючи результати психологічних досліджень з проблематики лідерства та емоційного інтелекту, можна зробити попередній висновок, що успішність професійної діяльності майбутніх військовослужбовців залежить не лише від мотивації, теоретичної, практичної та психологічної підготовки, але й від сформованості таких якостей особистості, як емоційний інтелект та лідерство. Цей напрямок, ще не достатньо розроблений в психології, утім він є значущим для формування психологічної готовності до професійної діяльності. Тому розпочата робота потребує подальшої теоретичної та практичної розробки.

#### Література:

1. Дьяченко М. И. & Кандыбович Л. А. (1976). Психологические проблемы готовности к деятельности. Минск : Изд-во БГУ.
2. Калагін Ю. А. & Афоніна Е. А. (2008). Військова служба за контрактом (соціальний вимір) : монографія. Х. : ХУПС.
3. Карамушка Л. М. (2000). Психологія управління закладами середньої освіти: монографія. К. : Ніка-центр.
4. Ковальська І. Е. (2011). Психологічна готовність керівників прикордонних підрозділів до забезпечення безпеки підлеглого особового складу. *Вісник Національного університету оборони України..* Вип. 4., 141-146.
5. Кокун О. М. (2010). Зміст та структура психологічної готовності фахівців до екстремальних видів діяльності. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць.* Вип. 7., 182–190.
6. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., & Лозінська Н. С. (2021). Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. К. : 7БЦ, 2021.
7. Матохнюк Л. О. (2006). *Формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності.*(автореф. Кандидатської дисертації). Хмельницький, 2006.
8. Приходько І. І. (2008). Професійний психологічний відбір майбутніх офіцерів внутрішніх військ МВС України : монографія. Харків : Акад. ВВ МВС України.
9. Зинченко В. П. & Мещерякова Б. Г. (ред.). (1999). Психологический словарь. М.: Педагогика-Пресс.
10. Колесніченко О. С., Мацегор Я. В. & Воробйов В. І. (ред.). (2016). Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації : монографія / та ін. Харків : НАНГУ.
11. Рубинштейн С. Л. (2000). Основы общей психологии. С-Пб. : Питер.
12. Софіян Д. В. (2019). *Розвиток в офіцерів-кінологів психологічної готовності до професійної діяльності у процесі підвищення кваліфікації* : (кандидатська дисертація). Тернопільський нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка. Тернопіль.

#### References:

1. D'jachenko M. I. & Kandybovich L. A. (1976). Psihologicheskie problemy gotovnosti k dejatel'nosti. Minsk : Izd-vo BGU [in Ukrainian].



2. Kalagin Yu. A. & Afonina E. A. (2008). Vijs`kova sluzhba za kontraktom (social`ny`j vy`mir) : monografiya. X. : XUPS [in Ukrainian].
3. Karamushka L. M. (2000). Psy`xologiya upravlinnya zakladamy` seredn`oyi osvity` : monografiya. K. : Nika-centr [in Ukrainian].
4. Koval`s`ka I. E. (2011). Psy`xologichna gotovnist` kerivny`kiv pry`kordonny`x pidrozdiliv do zabezpechennya bezpeky` pidleglogo osobovogo skladu. Visny`k Nacional`nogo universy`tetu oborony` Ukrayiny`.. Vy`p. 4., 141-146. [in Ukrainian].
5. Kokun O. M. (2010). Zmist ta struktura psy`xologichnoyi gotovnosti faxivciv do ekstremal`ny`x vy`div diyal`nosti. Problemy` ekstremal`noyi ta kry`zovoyi psy`xologiyi. Zbirny`k naukovy`x prac`. Vy`p. 7., 182–190. [in Ukrainian].
6. Kokun O. M., Moroz V. M., Pishko I. O., & Lozins`ka N. S. (2021). Formuvannya psy`xologichnoyi gotovnosti vijs`kovosluzhbovciv vijs`kovoyi sluzhby` za kontraktom do vy`konannya zavdan` za pry`znachennyam pid chas bojovogo zlagodzhennya : metod. posib. K. : 7BCz, 2021. [in Ukrainian].
7. Matoxnyuk L. O. (2006). Formuvannya psy`xologichnoyi gotovnosti majbutnix inzheneriv-pry`kordonny`kiv do profesijnoyi diyal`nosti.(avtoref. Kandy`dats`koyi dy`sertaciyi). Xmel`ny`cz`ky`j, 2006. [in Ukrainian].
8. Pry`xod`ko I. I. (2008). Profesijny`j psy`xologichny`j vidbir majbutnix oficeriv vnutrishnix vijs`k MVS Ukrayiny` : monografiya. Xarkiv : Akad. VV MVS Ukrayiny`. [in Ukrainian].
9. Zinchenko V. P. & Meshherjakova B. G. (red.). (1999). Psihologicheskij slovar'. M.: Pedagogika-Press. [in Russian].
10. Kolesnichenko O. S., Macegor Ya. V. & Vorobjov V. I. (red.). (2016). Psy`xologichna gotovnist` vijs`kovosluzhbovciv Nacional`noyi gvardiyi Ukrayiny` do sluzhbovo-bojovoyi diyal`nosti poza mezhamy` punktu postijnoyi dy`slokaciyi : monografiya / ta in. Xarkiv : NANGU. [in Ukrainian].
11. Rubinshtejn S. L. (2000). Osnovy obshhej psihologii. S-Pb. : Piter. [in Russian].
12. Sofiyany D. V. (2019). Rozvy`tok v oficeriv-kinologiv psy`xologichnoyi gotovnosti do profesijnoyi diyal`nosti u procesi pidvy`shchennya kvalifikaciyi : (kandy`dats`ka dy`sertaciyi). Ternopil`s`ky`j nacz. ped. un-t im. V. Gnatyuka. Ternopil` [in Ukrainian].

УДК 159.9; 316.6

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.4>**Анастасія КУРОВА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології, Одеський національний університет імені І.І. Мечникова, вул. Дворянська, 2, Одеса, Україна, 65082

ORCID: 0000-0001-6595-492X

Researcher ID: AAB-3476-2022

Scopus Author ID: 57222469846

**Anastasiia KUROVA**

PhD in Psychology, Associate Professor of Department of Social Psychology, Odessa I. I. Mechnikov National University, 2 Dvorianskaya Str, Odessa, Ukraine, 65082

ORCID: 0000-0001-6595-492X

Researcher ID: AAB-3476-2022

Scopus Author ID: 57222469846

**ОПЕРАЦІОНАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ «ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»  
НА ВИБІРЦІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ****OPERATIONALIZATION OF THE CONCEPT OF "MENTAL  
HEALTH" ON A SAMPLE OF MODERN YOUTH**

У статті подано результати операціоналізації поняття «психологічне здоров'я молоді». В українській науці про людину психологія здоров'я як новий та затребуваний науковий напрямок лише починає активно розвиватися. Дослідження вітчизняних вчених присвячені вивченню: співвідношенню категорій психологічного та психічного здоров'я; домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини, виявленню комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості, психологічного здоров'я як основи соціальної активності, прийомам та методам підтримки психосоматичного здоров'я, психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи та умов професійного розвитку особистості та ін. Але в сучасних соціально-політичних умовах російської агресії, коли на перший план виходять питання фізичного виживання людей, виникає потреба у новій феноменології психологічного здоров'я молоді.

Емпіричним шляхом виділена низка чинників, які створюють цілісний феномен психологічного здоров'я молоді, та містять в собі як соціально обумовлені, так і внутрішні стимули. Найбільш значущими для психологічного здоров'я молоді, на думку експертів, якими виступили провідні психологи, та студентів є: серед зовнішніх чинників – відчуття психологічного благополуччя, соціальної підтримки, оптимізм та стабільність, психічна рівновага та стійкість, референтне соціальне середовище, суспільно-політичні, правові гарантії, надані державою. Серед внутрішніх чинників самими значущими для студентів є: впевненість у своїх силах та власному потенціалі, потреба у соціальній підтримці та суб'єктивному відчутті психологічного благополуччя, оптимізм та стабільність.

**Ключові слова:** психологічне здоров'я, молодь, психологічне благополуччя, чинники психологічного здоров'я, референтне соціальне середовище.

The article presents the results of the operationalization of the concept of "psychological health of youth". In Ukrainian human science, health psychology as a new and popular scientific direction is just beginning to actively develop. The researches of domestic scientists are devoted to the study of: correlation between categories of psychological and mental health; dominant emotional and personal states of a psychologically healthy person, detection communicative, moral-ethical and spiritual factors of the formation of psychological health of an individual, psychological health as the basis of social activity, techniques and methods of supporting psychosomatic health, psychological health as a criterion of internal freedom and conditions for the professional development of an individual, etc. But in the modern socio-political conditions of Russian aggression, when issues of physical survival of people come to the fore, there is a need for a new phenomenology of psychological health of youth.

Empirically, a number of factors that create a holistic phenomenon of the psychological health of young people and contain both socially determined and internal incentives have been identified. The most significant factors for the psychological health of young people, according to experts represented by leading psychologists and students, are: among external factors – a sense of psychological well-being, social support, optimism and stability, mental balance and stability, reference social environment, socio-political, legal guarantees provided by the state.

Among the internal factors, the most significant for students are: confidence in their own strength and potential, the need for social support and a subjective feeling of psychological well-being, optimism and stability.

**Key words:** psychological health, youth, psychological well-being, factors of psychological health, reference social environment.

**Актуальність дослідження.** Зміна глобальної наукової парадигми від класичної на постнекласичну, перехід від психології як

стандартизованого знання до психології як науки, спрямованої на підтримку особистості, яка перебуває у екзистенційному пошуку,

складній життєвій ситуації, неможливий без створення нового національного наукового категоріального ладу. Актуальність та своєчасність теоретичного та практичного звертання до специфіки психологічного здоров'я сучасної української молоді в науці підтверджується затребуваністю в теорії та практиці споріднених категорій, як-от, психологічна захищеність, психологічна безпека особистості, нервово-психічна та емоційна стійкість, суб'єктивне благополуччя, здоровий спосіб життя, життєстійкість особистості тощо.

**Виклад основного матеріалу.** В українській науці психологія здоров'я як новий та затребуваний науковий напрямок лише починає активно розвиватися. Дослідження вітчизняних вчених присвячені вивченню: співвідношенню категорій психологічного та психічного здоров'я (М.Є Андрос [1], О.В. Двіжона [4], М.С. Корольчук [6], Т. Митник [10], М.П. Тимофієва [11], О.С. Чабан [12], І.В. Шаронова [13]); домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини (С.Д. Максименко [9]), виявленню комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості (М.П. Тимофієва [11]), психологічного здоров'я як основи соціальної активності (І.Я. Коцан [7], О.С. Лісова [8]), прийомам та методам підтримки психосоматичного здоров'я (О.В. Корнієнко [5]), психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи (І.І. Галецька [3]), психологічного здоров'я як умови професійного розвитку особистості (С. Білозерська [2]) та ін.

Але в сучасних соціально-політичних умовах російської агресії, коли на перший план виходять питання фізичного виживання людей, виникає потреба у новій феноменології психологічного здоров'я молоді.

Досліджуючи нове змістовне наповнення психологічного здоров'я та основні його чинники ми застосували метод контент-аналізу.

Емпіричну групу склали експерти, провідні психологи міста Одеси (70 осіб) та студенти закладів вищої освіти денної та заочної форм навчання (400 осіб у віці від 17 до 32 років).

Сама процедура емпіричного дослідження була проведена у формі вільного інтерв'ю за темою: «Психологічне здоров'я особистості». Кожному респонденту пропонувалися питання для міркування: «Що таке психологічне здоров'я?», «Що необхідно людині, щоб відчувати себе психологічно здоровою: зовнішні і внутрішні чинники?», «Ви відчуваєте або не відчуваєте себе психологічно здоровою людиною?».

Розглянемо коротко результати контент-аналізу в групі експертів.

В результаті проведеного аналізу виділено дві групи чинників, які, на думку експертів, складають контекст психологічного здоров'я молоді: зовнішні та внутрішні.

Так, до групи зовнішніх чинників увійшли наступні:

- 1) природа;
- 2) референтне соціальне середовище (сім'я, друзі, колеги та інше);
- 3) улюблена професія, робота;
- 4) суспільно-політичні, правові гарантії, надані державою;
- 5) матеріальний стан;
- 6) адекватні реакції на невизначені ситуації небезпеки;
- 7) релігія, Бог;
- 8) фізичне здоров'я.

До групи внутрішніх чинників увійшли наступні:

- 1) відчуття психологічного благополуччя;
- 2) відчуття соціальної підтримки;
- 3) відчуття безпеки;
- 4) психічна рівновага та стійкість;
- 5) оптимізм, стабільність;
- 6) глобальна довіра світу;
- 7) позитивне сприйняття себе та оточуючих;
- 8) відчуття внутрішньої свободи;
- 9) упевненість в собі;
- 10) інтернальний локус контролю.

Як візуалізовано в таблиці 1, серед зовнішніх чинників експерти найбільш значущими для формування психологічного здоров'я молоді вважають такі групи чинників, як-от: референтне соціальне середовище (сім'я, друзі, колеги та інше) та суспільно-політичні, правові гарантії життя, надані державою (100%). Рівнозначними для психологічного здоров'я молоді експерти визначили матеріальний стан та адекватні реакції на невизначені ситуації небезпеки (71,5%).

Останніми за значущістю в структурі психологічного здоров'я молоді експерти виділили: улюблену професію, роботу (14,4%) та релігію, Бога (14,3%).

Щодо думки експертів про внутрішні чинники психологічного здоров'я молоді, отримані наступні результати (таблиця 2.).

Найбільшу кількість відповідей отримали наступні внутрішні чинники психологічного здоров'я молоді: відчуття психологічного благополуччя та оптимізм і стабільність (100%), відчуття соціальної підтримки та психічна рівновага і стійкість (85,8%). Менш значущими, але присутніми в структурі психологічного здоров'я молоді, експерти виділили:

Таблиця 1

## Зовнішні чинники, що впливають на психологічне здоров'я молоді (експерти, n=70 осіб)

Експерти	Природа	Референтне соціальне середовище	Улюблена професія, робота	суспільно-політичні, правові гарантії життя, представлені державою	Матеріальний стан	Адекватні реакції на невизначені ситуації небезпеки	Релігія, Бог	Фізичне здоров'я
%	42,8	100	14,4	100	71,5	71,3	14,3	42,8

Таблиця 2

## Внутрішні чинники, що впливають на психологічне здоров'я молоді (експерти, n=70 осіб)

Експерти	Відчуття психологічного благополуччя	Відчуття соціальної підтримки	Відчуття безпеки	Психічна рівновага та стійкість	Оптимізм, стабільність	Глобальна довіра світу	Позитивне сприйняття себе та оточуючих	Відчуття внутрішньої свободи	Упевненість в собі	Інтернальний локус контролю
%	100	85,8	100	85,8	100	42,9	28,7	42,6	100	42,3

глобальну довіру світу (42,8%), відчуття внутрішньої свободи (42,6%), інтернальний локус контролю (42,3%), позитивне прийняття себе та оточуючих (28,7%).

Отже, можна припустити, що психологічне здоров'я молоді є відносно стійким особистісним конструктом, який складається з індивідуального репертуару емоційних переживань, соціальних настанов та особливостей особистості, які суб'єктивно підтримують усвідомлення індивідуальної автономії та основних життєвих сенсів у будь-якій, навіть у невизначеній ситуації, при виникненні неблагоприятних обставин, які можуть утруднювати життя людини.

Наступний етап роботи містив застосування кореляційного аналізу як способу перевірки узгодженості чинників психологічного здоров'я молоді, виділених експертами. Констатовано, що за виділеними чинниками існують статистично значимі позитивні кореляції на 1% рівні значущості. Це дозволило нам в подальшому використовувати отриману інформацію для контент-аналізу в студентській вибірці.

Попередній аналіз надав можливості сконцентрувати увагу на тих значимих (за думкою психологів-експертів) сферах, які є впливовими на відчуття психологічної захищеності.

Також отримана інформація надала можливість перевірити сукупність зовнішніх та внутрішніх чинників в студентській вибірці.

Розглянемо результати, які отримані на загальній вибірці студентів і представлені в таблицях 3 та 4.

Як ми бачимо з таблиці 3, серед зовнішніх чинників, що впливають на психологічне здоров'я молоді, виділені: референтне соціальне середовище (69%), суспільно-політичні, правові гарантії, надані державою (28%), природа (21%), а також адекватні реакції на невизначені ситуації небезпеки (20%). Менш значущими, але присутніми в структурі психологічного здоров'я молоді, студенти виділили: фізичне здоров'я (17%); матеріальний стан (16%); улюблена професія, робота (12%); релігія, Бог (8%).

Отже, аналіз зовнішніх чинників, що впливають на психологічне здоров'я молоді, дозволив припустити, що найбільш значущими в структурі психологічного здоров'я студентів стає чинник найближчого референтного оточення, оскільки для них дуже значимою є підтримка родини, близького кола рідних, друзів, вони цінують ситуацію, коли є ті, хто підставить плече у скрутний час, допоможе як морально, так й матеріально. 21% опитаних студентів підкреслюють, що

їхнє психологічне здоров'я на пряму залежить від сприйняття краси природи рідного краю та рівня сформованості адекватних реакцій на невизначені ситуації небезпеки. Чинники психологічного здоров'я, пов'язані з орієнтацією на релігію, Бога, фізичне здоров'я, улюблену роботу серед студентської молоді також виділяються як зовнішні чинники психологічного здоров'я, але менш значимі: ми можемо пояснити це молодістю, енергійністю та професійним становленням.

Щодо внутрішніх чинників, що впливають на психологічне здоров'я молоді, то з таблиці 4 ми бачимо, що більшу кількість виборів отримали: упевненість у собі (42%); відчуття соціальної підтримки (40%); оптимізм та стабільність (39%); відчуття психологічного благополуччя (25%). Потім, за зменшенням йдуть такі чинники, як-от: психічна рівновага та стабільність (24%); відчуття безпеки (19%); позитивне сприйняття себе та оточуючих (10%); інтернальний локус контролю (8%); глобальна довіра світу (6%) та відчуття внутрішньої свободи (5%).

Отримані результати доводять, що серед внутрішніх чинників, які впливають на психологічне здоров'я молоді найбільш значущими для студентської молоді є упевненість у своїх силах та потенціалі, потреба у соціальній підтримці та суб'єктивному відчутті психологічного благополуччя, оптимізм та стабільність.

Ми можемо припустити, що для більшості студентів саме вони є важливими у структурі психологічного здоров'я. Таки внутрішні чинники, як-от: глобальна довіра світу; відчуття внутрішньої свободи; інтернальний локус контролю; позитивне сприйняття себе та оточуючих в студентському середовищі менш за інші забезпечують психологічне здоров'я, але також мають для молоді значення.

**Висновки.** Таким чином, актуальність теоретико-емпіричного звернення до категорії психологічного здоров'я сучасної української молоді в психологічній науці підтверджується затребуваністю в теорії та практиці споріднених категорій, як-от, психологічна захищеність, суб'єктивна безпека, нервово-психічна та емоційна стійкість, суб'єктивне благополуччя, здоровий спосіб життя, життєстійкість особистості тощо. В українській науці психологія здоров'я як новий та затребуваний науковий напрямок лише починає активно розвиватися. Дослідження вітчизняних вчених присвячені вивченню: співвідношенню категорій психологічного та психічного здоров'я; домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини, виявленню комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості, психологічного здоров'я як основи соціальної активності, прийомам та методам підтримки психосома-

Таблиця 3

**Зовнішні чинники, що впливають на психологічне здоров'я молоді (студенти, n=400 осіб)**

Студенти	Природа	Референтне соціальне середовище	Улюблена професія, робота	Суспільно-політичні, правові гарантії, надані державою	Матеріальний стан	Адекватні реакції на невизначені ситуації небезпеки	Релігія, Бог	Фізичне здоров'я
%	21	69	12	28	16	20	8	17

Таблиця 4

**Внутрішні чинники, що впливають на психологічне здоров'я молоді (студенти, n=400 осіб)**

Вибори	Відчуття психологічного благополуччя	Відчуття соціальної підтримки	Відчуття безпеки	Психічна рівновага та стійкість	Оптимізм, стабільність	Глобальна довіра світу	Позитивне сприйняття себе та оточуючих	Відчуття внутрішньої свободи	Упевненість в собі	Інтернальний локус контролю
%	25	40	19	24	39	6	10	5	42	8

тичного здоров'я, психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи та умови професійного розвитку особистості та ін.

Але в сучасних соціально-політичних умовах російської агресії, коли на перший план виходять питання фізичного виживання людей, виникає потреба у новій феноменології психологічного здоров'я молоді.

Емпіричним шляхом виділена низка чинників, які створюють цілісний феномен психологічного здоров'я молоді, та містять в собі як соціально обумовлені, так і внутрішні стимули. Найбільш значущими для психоло-

гічного здоров'я молоді, на думку експертів, якими виступили провідні психологи, та студентів є: серед зовнішніх чинників – відчуття психологічного благополуччя, соціальної підтримки, оптимізм та стабільність, психічна рівновага та стійкість, референтне соціальне середовище, суспільно-політичні, правові гарантії, надані державою. Серед внутрішніх чинників самими значущими для студентів є: упевненість у своїх силах та власному потенціалі, потреба у соціальній підтримці та суб'єктивному відчутті психологічного благополуччя, оптимізм та стабільність.

### Література:

1. Андрос М.Є. Психічне здоров'я особистості: психологічне консультування керівників шкіл. *Освіта і управління*. 2020. Том 2. № 2. С.64.
2. Білозерська С. Психічне здоров'я педагога як умова ефективної професійної діяльності. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*. збірник тез II Всеукр. наук.-практ. конф. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. С. 33-39
3. Галецька І. І. Психологія здоров'я. Львів: Вид. центр ЛНУ, 2006. 338 с.
4. Двіжона О.В. Вплив чинників на порушення психічного здоров'я дітей із дискантних сімей. *Психологічні перспективи*. Луцьк: РВВ Вежа Волин. нац. Ун-ту ім. Лесі Українки, 2019. Випуск 13. С. 107 – 114.
5. Корнієнко О.В. Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей. К.: ВПЦ «Київський університет», 2017. – 126 с.
6. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. К.: Фірма «Інкос», 2002. 272 с.
7. Коцан І.Я. Психологія здоров'я людини. Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. 316 с.
8. Лісова О.С. Психологія здоров'я. Чернівці: Рута, 2021. 122 с.
9. Максименко С.Д. Теоретико-методологічні засади психологічного проектування, розвитку, здійснення особистості дитини: майбутнє нації необхідно вирішувати: Наукова доповідь загальним зборам НАПН України 19 листопада 2021 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 3(2). <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-2-1-5>
10. Митник Т. Особливості психічного здоров'я особистості: критерії та показники. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* / збірник тез II Всеукр. наук.-практ. конф. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. С. 269-271.
11. Тимофієва М.П. Проблема комунікативних, морально-етичних чинників збереження психічного здоров'я молоді. *Актуальні проблеми психології*, 2008. Том X. Вип. 7. С.498-509.
12. Чабан О.С. Психічне здоров'я. Тернопіль: ТДМУ, 2008. 480 с.
13. Шаронова І.В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження. *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. 2013. Випуск 20. С. 738-747

### References:

1. Andros M.Ie. (2020). Psykhichne zdorovia osobystosti: psykhologichne konsultuvannya kerivnykiv shkil. *Osvita i upravlinnia*. [Mental health of the individual: psychological counseling of school leaders]. S.64. [in Ukrainian].
2. Bilozerska S. (2017). Psykhichne zdorovia pedahoha yak umova efektyvnoi profesiinoi diialnosti. *Psykhichne zdorovia osobystosti u kryzovomu suspilstvi*. [Teacher's mental health as a condition for effective professional activity]. S. 33-39. [in Ukrainian].
3. Haletska I. I. Psykhohohiia zdorovia. [Health psychology]. Lviv: Vyd. tsentr LNU, 2006. 338 s. [in Ukrainian].
4. Dvizhona O.V. (2019). Vplyv chynnykiv na porushennia psykhichnoho zdorovia ditei iz dyskantnykh simey. *Psykhologichni perspektyvy*. [The influence of factors on mental health disorders of children from low-income families]. Lutsk: RVV Vezha Volyn. nats. Un-tu im. Lesi Ukrainky. S. 107 – 114. [in Ukrainian].
5. Korniienko O.V. (2017). Pidtrymannia psykhosomatychnoho zdorovia praktychno zdorovykh liudei [Maintenance of psychosomatic health of practically healthy people]. K.: VPTs «Kyivskiyi universytet». 126 s. [in Ukrainian].

6. Korolchuk M.S. (2002). Psykholohichne zabezpechennia psykhiichnoho i fizychnoho zdorovia [Psychological support of mental and physical health]. K.: Firma "Inkos". 272 s. [in Ukrainian].
7. Kotsan I.Ia. (2009). Psykholohiia zdorovia liudyny [Psychology of human health]. Lutsk: RVV «Vezha» Volyn. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky. 316 s. [in Ukrainian].
8. Lisova O.S. (2021). Psykholohiia zdorovia [Health psychology]. Chernivtsi: Ruta. 122 s. [in Ukrainian].
9. Maksymenko S.D. (2021). Teoretyko-metodolohichni zasady psykholohichnoho proektuvannia, rozvytku, samozdiisnennia osobystosti dytyny: maibutnie natsii neobkhidno vyrishuvaty [Theoretical and methodological principles of psychological design, development, self-realization of the child's personality: the future of the nation must be decided]. Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy, 3(2). [in Ukrainian].
10. Mytnyk T. (2017). Osoblyvosti psykhiichnoho zdorovia osobystosti: kryterii ta pokaznyky. Psykhiichne zdorovia osobystosti u kryzovomu suspilstvi [Peculiarities of mental health of an individual: criteria and indicators]. Lviv: Lvivskiy derzhavnyi universytet vnutrishnikh sprav, S. 269-271. [in Ukrainian].
11. Tymofieva M.P. (2008). Problema komunikatyvnykh, moralno-etychnykh chynnykiv zberezhennia psykhiichnoho zdorovia molodi. [The problem of communicative, moral and ethical factors of preserving the mental health of young people]. Aktualni problemy psykholohii. S.498-509. [in Ukrainian].
12. Chaban O.S. (2008). Psykhiichne zdorovia []. Ternopil: TDMU. 480 s. [in Ukrainian].
13. Sharonova I.V. (2013). Psykhiichne zdorovia osobystosti yak predmet psykholohichnoho doslidzhennia [Mental health of the individual as a subject of psychological research]. Problemy suchasnoi psykholohii. Vyp. 20. S. 738-747. [in Ukrainian].

УДК 343.85:347.63

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.5>**Тетяна ЛЮБИМОВА**

доктор освіти в галузі психології, доцент, докторант, Міжрегіональна Академія управління персоналом», вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039

**Tetyana LYUBIMOVA**

Doctor of Education in the field of Psychology, Associate Professor, Doctoral Student, Interregional Academy of Personnel Management, 2 Frometivska str., Kyiv, Ukraine, 03039

**СТАН ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ НАСИЛЬСТВА  
ЩОДО ЖІНОК В НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ****STATE OF RESEARCH ON THE PROBLEM OF VIOLENCE AGAINST  
WOMEN IN SCIENTIFIC LITERATURE**

*У статті проаналізовано стан вивчення проблеми насильства щодо жінок та представлено класифікацію та ознаки щодо насильницьких дій, вчинених проти жінок. Підкреслено, що Україна входить до четвірки країн, в яких найчастішим правопорушенням є різні форми насильства: психологічне, економічне, домашнє, на робочому місці тощо. Це свідчить про актуальність проблеми та потребу її вирішення для сьогодення для психологів та психотерапевтів.*

*Метою статті є окреслення актуальності дослідження стану наукових розвідок у контексті визначення насильницьких дій щодо жінок.*

*Висновки* проблема насильства над жінками стоїть досить гостро й для України. Її небезпечність полягає у тому, що різноманітні прояви насильства та жорстокого поводження не лише руйнують відносини в родині, стають причиною глибоких психологічних травм, а й виступають однією із передумов руйнації правових, моральних та духовних засад суспільства. Водночас загальна проблема насильства над жінками була й залишається складною для дослідження, а отже й для визначення шляхів запобігання цьому явищу. Актуальним залишається завдання – змінювати ставлення громади – терпиме, споглядалне, пасивне, а іноді й байдуже – до насильства над жінками. Тож наша подальша робота полягтиме в розкритті ознаки насильницьких дій щодо жінок.

**Ключові слова:** насильництво, насильницькі дії, ознаки насильства, жінки, які постраждали від насильства.

*The article analyzes the state of study of the problem of violence against women and presents the classification and signs of violent acts committed against women. It is emphasized that Ukraine is among the four countries in which the most frequent offense is various forms of violence: psychological, economic, domestic, workplace, etc. This indicates the relevance of the problem and the demand for its solution for psychologists and psychotherapists today.*

*The purpose of the article is to outline the relevance of research on the state of scientific intelligence in the context of determining violent acts against women.*

*Conclusions.* The problem of violence against women is quite acute for Ukraine as well. Its danger lies in the fact that various manifestations of violence and ill-treatment not only destroy family relationships, cause deep psychological trauma, but are also one of the prerequisites for the destruction of the legal, moral and spiritual foundations of society. At the same time, the general problem of violence against women was and remains difficult to research, and therefore to determine ways to prevent this phenomenon. The task remains relevant – to change the attitude of the community – tolerant, contemplative, passive, and sometimes indifferent – towards violence against women. Therefore, our further work will consist in revealing the signs of violent acts against women.

**Key words:** violence, acts of violence, signs of violence, women affected by violence.

**Постановка проблеми.** Проблема впливу психотравматичного досвіду на психіку жінки є однією з найактуальніших в кризовій психології зараз, оскільки травматизація і віктимізація жінок поширені в сучасному суспільстві.

Зазначено, що повномасштабна війна, яка з 24 лютого 2022 року триває в Україні, не нівелювала, а подекуди навіть загострила проблему насильства. Офіційних даних від МВС поки що немає, проте громадські організації, які займаються протидією насильству, відзначають, що війна стала фактором ризику, який вплинув не тільки на зростання кількості

випадків, але й на збільшення жорстокості в ситуаціях домашнього насильства. Акцентовано увагу, що вихідні положення міжнародних стандартів у сфері боротьби з домашнім насильством ґрунтуються на глибокому усвідомленні неприпустимості подібного насильства, яке є грубим порушенням прав людини.

**Аналіз останніх досліджень.** У вітчизняній науці проблематику різних форм насильства досліджували: І. Грабська (1999), О. Шинкаренко (2000) (механізми віктимізуючого впливу психотравмуючих факторів батьківсько-дитячих стосунків на особистість жінки та прийняття нею ролі жертви та крос-



культурні відмінності у сприйнятті, переживанні та використанні образливої поведінки у сім'ї в Україні та Польщі); Н. Опухова і О. Малолетняя (2000) досліджували типи жінок-жертв подружнього насильства, вивчаючи їх життєві міфи; в дослідженні Д. Шестакова докладно розглянути соціальні та психологічні особливості чоловіків та жінок, які відбували покарання за злочини, вчинені у сімейній сфері; особливу увагу аналізу психологічних теорій, які пояснюють формування «феномену насильства» приділила І. Малкіна-Пих (2006).

В рамках гендерних досліджень проблемою займалась Шведова Н. (2002). Працювали з цією проблемою і деякі інші автори: Н. Платонова та Ю. Платонов, В. Полубінський та інші.

Питання важливості використання міжнародного досвіду для розвитку національної нормативно-правової бази протидії насильству та надання допомоги постраждалим розглядалися такими вітчизняними вченими, як О. Бандурка, А. Блага, А. Галай, В. Галай, Л. Головка, М. Качинська, К. Левченко, В. Муранова, С. Проневич та інші.

**Формулювання мети статті** є окреслення актуальності дослідження стану наукових розвідок у контексті визначення насильницьких дій щодо жінок.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Зазначимо, що події останніх 8 років примушують звернути увагу фахівців допоміжних професій на те, що саме жінки виявляються особливо вразливими. Доведено, що безліч травмуючих подій можуть негативно впливати на психіку жінки: до їх числа відносяться: військові конфлікти, природні та техногенні катастрофи, адже вони носять глобальний характер, їхні наслідки зачіпають безліч жінок.

Сучасне світове товариство, ґрунтуючись передусім на загально гуманістичних принципах та керуючись відповідальністю держав перед своїми громадянами, дедалі більше звертає увагу на проблему звільнення міжнародної спільноти від будь-яких проявів насильства. Слід зазначити, що епоха насильства приходить на зміну епосі ненасильства, і навпаки, але найчастіше суспільство перебуває у цих двох іпостасях свого буття одночасно. До найбільш важливих міжнародних нормативно-правових документів уважаємо за доцільне віднести Модельний закон ООН про домашнє насильство, ухвалений 2 лютого 1996 року Комісією ООН з прав людини [6].

При вирішенні цих складних завдань особливо важливого значення набуває проблема

боротьби із будь-якими проявами насильства. Зростання рівня насильницької злочинності в Україні, спричинене різноманітними факторами, саме: соціально-політичною нестабільністю, економічною кризою, рівнем безробіття, військовими діями, які становлять загрозу життю та здоров'ю громадян.

Наразі Україна є учасницею більшості міжнародних договорів, прийнятих на рівні ООН, а також конвенцій Ради Європи, які відіграють провідну роль у 23 міжнародному захисті прав людини. Зазначимо, що визнані міжнародні стандарти захисту від насильства, зокрема це Конвенція Ради Європи про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу із цими явищами від 11 травня 2011 р. (Стамбульська конвенція) [11] загалом втілені у національному законодавстві України.

Положення національного законодавства свідчать, що державна політика захисту від насильства та інших протиправних дій є одним із пріоритетів державної і правової політики України [Про запобігання та протидію домашньому насильству : Закон України від 07.12.2017 № 2229-VIII. Відомості Верховної Ради України. 2018. № 5. Ст. 35. 20. Про попередження насильства в сім'ї : Закон України від 15.11.2001 № 2789-III. Відомості Верховної Ради України. 2002. № 10. Ст. 70. (втратив чинність). Про захист суспільної моралі : Закон України від 20.11.2003 № 1296-IV. Відомості Верховної Ради України. 2004. № 14. Ст. 192, Про внесення змін до Кримінального та Кримінального процесуального кодексів України з метою реалізації положень Конвенції Ради Європи про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу з цими явищами: Закон України від 06.12.2017 № 2227-VIII. База даних «Законодавство України» / ВР України. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2227-19.](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2227-19)]

Що стосується України, то свідченням того, що сімейне насильство набуло статусу особливої соціальної проблеми, стало прийняття нової законодавчої бази, створення кризових центрів, проведення досліджень, і організація науково-практичних семінарів та конференцій. В листопаді 2001 року був прийнятий Закон України «Про попередження насильства в сім'ї».

В контексті нашого дослідження нас зацікавило питання щодо дослідження теоретичних засад проблеми насильства щодо жінок в науковій літературі. Питання насильницької поведінки мають особливе місце у науковому пошуку таких вітчизняних вчених, як:

О. Бандурка, В. Голина, О. Гумін, А. Долгова, О. Джужа, А. Закалюк, А. Зелінський, В. Кудрявцев, П. Михайленко, Г. Мінковський та багато інших. Вагомий внесок у розробку проблеми насильства в сім'ї та його запобігання здійснили А. Блага, В. Брижик, А. Волощук, В. Галуцько, Б. Головкін, Т. Журавель, О. Кочемировська, Л. Крижна, К. Левченко, Ю. Лисюк, О. Мартиненко, Ю. Приколотіна, Г. Христова, Х. Ярмакі, М. Ясеновська та інші. В сучасній психології насильство – це будь-який спосіб поведінки (простий або складний, вербальний і невербальний), який використовують для того, щоб управляти думками, почуттями і вчинками іншого, проти його бажання, волі і поглядів, але з психологічною (а часто і матеріальною) вигодою для насильника. Крім того його можна розглядати і як прояв бездіяльності [10]. Основними з-поміж них стали такі теоретичні напрями:

- *інстинктивна поведінка* (вроджене прагнення до смерті і руйнування – З. Фройд, К. З. Лоренц, Е. Фромм);
- *теорії спонукання* (мотивація спричинення збитків або шкоди іншим – Д. Доллард, Н. Міллер, А. Бандура);
- *когнітивні моделі* (емоційні і пізнавальні процеси як основні детермінанти насильства – Л. Берковіц, Д. Зільманн);
- *соціальне навчання* (засвоєння і підтримка шляхом безпосередньої участі в ситуаціях прояву насильства, а також унаслідок пасивного спостереження за такими проявами – А. Бандура, Е. Борден, А. Басс, С. Паттерсон, Р. Ричардсон).

Соціологія розглядає насильство як вид соціальної девіації і визначає його як явище дискримінації особи, утиск або обмеження її прав і свобод. Необхідно зазначити, що більшість соціологічних теорій девіантної поведінки підкреслюють значну роль інтрапсихічних процесів, а також визначають вплив біогенетичних чинників на формування схильності до насильницької поведінки [12]. Однак слід зазначити, що багато хто з вчених-соціологів об'єктом вивчення обирає, насамперед, різноманітні форми колективного, соціального насильства, в яких основними детермінантами є соціальні умови та об'єктивні обставини.

Економічна і соціальна нерівність породжує диференціацію суспільства на групи, суспільні класи і, як наслідок, протиріччя і боротьбу між ними. Такий підхід до насильства характерний для багатьох соціологічних парадигм і наукових течій [13]. В контексті нашого дослідження нас зацікавило питання

щодо дослідження теоретичних засад проблеми насильства саме щодо жінок. Розкриємо його більш детально.

Насильство відносно жінок (*violence against women*) – вид агресивної поведінки і використання сили для нанесення шкоди – від словесних образ і погроз до побоїв і смерті. Жінки набагато частіше, ніж чоловіки, стають жертвами фізичного, психологічного, економічного і особливо сексуального насильства [14].

За даними Міжнародної науково-практичної конференції з проблем домашнього насильства [15], увагу дослідників в 1960-х першим привернуло пильну роках фізичне насильство щодо дітей. Згодом в сферу їхньої уваги потрапило також жорстоке ставлення, що негативно впливає на психіку дитини, незалежно від наявності або відсутності фізичного насильства. А через 10 років увага дослідників звернулася і до вивчення феномена насильства над жінками. Спочатку у фокусі уваги опинилося фізичне насильство, а вже потім об'єктами вивчення стали сексуальне насильство в сім'ї, а також жорстоке ставлення в емоційній сфері, склад якого у різних авторів істотно відрізняється. Але, як правило до *психологічного насильства* можна віднести: • примус і погрози завдати фізичну шкоду, припинити стосунки, здійснити самогубство; примушування до здійснення незаконних дій; • економічну дію, що включає в себе перешкоджання в розпорядженні власними грошима та майном, отриманні або збереженні роботи, позбавлення доступу до сімейного бюджету та інформації про нього; • усунення від процесу ухвалення рішень; • використання дітей для здійснення психологічного тиску; • заперечення наявності проблеми насильства, перекидання відповідальності за неї на партнера та ігнорування його заклопотаності жорстоким ставленням; • контроль, ізоляція партнера, заборона контактів, які виправдовуються ревнощами; • приниження, обзивання, формування почуття провини і власної неадекватності; • залякування за допомогою жестів, дій, пошкодження майна і демонстрації зброї [16].

У зарубіжній соціологічній та психологічній літературі використовується декілька термінів, що характеризують насильство в сім'ї: «*Domestic violence*» – насильство, здійснене членами сім'ї по відношенню до інших членів сім'ї – дітей, дружини/чоловіка, батьків, інших родичів. Використовуються також окремі спеціальні терміни, що стосуються тільки подружніх відносин, – «*Spouse abuse*» (зловживання стосовно дружини/чоловіка), «*Wife battering*» (побиття дружини), «*marital*

гаре» (згвалтування в шлюбі), «spouse abuse» (подружня жорстокість) [17].

Згідно із Законом України «Про попередження насильства в сім'ї» насильство в сім'ї- це будь-які умисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування одного члена сім'ї по відношенню до іншого члена сім'ї, якщо ці дії порушують конституційні права і свободи члена сім'ї як людини та громадянина і наносять йому моральну шкоду, шкоду його фізичному чи психічному здоров'ю. Подружнє насильство є різновидом сімейного насильства, під яким розуміють дії чоловіка чи дружини (одиночні чи такі, що повторюються), які спричиняють фізичну шкоду або викликають психічний дискомфорт (негативні переживання, стан напруженості, страху, пригнічення і т. д.) у партнера [Про внесення змін до Кримінального та Кримінального процесуального кодексів України з метою реалізації положень Конвенції Ради Європи про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу з цими явищами: Закон України від 06.12.2017 № 2227-VIII. База даних «Законодавство України» / ВР України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2227-19>.]. Про подружнє насильство, як правило, говорять в тих випадках, коли факти грубого і жорстокого ставлення виявляються не одиничними, випадковими і ситуативними, а регулярними і систематичними.

Подружнє насильство зазвичай підрозділяють на чотири основні види: психологічне (моральне або емоційне); економічне; фізичне та сексуальне. Іноді в окремі види насильства виділяють різного роду погрози, але частіше їх вважають проявом одного з перерахованих чотирьох основних видів. При всій різноманітності видів насильства саме подружнє насильство характеризується тим, що набуває всезагального, генералізованого характеру.

Не буває сімейного насильника, який обмежує свою жертву в чомусь одному (Алексєва, 2000) [Про внесення змін до Кримінального та Кримінального процесуального кодексів України з метою реалізації положень Конвенції Ради Європи про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу з цими явищами: Закон України від 06.12.2017 № 2227-VIII. База даних «Законодавство України» / ВР України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2227-19>.]. Слід відзначити відмінність у підходах і трактуванні цієї проблеми в різних країнах. Якщо в Україні очевидним фактом насильства, як правило, вважається застосування фізичної сили, то в розвине-

них європейських країнах, таких як Франція, Німеччина, заборони чоловіка, що обмежують свободу дій і самореалізацію дружини (обмеження зустрічей із подругами, відвідування культурних і спортивних заходів, вимоги залишити роботу тощо) вже можуть бути розцінені як протиправні. Більшість співвітчизниць на такі дрібниці як обмеження особистої свободи взагалі не звертають уваги. В кожній країні світу діють закони, які захищають жінок від насильства. Вперше ця проблема набула глобального масштабу під час оголошеного в ООН десятиріччя жінок 1975-1985 роках. А в 1995-му на конференції в Китаї ООН прийняла спеціальну декларацію, в якій дала чітке визначення поняттю «насильство над жінками». Резюме документа, який було названо «Пекінська платформа», було таким: будь-яка форма насильства проти жінок – злочин. Взагалі в більшості цивілізованих країн подібні питання вирішуються на законодавчому рівні. Наприклад, у Швеції в 1998 році набув сили Закон «Про недоторканність особистості жінки». Він передбачає позбавлення волі строком до шести років за дії, спрямовані проти особистості жінки, в тому числі і домашнє насильство, які завдають шкоди як її фізичному, так і психічному здоров'ю.

В Німеччині та Австрії діє закон, згідно якого ізолюють не жертву, що пережила сімейне насильство, а самого насильника [18]. У психології існує безліч пояснень насильства. Розкриємо це більш детально. В психології насильство пояснюється як примітивний потягу до смерті («інстинкт смерті») перенесений індивідом з самого себе на зовнішні об'єкти. З точки зору необихеористів насильство є наслідком фрустрацій (теорія фрустрації), що змінюються в процесі соціального наuczіння.

З погляду інтеракціонізму воно є наслідком «конфлікту інтересів», «несумісності цілей» окремих осіб і соціальних вимог [18]. Тож, спираючись на основні теорії насильства можна об'єднати в три групи:

1. **Соціально-психологічний підхід** наголошує на чинниках соціального наuczіння і ролях модельованих через досвід і засвоєних під впливом сімейного виховання.

2. **Соціокультурний підхід**: концентрує увагу на впливі соціальних чинників і устрою, а також сімейних відносин на управління атмосферою насильства. Основна увага в рамках соціокультурного підходу сфокусована на соціальних нормах патріархату як причині агресії проти жінок.

3. **Міжособистісні теорії**: розглядають в якості фактора насильства психологічні

риси (агресивність, почуття провини, низька самооцінка). До цієї категорії входять і теорії, що наголошують на ролі алкоголю і наркотиків як на фактор-прискорювачу зловживання у відносинах. Досліджуючи причини подружнього насильства, багато авторів розглядають його в історичному контексті, тобто як пережиток минулого, коли чоловік мав закріплене не тільки традицією, але й законом право карати і дисциплінувати дружину. В своїй праці «Жіноча психологія» Карен Хорні [Женская психология (Автор: Хорни Карен, Переводчик: Замфир Е. И.) 1993.] пояснює подружнє насильство як хворобливу реакцію чоловіка на будь-яку фрустрацію, яка іде від дружини. Ця реакція породжує інстинктивне бажання базально невпевнених чоловіків принизити дружину, щоб підірвати і її почуття впевненості в собі. В свою чергу мазохістську поведінку жінок К.Хорні пояснює як таку, що закладена в соціальній ситуації і що в будь-якій культурі така поведінка проявляється, якщо у жінок:

- обмежується кількість дітей, яких вони можуть народити;
- коли жінки вважаються неповноцінними порівняно з чоловіками;
- економічно залежать від чоловіків;
- їх прояв сексуальності блокується;
- жінки обмежені своїми ролями, які зв'язують їх з сім'єю, релігією та добродійністю.

Коли такі умови зберігаються в культурі, «природа» жінок описується як слабка, пасивна, емоційна і залежна [Женская психология (Автор: Хорни Карен, Переводчик: Замфир Е. И.) 1993.].

Спираючись на аналіз робіт зарубіжних авторів М. Кауфмана, М.Кіммеля, М.Шеллер Г.Шнайдер, російські дослідники І. Горшкова і І. Шуригіна зробили наступні висновки: розвиток схильності чоловіків до насильства стимулює найближче оточення. Насильство виступає компенсацією почуття безвладдя, а також способом контролю над жінкою.

Крім того вчені, вказують на насильство чоловіків щодо жінок як на результат соціалізації, а також на проблему дисбалансу влади: сім'ї, в яких більшість рішень приймаються одним з подружжя, найчастіше стикаються з проблемою насильства. Віктимну ж поведінку жінок трактують як пов'язану з «жіночою природою», мовляв жінка своєю поведінкою «жертви» сама провокує насильство. Всі ці чинники роблять жінку вразливою для насильства в сім'ї.

У книзі «Запобігання торгівлі людьми» (за заг. ред. К. Б. Левченко та О. А. Удалової, 2004)

авторками підкреслюється взаємозалежність жертви і кривдника, приєднуючись таким чином до віктимологічного підходу – «грубість породжує ще більшу грубість, а агресивні дії однієї сторони викликають у відповідь агресію іншої».

В 70-ті роки ХХ ст. американською дослідницею Л. Уолкер була розроблена теорія про циклічний характер насильства. Згідно цієї теорії, цикл повторюваності насильства має чотири стадії:

1. Зростання напруги в стосунках між членами родини, під час якої один з членів сім'ї намагається вгамувати «агресора».

2. Насильницький інцидент: в хід йдуть погрози, залякування, звинувачення, психологічний тиск.

3. Примирення: ініціатор скандалу просить вибачення (хоча й перекладає відповідальність за те що відбулося на іншу сторону), намагається довести, що не треба «з мухи робити слона».

4. Спокійних період: це так званий «квітковий період» у стосунках [Walker, Lenore E. (1979) *The Battered Woman*. New York: Harper and Row. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/wiki/>.].

Психологічне насильство – дії одного члена сім'ї на психіку дитини шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно спричиняється емоційна невпевненість, нездатність захистити себе та може задаватися або завдається шкода психічному здоров'ю. [Walker, Lenore E. (1979) *The Battered Woman*. New York: Harper and Row. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/wiki/>.].

Найчастіше факти психологічного насильства мають місце в тих сім'ї, де батьки самі відчувають сильний стрес, з яким не в силах боротися. Це може бути не тільки залежність від алкоголю чи наркотиків, але і серйозна хвороба самої дитини або кого-небудь з членів сім'ї, фінансові проблеми, соціальна ізоляція, коли сім'я позбавлена підтримки з боку рідних, друзів, або просто брак знань про розвиток і виховання дитини, через що батьки пред'являють до свого чада занадто високі вимоги. Інколи дорослі вважають, що залякування і приниження найбільш оптимальні для збереження контролю над дитиною. І, звичайно, є дорослі, які в дитинстві піддавалися насильству в сім'ї і звикли до такого стереотипу спілкування, по-іншому вони просто не вміють.

Дослідники Р.Мосс і Дж.Шефер [(Moss, Schaefer 1986)] сформулювали п'ять таких задач, які виникають перед людиною, що

опиняється в кризовій ситуації (стає жертвою насильства), які потрібно вирішити для виходу із неї:

1. встановлення смислу ситуації і визначення її значення для себе;
2. реакція на вимоги кризової ситуації і спроба протистояти їй;
3. підтримка відносин з членами сім'ї, друзями і з тими, хто здатний посприяти у вирішенні проблеми;
4. збереження емоційного балансу, управління негативними почуттями викликаними несприятливою ситуацією;
5. збереження і підтримка образу «Я», соціальної ідентичності, впевненості в собі.

Отже, людина з підвищеною індивідуальною віктимністю, або «комплексом жертви» не може успішно справлятися із зазначеними вище задачами, у зв'язку з порушенням процесів психічної адаптації: емоційні порушення, внутрішньоособистісні і міжособистісні конфлікти, механізми психологічного захисту та індивідуальні механізми переробки стресу (оволодіваючи поведінки, копінга).

Захисні механізми діють у підсвідомості, вони викривлюють, заперечують або фальсифікують реальність і активізуються в ситуації стресу, фрустрації, конфлікту або психологічної травми.

Цю думку підтверджує Н. Мак-Вільямс, яка вказує на фактори які є основою для автоматичного використання людиною певного захисту або набору захистів:

1. вроджений темперамент;
2. природа стресів, пережитих в дитинстві;
3. захисти, зразками яких були значимі дорослі;
4. наслідки використання певних захистів засвоєні шляхом досвіду (Мак-Вільямс, 1998) [19].

Отже, насильство, за визначенням світової спільноти, не лише ставить людину в залежне становище, а й принижує її гідність, наносить шкоду її психічному та фізичному здоров'ю, стає серйозною перешкодою у подальшому житті.

**Висновки.** Без сумніву, проблема насильства в сім'ї, як для багатьох інших країн, стоїть досить гостро й для України. Її небезпечність полягає у тому, що різноманітні прояви насильства та жорстокого поводження не лише руйнують відносини в родині, стають причиною глибоких психологічних травм, а й виступають однією із передумов руйнації правових, моральних та духовних засад суспільства. Водночас проблема насильства в сім'ї була й залишається складною для дослідження, а отже й для визначення шляхів запобігання цьому явищу. Актуальним залишається завдання – змінювати ставлення громади – терпиме, споглядалське, пасивне, а іноді й байдуже – до насильства в сім'ї. Тож наша подальша робота полягтиме в розкритті ознаки насильницьких дій щодо жінок.

### Література:

1. Кузьменко Ю.В. Протидія домашньому насиллю: новели законодавства України. Право і суспільство. № 2 / 2019. С. 131–136.
2. Про попередження насильства в сім'ї: закон України від 15.11.2001 № 2789-III. База даних (БД) «Законодавство України». Верховна Рада (ВР) України. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2789-14>.
3. Проект Закону про запобігання та протидію домашньому насильству : від 20.10.2016 № 5294 / ініціатор: В. Б. Гройсман. БД «Законодавство України». ВР України. URL: [http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/zweb2/webproc4\\_1pf3511=60306](http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/zweb2/webproc4_1pf3511=60306).
4. Легенька М.М. Зарубіжний досвід протидії насильству в сім'ї та можливості використання в Україні. ПРАВО І БЕЗПЕКА. 2017. № 4 (67). С. 111–116.
5. Міжнародний досвід попередження та протидії домашньому насильству : монографія / А. О. Галай, В. О. Галай, Л. О. Головка та ін.; за заг. ред. А. О. Галай. Київ : КНТ, 2014. 160 с.
6. UN Handbook for Legislation on Violence against Women. The Advocates for Human Rights : сайт. URL: [http://www.stopvaw.org/united\\_nations\\_model\\_legislation](http://www.stopvaw.org/united_nations_model_legislation).
7. WHO Multi-country Study on Women's Health and Domestic Violence against Women, (WHO, 2005), p. 5 URL: <http://www.who.int/reproductivehealth/publications/violence/24159358X/en>
8. Fact Sheet, Council of Europe Campaign to Combat Violence against Women, including Domestic Violence, URL: [http://www.coe.int/t/dg2/equality/domesticviolencecampaign/Fact\\_1\\_Shee\\_en.asp](http://www.coe.int/t/dg2/equality/domesticviolencecampaign/Fact_1_Shee_en.asp).
9. Діяльність служби дільничних інспекторів міліції щодо профілактики насильства над дітьми й дорослими членами сім'ї: навчально-методичний посібник / Блага А.Б., Журавель Т.В., Заброна Д.Г., Мілорадова Н.Е. ; за ред. Г.О. Христової. К. : ТОВ «ВПК «ОБНОВА», 2012. – 140 с.
10. Фуркало В. І. Філософський аналіз проблеми насильства і ненасильства в суспільному розвитку : автореф. дис. ... канд. філос. наук: 09.00.03. Львів, 1998. 17 с.
11. Стамбульська конвенція: URL: <https://rm.coe.int/1680093d9e>

12. Черниш Н. Й. Соціологія : підручник за рейтингово-модульною системою навчання. 5-те вид., переробл. і допов. Київ : Знання, 2009. 468 с.
13. Моніторинг стану виконання законодавства України щодо протидії насильству в сім'ї 2001–2011 роки / кол. авт.: О. М. Бандурка, О. Ф. Бондаренко, В. О. Брижик, та ін. ; заг. ред. О. М. Бандурки, К. Б. Левченко. Харків : Права людини, 2011. 240 с.
14. Гумін О. М. Кримінально-насильницька поведінка проти особи : монографія. Львів : Львів. держ. ун-т внутр. справ, 2009. 360 с.
15. Лисюк Ю. В. Протидія насильству в сім'ї: монографія. Одеса: Одеський юридичний ін-т ХНУВС, 2007. 162 с.
16. Євсюкова М.В. Надання допомоги та захисту жертвам насильства в сім'ї: аналіз стандартів Ради Європи. Європейське право. 2013. № 1–2. С. 119–128.
17. Друзь Є. В. Соціальний стан жінки в суспільстві. Харків : Консум, 2001. 424 с.
18. Максимова Н. Ю., Мілютіна К. Л. Соціально-психологічні аспекти проблеми насильства : навч.-метод. посіб. Київ : Комітет сприяння захисту прав дітей, 2003. 343 с.
19. Денисенко Л. Проти насильства : збірка. Київ : ВАІТЕ, 2016. 322 с.
20. Мак-Вільямс, Нэнси. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе = Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process. – Москва: Класс, 1998. – 480 с. – ISBN 5-86375-098-7.]

### References:

1. Kuzmenko Yu.V. (2009). Protidiya domashnomu nasillyu: noveli zakonodavstva Ukrayini. Pravo i suspilstvo. [Combating domestic violence: amendments to the legislation of Ukraine] No 2 / 2019 131–136. [in Ukrainian].
2. Pro poperedzhennya nasilstva v sim'yi: zakon Ukrainy vId 15.11.2001 No 2789-III. Baza danih (BD) «Zakonodavstvo UkraYini» [On the prevention of violence in the family: the law of Ukraine dated November 15, 2001 No. 2789-III. Database (DB) "Legislation of Ukraine"] / Verhovna Rada (VR) Ukraini. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2789-14>. [in Ukrainian].
3. Proekt Zakonu pro zapobigannya ta protidiyu domashnomu nasilstvu : vId 20.10.2016 No 5294 / InItiator: V. B. Groysman // BD «Zakonodavstvo UkraYini» / [Draft Law on Prevention and Counteraction of Domestic Violence: dated 20.10.2016 No. 5294 / initiator: V.B. Groysman // Database "Legislation of Ukraine" / Verkhovna Rada of Ukraine ] VR UkraYini. URL: [http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/zweb2/webproc4\\_1pf3511=60306](http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/zweb2/webproc4_1pf3511=60306). [in Ukrainian].
4. Legenka M.M. (2017). ZarubIzhniy dosvId protidIYi nasilstvu v sIm'Yi ta mozhlivostI vikoristannya v UkraYinI [Foreign experience of combating violence in the family and possibilities of use in Ukraine] PRAVO I BEZPEKA. No 4 (67). 111–116. [in Ukrainian].
5. Mizhnarodni dosvid poperedzhennya ta protidiyi domashnomu nasilstvu : monografIya / [International experience of preventing and combating domestic violence: monograph] / A. O. Galay, V. O. Galay, L. O. Golovko ta In.; za zag. red. A. O. Galaya. Kyiv : KNT, 2014. 160 s. [in Ukrainian].
6. UN Handbook for Legislation on Violence against Women // The Advocates for Human Rights : sayt. URL: [http://www.stopvaw.org/united\\_nations\\_model\\_legislation](http://www.stopvaw.org/united_nations_model_legislation). [in Ukrainian].
7. WHO Multi-country Study on Women's Health and Domestic Violence against Women, (WHO, 2005), r. 5 URL: <http://www.who.int/reproductivehealth/publications/violence/24159358X/en> [in Ukrainian].
8. Fact Sheet, Council of Europe Campaign to Combat Violence against Women, including Domestic Violence, Retrieved from : [http://www.coe.int/t/dg2/equality/domesticviolencecampaign/Fact\\_Shee\\_en.asp](http://www.coe.int/t/dg2/equality/domesticviolencecampaign/Fact_Shee_en.asp). [in English].
9. Diyalnist sluzhbi dIlnichnih inspektoriv militsiii schodo proflaktiki nasilstva nad dItmi y doroslimi chlenami sim'yi: [navchalno-metodichniy posIbnik] / [Activities of the service of police district inspectors regarding the prevention of violence against children and adult family members: [educational and methodological manual] [Blaga A.B., Zhuravel T.V., Zabroda D.G., Miloradova N.E.] ; za red. G.O. Hristovoyi. – K. : TOV "VPK "OBNOVA", 140. [in Ukrainian].
10. Furkalo V. I. (1998). Filosofskiy analIz problemi nasilstva I nenasilstva v suspIlnomu rozvitku : avtoref. dis. ... kand. fIlos. nauk: [Philosophical analysis of the problem of violence and nonviolence in social development: author's abstract. thesis ... candidate philos. sciences]: 09.00.03. LvIv, . 17. [in Ukrainian].
11. Stambulska konventsIya: URL: <https://rm.coe.int/1680093d9e> [in English].
12. Chernish N. Y. Sotsiologiya (2009). [Sociology: a textbook based on the rating-module system of education] 5th ed., revised. and added pidruchnik za reytingovo-modulnoyu sistemoyu navchannya. 5-te vid., pererobl. i dopov. Kyiv : Znannya, 468. [in Ukrainian].
13. Monitoring stanu vikonannya zakonodavstva Ukrayini schodo protidiyi nasilstvu v sim'yi 2001–2011 roki [Monitoring of the state of implementation of the legislation of Ukraine on combating violence in the family 2001–2011] / kol. avt.: O. M. Bandurka, O. F. Bondarenko, V. O. Brizhik, ta In. ; zag. red. O. M. Bandurki, K. B. Levchenko. Harkiv : Prava lyudini 240. [in Ukrainian].
14. Gumin O. M. (2009) Kriminalno-nasilnitska povedinka proti osobi [Criminal and violent behavior against a person: monograph.: monografiya] Lviv : Lviv. derzh. un-t vnutr. sprav. 360 [in Ukrainian].

15. Lisyuk Yu. (2007). V. ProtidIya nasilstvu v sIm'Yi: monografIya. [Combating violence in the family: a monograph] Odesa: Odeskiy yuridichniy In-t HNUVS. 162. [in Ukrainian].
16. Evsyukova M.V. (2013) Nadannya dopomogi ta zahistu zhertvam nasilstva v sim'yi: analiz standartiv Radi Evropi. Evropeyske pravo [Providing assistance and protection to victims of domestic violence: an analysis of Council of Europe standards. European law]. 1–2.119–128. [in Ukrainian].
17. Druz E.V. (2001). Sotsalnyi stan zhinki v susplstvi [Social status of women in society]. Harkiv : Konsum. 424. [in Ukrainian].
18. Maksimova N. Yu., Milyutina K. L. (2003). Sotsialno-psihologichni aspekti problemi nasilstva : navch.-metod. posib. [Socio-psychological aspects of the problem of violence]. Kyiv : Komitet spriyannya zahistu prav ditey. 343. [in Ukrainian].
19. Denisenko L. (2016). Proti nasilstva [Against violence] : zbirka. Kiyiv : VAITE. 322. [in Ukrainian].
20. Mak-Vilyams, Nensi (1998). Psihoanaliticheskaya diagnostika: Ponimanie strukturyi lichnosti v klinicheskom protsesse [Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process]. Moscow : Klass. [in Russian].

УДК 37.03

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.6>**Олена СТАРИНСЬКА**

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри прикладної психології та логопедії, Бердянський державний педагогічний університет, вул. Шмідта, 4, м. Бердянськ, Запорізька область, Україна, 71100

ORCID: 0000-0003-4601-4152

**Olena STARZYNSKA**

PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor at the Applied Psychology and Speech Therapy Department, Berdiansk State Pedagogical University, 4, Schmidt Str., Berdiansk, Zaporizhzhia region, Ukraine, 71100

ORCID: 0000-0003-4601-4152

## ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУТНОСТІ ПОНЯТЬ «СОЦІАЛЬНИЙ ІНТЕЛЕКТ» ТА «ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ»: НАУКОВИЙ ДИСКУРС

### THE PROBLEM OF THE PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE CONCEPTS OF “SOCIAL INTELLIGENCE” AND “EMOTIONAL INTELLIGENCE”: SCIENTIFIC DISCOURSE

**Мета статті:** здійснити теоретичний аналіз основних наукових положень про психологічний смисл понять «соціальний інтелект» й «емоційний інтелект» і зіставити ці поняття. **Методологія:** теоретичний аналіз, узагальнення. **Висновки.** Зіставлення психологічної сутності понять «емоційний інтелект» і «соціальний інтелект» засвідчило їх різне змістове наповнення. Соціальний інтелект – складний інтегрований комплекс знань і здатностей особистості щодо пізнання й вирішення нею життєвих завдань, які визначають успішність її взаємодій із іншими людьми й ефективність адаптації в різних ситуаціях взаємодії. Емоційний інтелект – складний інтегрований комплекс здатностей особистості: пізнавати, розуміти, диференціювати та усвідомлювати емоції (власні й інших людей); застосовувати емоції для активізації своєї розумової діяльності; застосовувати знання про прояви емоцій іншими людьми для виявлення чинників і вирішення різних ситуацій соціальних взаємодій; усвідомлено управляти своїми емоціями тощо. Емоційний інтелект сприяє встановленню успішних взаємодій із іншими людьми, ефективній адаптації до різних соціальних умов, досягненню поставлених життєвих цілей. Зміст поняття «соціальний інтелект» більший за обсягом, порівняно з поняттям «емоційний інтелект». На протилежності емоційному інтелекту, соціальний інтелект стосується не лише знань і здатностей щодо емоцій, а й поведінки особистості в суспільстві. Багато складників соціального інтелекту емоційно зафарбовані. Відмінності виявилися лише щодо такого складника, як здатність особистості прогнозувати поведінку (як свою, так і інших людей), який належить лише до структури соціального інтелекту. Встановлено однакові функції соціального й емоційного інтелекту – забезпечувати успішність взаємодій особистості з іншими людьми та ефективність її адаптації до різних життєвих ситуацій.

**Ключові слова:** соціальний інтелект, емоційний інтелект, здатність, поведінка, особистість.

**The purpose of the article:** to carry out a theoretical analysis of the basic scientific provisions on the psychological meaning of the concepts of “social intelligence” and “emotional intelligence” and to compare these concepts. **Methodology:** theoretical analysis, generalization. **Conclusions.** The comparison of the psychological essence of the concepts of “emotional intelligence” and “social intelligence” testified to their different content. Social intelligence is a complex integrated complex of knowledge and ability of the individual to know and solve life problems that determine the success of his interactions with other people and the effectiveness of adaptation in different situations of interactions. Emotional intelligence – a complex integrated complex of personality abilities: to know, understand, differentiate and realize emotions (one’s own and other people); apply emotions to activate their mental activity; apply knowledge of manifestations of emotions by other people to identify factors and solve different situations of social interactions; consciously manage their emotions and more. Emotional intelligence contributes to the establishment of successful interactions with other people, effective adaptation to different social conditions, achievement of life goals. The content of the concept of “social intelligence” is greater in volume than the concept of “emotional intelligence”. In contrast to emotional intelligence, social intelligence concerns not only knowledge and abilities for emotions, but also the behavior of personality in society. Many components of social intelligence are emotionally painted. Differences were only about such a component as the ability of the individual to predict behavior (both his and other people), which belongs only to the structure of social intelligence. The same functions of social and emotional intelligence are established – to ensure the success of personality interactions with other people and the effectiveness of its adaptation to different life situations.

**Key words:** social intelligence, emotional intelligence, ability, behavior, personality.

**Постановка проблеми.** Сформований соціальний та емоційний інтелект особистості, що є необхідним чинником її ефек-

тивної адаптації та успішних комунікацій в умовах інтенсифікації інтеграційних і глобалізаційних світових процесів, й досі при-



вертає увагу сучасних дослідників із галузі психологічної науки. Проте важливим науковим і практичним завданням сучасної психології є вирішення проблеми неоднозначності й недостатньої диференційованості сутності понять «соціальний інтелект» і «емоційний інтелект», що сприятиме обґрунтуванню теоретико-методологічних засад психологічної науки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема необхідності встановлення чіткості щодо психологічного смислу понять «соціальний інтелект» і «емоційний інтелект» уперше актуалізувалася після публікації наукової праці Д. Гоулмана [8]. В цій праці вчений описав модель емоційного інтелекту, виокремивши в ній також когнітивні здатності й особистісні характеристики особистості. Описана змішана модель містила складники емоційного і соціального інтелекту. Проте емоційний інтелект він вважав змістовно ширшим, порівняно із соціальним інтелектом. В цій змішаній моделі психолог надав пріоритету емоційному інтелекту на противагу соціальному. Адже успіх особистості в соціальних взаємодіях зумовлює емоційний, а не раціональний інтелект. Емоційний інтелект є такою метаздатністю особистості, що дозволяє визначити рівень успішності застосування нею інших здатностей, зокрема й раціонального інтелекту.

Згодом, після критичного аналізу змішаної моделі емоційного інтелекту, Д. Гоулман [1] наступну наукову працю присвятив соціальному інтелекту особистості. В цій праці вчений відокремив емоційний і соціальний інтелект за здатностями особистості – емоційними і соціальними, відповідно.

В структурі соціального інтелекту особистості він виокремив дві групи здатностей: 1) соціальна обізнаність (чи усвідомленість) – знання і розуміння інших людей; 2) соціальні здатності – здатності застосовувати соціальні знання у взаємодіях із іншими людьми тощо.

Група «Соціальна обізнаність (чи усвідомленість)» стосується спектру різних видів сприймання особистості – від миттєвого до усвідомленого. До цієї групи належать такі здатності особистості: співпереживання (первинна емпатія) – здатності сприймати невербальні емоційні сигнали від інших людей і переживати схожі емоції; співналаштування – здатності прислухатися до слів іншої людини і внутрішньо налаштуватися на іншу людину; емпатійна точність – здатності правильно розуміти думки, почуття і наміри інших людей; соціальне пізнання – знання будови і принципів функціонування суспільства.

Група «Соціальні вміння» містить здатності особистості невимушено й ефективно конструювати соціальні взаємодії з іншими людьми на основі її особистої соціальної обізнаності (усвідомленості). До цієї групи належать такі здатності: синхронність – здатність виявляти легкість у невербальному спілкуванні; самопрезентація – здатність подати себе в найкращому ракурсі; вплив – здатність досягати бажаного результату соціальних взаємодій; участь – здатність зважати на потреби інших людей і діяти так, щоб їх задовольнити.

Отже, Д. Гоулман спочатку дотримувався позиції про те, що поняття «емоційний інтелект» є значно ширшим за змістом, порівняно з поняттям «соціальний інтелект». Згодом, після наукової критики цієї позиції, вчений змістовно відокремив смисл понять емоційного і соціального інтелекту за емоційними і соціальними здатностями особистості, відповідно. Однак окремі складники емоційного інтелекту особистості (співпереживання (первинна емпатія) і емпатійна точність) все ж були зараховані й до структури соціального інтелекту. Останнє дозволяє резюмувати те, що повною мірою відокремити сутність цих понять психологові не вдалося.

**Результати дослідження** сутності соціального і емоційного інтелекту з метою зіставлення цих феноменів розкрито в публікації зарубіжної психологині О. Луньової [2]. Внаслідок проведеного теоретико-методичного аналізу наукових праць вона встановила, що соціальний інтелект є суб'єктивно-особистісним конструктом, до якого належать здатності людини до соціального пізнання і соціальної саморегуляції, її особистісні характеристики, зокрема й емоційні. Останні визначають емоційне зафарбування образу соціальних взаємодій і поведінки особистості в цих взаємодіях, презентуючи змістове наповнення її емоційного інтелекту.

Соціальний інтелект особистості конструюють її когнітивні та емоційні здатності. Когнітивні здатності складають такі конструкти: самоактуалізація, соціальні здатності, гнучкість, мотивація, незалежність, вирішення нагальних реальних завдань. Емоційні здатності надають сили і змісту поведінки людини в соціальних взаємодіях. Залежно від змісту емоційних проявів, поведінка і вчинки людини можуть бути зафарбовані позитивно або негативно. Прояви емоцій особистості можуть бути сильними чи слабкими. Рівень усвідомлення, регуляції й контролю своїх емоцій з боку особистості може бути різним і тому не завжди забезпечить успішність її соціальних взаємодій. Отже, за позицією

О. Луньової, емоційний інтелект є компонентом соціального інтелекту.

Питання сутності понять соціального й емоційного інтелекту цікавило також вітчизняну психологиню О. Милославську [3]. З теоретичного огляду наукових праць вона відзначила, що соціальний інтелект є глобальною здатністю людини, яку зумовлено її інтелектуальними, комунікативними, поведінковими й особистісними якостями. Натомість емоційний інтелект є здатністю особистості до емоційної саморегуляції, до вербалізації власних емоційних станів і розпізнавання емоцій інших людей. Отож, на думку О. Милославської, ці поняття є незалежними.

Одержані результати експериментальних досліджень, які провели О. Луньова і О. Милославська з метою зіставлення сутності понять соціального й емоційного інтелекту, виявилися непереконливими. Так, вони не підтвердили теоретичних припущень науковиць унаслідок нерепрезентативних вибірок. Адже контингент досліджуваних склали лише здобувачі вищої освіти.

Проте проблема чіткості щодо психологічної сутності понять «соціальний інтелект» й «емоційний інтелект» залишилася невирішеною дослідниками. Необхідність вирішення окресленої проблеми призвела до необхідності аналізу основних наукових підходів зарубіжних і вітчизняних, класичних і сучасних учених до вивчення й розуміння психологічної сутності поняття «соціальний інтелект» і його зіставлення із сутністю поняття «емоційний інтелект».

**Мета статті:** здійснити теоретичний аналіз провідних наукових положень про психологічну сутність понять «соціальний інтелект» й «емоційний інтелект» для встановлення чіткості їхнього зіставлення.

**Виклад основного матеріалу.** Спочатку подано теоретичний аналіз основних наукових підходів до дослідження психологічного смислу поняття «соціальний інтелект». На думку Ф. Вернона [10], соціальний інтелект – це комплексне утворення, що містить здатності особистості (успішно взаємодіяти з іншими людьми, співпереживати їм, визначати особистісні риси інших людей у взаємодіях із ними), її сенситивність до зовнішніх соціальних групових стимулів і знання про актуальні соціальні питання.

За позицією Д. Ушакова [4], соціальний інтелект – це здатність особистості розуміти інших людей і ситуації взаємодій із ними, а також здатність управляти чи адаптуватися до цих ситуацій. Змістовно соціальний інте-

лект характеризують когнітивні, емоційні й поведінкові складники.

Когнітивними складниками є: соціальні знання – здатність особистості розуміти інших людей і їхню поведінку на основі сформованих у неї знань про різні моделі й норми поведінки; соціальна пам'ять – її здатність зберігати в пам'яті обличчя й імена інших людей; соціальна інтуїція – здатність особистості помічати настрій і почуття інших людей, визначати мотиви їхньої поведінки й аналізувати її в соціальних ситуаціях; соціальне прогнозування – її здатність планувати свої дії, зважати на альтернативні варіанти дій тощо.

Емоційні складники: соціальна експресивність – здатність особистості виявляти свої емоції в суспільстві; емпатійність – здатність особистості до співпереживання, розуміння емоцій іншої людини, відмова від егоцентризму; емоційна саморегуляція – здатність управляти своїми емоціями.

Поведінкові складники: соціальне сприймання – здатність особистості вислухати і зрозуміти іншу людину в міжособистісних взаємодіях, почуття гумору; соціальні взаємодії – здатність взаємодіяти з іншими людьми в групі; соціальна адаптація – здатність надати доступне пояснення й аргументи для переконання інших людей, відкритість у стосунках із іншими людьми.

За переконаннями Дж. Гілфорда [7], соціальний інтелект є складним інтегрованим комплексом здатностей особистості щодо пізнання і вирішення завдань, які визначають успішність її взаємодій із іншими людьми в соціумі. Соціальний інтелект інтегрує такі здатності особистості: здатність розуміти різні життєві ситуації; здатність розуміти невербальну поведінкову експресію інших людей; здатність розуміти вербальну поведінкову експресію інших людей; здатність прогнозувати поведінку інших людей.

Зіставлення смислу понять «соціальний інтелект» і «емоційний інтелект» потребує розгляду провідних наукових підходів до вивчення останнього.

Вперше до наукового вжитку поняття «емоційний інтелект» ввів Г. Гарднер [6]. За визначенням ученого, емоційний інтелект є здатністю особистості усвідомлювати різні емоції, як власні, так і інших людей, а також застосовувати знання для виявлення чинників і вирішення ряду проблемних ситуацій, що з'являються в міжособистісній і внутрішньо-особистісній сферах. Емоційний інтелект особистості конструюють такі її здатності: розуміти і диференціювати емоції, як власні, так і інших людей; управляти своїми емоціями для

досягнення поставлених цілей; налагодження ефективних взаємин із іншими людьми тощо. Доцільно відзначити й взаємозв'язок між переліченими здатностями особистості в структурі її емоційного інтелекту.

За позицією Дж. Майер і П. Саловеї [9], емоційний інтелект особистості, як вид інтелекту, є такою її когнітивною здатністю, що пов'язана з афектом. Вчені визначили емоційний інтелект як поєднання низки здатностей особистості – здатності рефлексувати, розуміти й диференціювати емоції, здатності застосовувати емоції для активізації своєї розумової діяльності, здатності до усвідомленої емоційної саморегуляції.

За переконаннями Р. Бар-Он [5], емоційний інтелект – це поєднання некогнітивних здатностей особистості, які сприяють успішному вирішенню нею різних ситуацій, що можуть відбуватися в житті. Змістове наповнення емоційного інтелекту розкривають його компоненти, що є такими здатностями особистості, як: здатність до самопізнання власних емоцій; здатність управляти своїми емоційними проявами і поведінкою в різних життєвих ситуаціях; здатність встановлювати ефективні взаємодії з іншими людьми; здатність до адаптації. Значний вплив на емоційний інтелект особистості зумовлює низка чинників. А саме – її стресостійкість, саморегуляція, самоконтроль, самоповага, впевненість у собі, адекватна оцінка нових умов чи ситуацій, суспільна відповідальність, оптимізм.

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз основних наукових підходів до вивчення психологічної сутності понять «соціальний інтелект» і «емоційний інтелект» сприяв формулюванню таких узагальнень. Соціальний інтелект особистості – це складний інтегрований комплекс її здатностей: пізнавати соціальні явища, сприймати зовнішні соціальні групові стимули й одержувати знання про актуальні питання соціальних взаємодій; розуміти різні життєві ситуації; розуміти емоції та вербальну й невербальну поведінкову експресію інших людей і співпереживати їм; прогнозувати поведінку, як власну, так і інших

людей; управляти поведінкою, як своєю, так і інших людей у взаємодіях із ними; ефективно адаптуватися до ситуацій соціальних взаємодій; досягати успішного результату у взаємодіях із іншими людьми.

Емоційний інтелект є складним інтегрованим комплексом здатностей особистості: пізнавати, розуміти, диференціювати та усвідомлювати емоції (власні й інших людей); застосовувати емоції для активізації своєї розумової діяльності; застосовувати свої знання про прояви емоцій іншими людьми для виявлення чинників і вирішення різних ситуацій соціальних взаємодій; усвідомлено управляти своїми емоціями тощо. Емоційний інтелект особистості сприяє встановленню успішних взаємодій із іншими людьми, ефективній адаптації до різних соціальних умов, досягненню поставлених життєвих цілей.

Зіставлення поданих вище узагальнень про психологічну сутність понять «емоційний інтелект» і «соціальний інтелект» уможливило такі висновки. З одного боку, зміст поняття «соціальний інтелект» видається дещо більшим за обсягом, порівняно з поняттям «емоційний інтелект». На противагу емоційному інтелекту, соціальний інтелект стосується не лише знань і здатностей щодо емоцій, а й поведінки особистості в суспільстві. Більшість складників соціального інтелекту є емоційно зафарбованими. Відмінності стосуються лише такого складника як здатність особистості прогнозувати поведінку (як свою, так і інших людей), що є лише в структурі соціального інтелекту. Однаковими є й функції соціального й емоційного інтелекту – сприяти успішності взаємодій особистості з іншими людьми та ефективності її адаптації в різних життєвих ситуаціях. Проте змістове підґрунтя для реалізації цих функцій в соціального й емоційного інтелекту різне, зважаючи на їхню сутність і структуру.

Перспективи подальших наукових пошуків вбачаємо в емпіричному дослідженні соціального і емоційного інтелекту здобувачів загальної середньої, фахової передвищої й вищої освіти.

#### Література:

1. Гоулман Д. Социальный интеллект. Новая наука о человеческих отношениях / Пер. с англ. Н. Аллунан, А. Анваера. Москва : Изд-во АСТ : CORPUS, 2021. 576 с.
2. Лунева О. В. Проблема соотношения социального и эмоционального интеллекта. *Вестник РУДН, серия Психология и педагогика*. 2009. № 4. С. 31–36.
3. Милославська О. В. Особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та соціального інтелекту. *Вісник Національного університету оборони України*. 2012. № 5 (30). С. 240–245.
4. Ушаков Д. В. Социальный интеллект : теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. Москва : Изд-во Института психологии РАН, 2004. 176 с.
5. Baron R. The emotional quotient inventory (EQI) : Technical manual. Toronto : Multy-health systems, 1997. 340 p.

6. Gardner R. W., Long R. I. Cognitive controls of attention and inhibition: A study of scanning behavior. *British Journal of Psychology*. 1962. No. 53. Vol. 2. P. 129–140.
7. Guilford J. P. Is some creative thinking irrational? *Journal of creative behavior*. 1982. Vol. 16 (3). P. 151–154.
8. Goleman D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1995. 386 p.
9. Mayer J. D., & Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. 1993. Vol. 17. № 4. P. 433–442.
10. Vernon P. E. Some characteristics of the good judge of personality. *Journal of Social Psychology*. 1933. V. 4. P. 42–57.

#### References:

1. Goulman D. Social'nyj intellekt. Novaja nauka o chelovecheskih otnoshenijah [Social intelligence. New Science of Human Relations] / Per. s angl. N. Allunan, A. Anvaera. Moskva : Izd-vo AST: CORPUS, 2021. 576 s. [in Russian]
2. Luneva O. V. Problema sootnoshenija social'nogo i jemocional'nogo intellekta [The problem of the correlation of social and emotional intelligence]. *Vestnik RUDN, serija Psihologija i pedagogika*. 2009. № 4. S. 31–36. [in Russian]
3. Miloslavs'ka O. V. Osoblivosti vzaemozv'jazku emocijnogo intelektu ta social'nogo intelektu [Features of interconnection of emotional intelligence and social intelligence]. *Visnik Nacional'nogo universitetu oboroni Ukraïni*. 2012. № 5 (30). S. 240-245. [in Ukrainian]
4. Ushakov D. V. Social'nyj intellekt : teorija, izmerenie, issledovanija [Social intelligence : theory, dimension, research] / pod red. D. V. Ljusina, D. V. Ushakova. Moskva : Izd-vo Instituta psihologii RAN, 2004. 176 s. [in Russian]
5. Baron R. The emotional quotient inventory (EQI) : Technical manual. Toronto : Multy-health systems, 1997. 340 p.
6. Gardner R. W., & Long R. I. Cognitive controls of attention and inhibition: A study of scanning behavior. *British Journal of Psychology*. 1962. No. 53. Vol. 2. P. 129–140.
7. Guilford J. P. Is some creative thinking irrational? *Journal of creative behavior*. 1982. Vol. 16 (3). P. 151–154.
8. Goleman D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1995. 386 p.
9. Mayer J. D., & Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. 1993. Vol. 17. № 4. P. 433–442.
10. Vernon P. E. Some characteristics of the good judge of personality. *Journal of Social Psychology*. 1933. V. 4. P. 42–57.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.7>**Ірина ГАБА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, Україна, 21000

**Naba IRYNA**

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Psychology and Social Work of Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, st. Ostrozhkogo, 32, Vinnytsia, Ukraine, 21000

**ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ДІТЕЙ  
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ****PECULIARITIES OF EMOTIONAL SELF-REGULATION OF  
PRESCHOOL CHILDREN**

У статті проаналізовано поняття «емоційна саморегуляція» в контексті одного з найважливіших компонентів функціонування особистості; визначено емоційну саморегуляцію як навичку керування емоціями, знаходження конструктивних способів впоратися з негативними емоціями й управління вираженням сильних емоцій. Зазначено, що у дошкільному віці відбувається активний розвиток усєї емоційної сфери, спостерігається підвищення рівня обізнаності дошкільника про причини емоцій і почуттів, способи їхнього вираження, у розширенні кола об'єктів емпатії та форм її прояву, а також у послідовній активізації всіх механізмів довільної регуляції емоцій. Встановлено, що емоційна саморегуляція дітей дошкільного віку залежить від якості дитячо-батьківської взаємодії. З'ясовано, що застосування дошкільниками більш активних та ефективних поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язані з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою з боку матері. Конкретизовано, що інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції у дошкільників частіше спостерігаються за достатньої уваги та інтересу з боку матері. Емоційні та поведінкові стратегії емоційної саморегуляції дошкільників виявилися взаємопов'язаними з характеристиками емоційної дитячо-батьківської взаємодії обох батьків. Показано, що у старшому дошкільному віці конструктивні стратегії переважають над неконструктивними. Дівчатка у старшому дошкільному віці характеризуються більш конструктивними та зрілими стратегіями емоційної саморегуляції порівняно з хлопчиками. Виявлено, що більша частота використання дошкільниками конструктивних стратегій емоційної саморегуляції визначається прийняттям та близькістю з дитиною з боку матері, її батьківською зрілістю та позитивним тлом емоційної взаємодії з батьком. Використання дошкільниками поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язане з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою з боку матері.

**Ключові слова:** дошкільники, емоційна саморегуляція, дитячо-батьківська взаємодія, стратегії емоційної саморегуляції.

The article analyzes the concept of “emotional self-regulation” in the context of one of the most important components of the functioning of the personality; it defines emotional self-regulation as a skill of managing emotions, finding constructive ways to cope with negative emotions and managing the expression of strong emotions. It is noted that in preschool age there is an active development of the entire emotional sphere, there is an increase in the level of awareness of the preschooler about the reasons of emotions and feelings, the way of their expression, in the expansion of the range of objects of empathy and forms of its manifestation, and in the progressive activation of all mechanisms of arbitrary regulation of emotions. It has been established that the emotional self-regulation of preschool children depends on the quality of child-parent interaction. It is clear that the use of more active and effective behavioral strategies of emotional self-regulation by preschool children is connected with positive emotional background of interaction of both parents, emotional support from mother. It is concrete that intellectual strategies of emotional self-regulation in preschool units are often observed for sufficient attention and interest on the part of the mother. Emotional and behavioral strategies of emotional self-regulation of preschool children were interrelated with the characteristics of emotional child-parent interaction of both parents. It is shown that in the senior preschool age constructive strategies prevail over non-constructive ones. Girls at the senior preschool age are characterized by more constructive and mature strategies of emotional self-regulation compared to boys. It was found that the greater frequency of use of constructive strategies of emotional self-regulation by preschool children is determined by acceptance and closeness with the child by mother, her parental maturity and positive background of emotional interaction with the father. The use of pre-school behavioral strategies of emotional self-regulation is connected with a positive emotional background of interaction between both parents, emotional support from the mother.

**Key words:** preschoolers, emotional self-regulation, child-parent interaction, emotional self-regulation strategies.

**Постановка проблеми.** Емоційна саморегуляція одна із найважливіших компонентів функціонування людини, здатність до емоційної саморегуляції є сутнісною характеристи-

кою особистості. Усі особистісні характеристики починають формуватися й розвиватися ще у дошкільному віці. На цей віковий період припадає інтенсивне формування емоційної

сфери дитини, і однією із важливих характеристик особистості цього періоду є формування емоційної саморегуляції регуляції. Дошкільний вік – це період соціалізації, коли дитина починає активно спілкуватися не тільки з батьками, а й з однолітками й іншими дорослими, що формує навички міжособистісної взаємодії. Управління своїми емоціями відіграє найважливішу роль у взаємодії дитини з оточуючими – однолітками та дорослими. Варто зазначити, що соціальна компетентність особистості у старшому віці тісно пов'язана саме з емоційною саморегуляцією дошкільника. Емоційна саморегуляція має актуальну проблематику в науковому просторі, її окремі аспекти знайшли відображення у наукових пошуках зарубіжних та вітчизняних науковців, зокрема визначення сутності, змісту саморегуляції емоцій та розкриття механізмів її розвитку вивчали Л. Бекіньова, М. Падун, М. Півень, І. Цілінко. Окремі аспекти вікових і гендерних особливостей емоційної саморегуляції особистості досліджували Н. Власова, Н. Гарнефски, Л. Гільова, М. Гринців, В. Крайг, І. Кочергіна, К. Фоменко досліджували. Водночас, проблема емоційної саморегуляції дітей дошкільного віку в контексті дитячо-батьківських відносин залишається малодослідженою.

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей стратегій емоційної саморегуляції дошкільників у зв'язку з особливостями дитячо-батьківської взаємодії.

**Виклад основного матеріалу.** У психологічному доробку існує чимала кількість визначень поняття «емоційна саморегуляція», а саме: вміння стримувати занадто сильні, небажані емоційні прояви; трансформація деструктивних емоцій в конструктивні [1]; здатність усвідомлювати, розуміти і приймати свої емоції, використовувати ці знання в управлінні власною поведінкою і стосунками з іншими людьми [2]; використання соціально прийнятних способів вираження емоцій, зміна інтенсивності та тривалості переживання емоції [4]. Більшість учених вважають, що емоційна саморегуляція містить у собі навички керувати емоціями, знаходити конструктивні способи впоратися з негативними емоціями й управляти вираженням сильних емоцій.

У зарубіжній психології існує велика кількість визначень емоційної саморегуляції. Проведений аналіз засвідчив, що різні автори наголошують не на обмеженні емоційної регуляції лише контролем або придушенням емоцій, а на включенні усвідомлення й оцінювання свого емоційного досвіду, його зміни,

цілеспрямованості, навмисності та спрямованості на адаптацію [7]. Зокрема, Н. Ейзенберг і Т. Спінрад визначають емоційну саморегуляцію як процес ініціювання, гальмування, уникнення, утримання або зміни виникнення, форми, інтенсивності чи тривалості внутрішнього емоційного стану, пов'язаного з емоціями фізіологічних процесів, процесів уваги, мотиваційного стану та/або поведінкових проявів (супутніх емоцій), що слугують для біологічної або соціальної адаптації (пов'язаної з впливом) або досягнення індивідуальних цілей [6]. Цього визначення дотримується більша частина сучасних зарубіжних дослідників емоційної саморегуляції. У наукових працях термін «емоційна саморегуляція» дітей дошкільного віку найчастіше застосовують для позначення процесів, за допомогою яких діти контролюють і регулюють свій емоційний стан і способи його вираження.

У дошкільному віці відбувається активний розвиток усієї емоційної сфери, спостерігається підвищення рівня обізнаності дошкільника про причини емоцій і почуттів, способи їхнього вираження, у розширенні кола об'єктів емпатії та форм її прояву, а також у послідовній активізації всіх механізмів довільної регуляції емоцій [3]. Що стосується емоційної саморегуляції, то в цей період дитина значно розширює спектр стратегій саморегуляції, у неї з'являється дедалі більше самостійних стратегій саморегуляції, а в 5 років - складніший варіант копінг-стратегії «позитивна переоцінка» [2, с.65]. Вона також вчиться пригнічувати соціально не заохочувані емоції (заздрість, образа, презирство) і значно рідше симулювати або маскувати їх.

Становлення емоційної сфери дошкільника тісно пов'язане із взаємодією з батьками, оскільки саме у близьких дорослих дитина вчиться не виражати емоції, саме від дорослих вона отримує підкріплення тих чи інших форм її реагування на складні, фруструючі ситуації. Н. Ейзенберг, Т. Спінрад та А. Камберленд розробили модель соціалізованої поведінки емоційної сфери дитини та запропонували 4 напрямки, як батьки можуть соціалізувати емоції своїх дітей: а) реакція батьків на емоції дітей; б) обговорення емоцій із дітьми; в) вираження емоцій батьками; г) вибір чи зміна ситуацій батьками [6]. П. Коул зауважує, що батьки створюють модель позитивного реагування тоді, коли прояв високого рівня негативних емоцій, непідтримуюча поведінка викликає дизрегуляцію і жорстокість [5]. Значення реагування батьків на емоції для формування емоційної саморегуляції підкреслюється й іншими дослідниками: негативна,

непідтримуюча поведінка батьків пов'язана з дизрегуляцією емоцій дитини та емоційною реактивністю [10]. Діти, чиї батьки реагують на вираження негативних емоцій покаранням за них або їх придушенням, демонструють нижчий рівень емоційної компетентності [8]. Чуйність батьків на дистрес дітей визначає, наскільки добре діти навчаються регулювати свої негативні емоції, але це залежить від статі: вплив матерів на їхніх доньок спостерігається меншою мірою. Материнська чуйність на дистрес дитини також є предиктором позитивного та емпатійного реагування на інших. Материнська теплота пов'язана з кращим регулюванням позитивних емоцій у дітей [10]. При цьому в іншому дослідженні було показано роль соціальної підтримки позитивних та негативних емоцій дітей батьками [11].

Значна кількість досліджень зв'язку емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин була проведена в руслі теорії прихильності. Ідею залежності емоційної саморегуляції від типу прихильності дослідники обґрунтовують тим, що діти з беззаперечною прихильністю інтерналізують ефективні стратегії емоційної саморегуляції у відносинах з близьким дорослим і здатні успішно застосовувати адаптивні стратегії емоційною саморегуляцією вже поза прихильністю, коли «фігура» прихильності відсутня [11]. Таким чином, можна відзначити, що вплив батьків на формування емоційної саморегуляції багатоаспектний і при цьому ще недостатньо вивчений.

Для дослідження особливостей емоційної саморегуляції дітей дошкільного віку в контексті дитячо-батьківських відносин було використано проєктивну методика для діагностики стратегій емоційної саморегуляції дошкільників, анкету діагностики стратегій емоційної саморегуляції дошкільнят для батьків та анкету діагностики стратегій емоційної саморегуляції дошкільників для вихователів. Проєктивна методика діагностики стратегій емоційної саморегуляції для дошкільників складається з 8 зображень складних емоційних ситуацій, в яких може опинитися дитина, та 16 різних стратегій поведінки. До кожної ситуації дитина має обрати 3 стратегії. Вибрані дитиною стратегії діляться на 1) конструктивні, нейтральні, неконструктивні та 2) емоційні, інтелектуальні, поведінкові, після чого підраховується відсоток вибору різних типів стратегій з кожної групи.

Анкета вивчення стратегій емоційної саморегуляції дошкільників для батьків включала схожі емоційні ситуації (9 ситуацій) із 14 варіантами поведінки (стратегій емоційної

саморегуляції) дитини. У кожній ситуації батьки зазначає, чи характерна ця стратегія для дитини. Подібну анкету було запропоновано і вихователям. Таким чином, оцінка емоційної саморегуляції дошкільника проводилася з трьох сторін – з боку батьків, вихователів та самих дошкільнят. Використовувався опитувальник дитячо-батьківської емоційної взаємодії (ОДРЕВ) А. І. Захарової, для матерів використовувалася методика «Аналіз семейного виховання» (АСВ) Е. Г. Ейдемільера і В. В. Юстіцькіса [2]. Для статистичного аналізу використовувався кореляційний аналіз за Спірменом, аналіз середніх значень, регресійний аналіз Вибірка для вивчення стратегій емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин складала: 97 дошкільників у віці 5-7 років (56 хлопчиків, 41 дівчинка); 93 особи батьків (52 матері та 41 батько); 18 вихователів.

Результати вивчення стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за критерієм конструктивності/неконструктивності свідчать про те, що і батьки, і вихователі, і самі дошкільники відзначають більшу кількість конструктивних стратегій емоційної саморегуляції (68% батьків та вихователів та 57% дошкільників). Нижчий результат у дошкільників може бути пов'язаний із ширшим спектром ситуацій порівняно з анкетами батьків та вихователів. Найменшу кількість неконструктивних стратегій емоційної саморегуляції у дошкільників відзначають батьки (13%), а вихователі й самі дошкільники – приблизно однакова їхня кількість (17 та 18% хлопчики й дівчатка відповідно).

Порівняльний аналіз частоти конструктивних стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за гендерними відмінностями показав подібні тенденції щодо оцінки трьох груп: достовірно більш високий рівень конструктивних стратегій у дівчаток порівняно з хлопчиками за оцінкою батьків та вихователів ( $p < 0,05$  та  $p < 0,01$  відповідно) та відмінності на рівні статистичної тенденції щодо оцінки самих дошкільників ( $p = 0,061$ ). При цьому найбільш очевидні відмінності відзначають вихователі. Неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції значно частіше використовують хлопчики з оцінки всіх трьох груп ( $p < 0,05$ ). Кількість нейтральних стратегій емоційної саморегуляції оцінюється як подібне у хлопчиків і дівчаток батьками та дошкільниками, проте, за оцінкою вихователів, хлопчики значно частіше, ніж дівчатка, використовують нейтральні стратегії ЕС ( $p < 0,05$ ).

Дослідження стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за змістовим критерієм

рієм (інтелектуальні, емоційні, поведінкові) визначили, що інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції відзначається найменша кількість (у порівнянні з емоційними та поведінковими) у всіх трьох групах: найменша у вихователів. Ці особливості можуть бути пов'язані з тим, що вихователі бачать дітей тільки в денний час і поза їхнім звичним домашнім оточенням. Вищий результат у дошкільників може частково пояснюватися ширшим спектром вибору стратегій на відміну від батьків та вихователів. Однак навіть при цьому кількість інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції залишається незначною (всього 15% за оцінкою дошкільнят).

Цікавим є результати оцінки емоційних та поведінкових стратегій емоційної саморегуляції: якщо вихователі відзначають більше емоційних типів стратегій у порівнянні з поведінковими (53% проти 47%), то батьки і самі дошкільники – більше поведінкових (батьки – 36% емоційних та 64% поведінкових, дошкільники – 42% та 54% хлопчики, дівчатка відповідно). Можливо, це пов'язано з тим, що вихователі найчастіше звертають увагу і відзначають у дітей саме емоційні стратегії емоційної саморегуляції як яскравіші та помітніші в їх поведінці у складних ситуаціях.

Порівняльний аналіз застосування інтелектуальних, емоційних і поведінкових стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за гендерними ознаками не виявив суттєвих відмінностей у цих стратегіях у хлопчиків і дівчаток, тоді як батьки та вихователі відзначають різницю інтелектуальних і поведінкових стратегій у дівчаток, а у хлопчиків – частоту емоційних стратегій. Достовірні відмінності були виявлені тільки у частоті виборів емоційних стратегій емоційного саморегуляції дошкільників за оцінкою батьків ( $p < 0,05$ ). Отже, дівчатка у старшому дошкільному віці характеризуються більш конструктивними і більш зрілими стратегіями емоційної саморегуляції порівняно з хлопчиками, що відповідає з існуючими даним про більш ранній розвиток дівчаток.

Конструктивні та неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції дошкільників, за оцінкою батьків, тісно пов'язані як з особливостями виховання так і особистісними характеристиками батьків. Конструктивні та неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції дошкільників, за оцінкою матерів, тісно пов'язані практично з усіма характеристиками емоційної взаємодії матерів та окремими характеристиками батьків. Регре-

сивний аналіз показав, що більша частота використання конструктивних стратегій емоційної саморегуляції дошкільників пов'язана з позитивним ставленням до себе як батька ( $\beta = 0,298$ ;  $p < 0,01$ ) та прагненням до тілесного контакту з дитиною у матерів ( $\beta = 0,249$ ;  $p < 0,05$ ). Підґрунтям неконструктивних стратегій є низький рівень безумовного прийняття матері ( $\beta = -0,365$ ;  $p < 0,01$ ); разом з тим у батьків підґрунтям конструктивних і неконструктивних стратегій є переважаючий фон настрою ( $\beta = 0,462$ ;  $p < 0,01$ ). Отже, з боку матерів для розвитку емоційної саморегуляції дошкільника необхідно безумовне прийняття та збереження близьких відносин, тоді як вплив батька на емоційну саморегуляцію дошкільника ефективний лише тоді, коли батько отримує задоволення від взаємодії з дитиною. Конструктивні та неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції, за експериментальною оцінкою дошкільників, не виявили зв'язку з характеристиками емоційної взаємодії батьків. Дослідження взаємозв'язку конструктивних та неконструктивних стратегій емоційної стратегії дошкільників з особливостями дитячо-батьківської емоційної взаємодії, за оцінкою вихователів, показало, що вони негативно пов'язані лише з характеристиками взаємодії батька.

Загалом, велика частота використання дошкільниками конструктивних стратегій емоційної саморегуляції та менша – неконструктивних визначається прийняттям та близькістю з дитиною з боку матері, її материнською зрілістю та позитивним фоном емоційної взаємодії з батьком.

Розглянемо результати дослідження в контексті взаємозв'язку дитячо-батьківських відносин та стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за змістовим критерієм (інтелектуальні/емоційні/поведінкові).

Інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції за оцінкою матерів, відзначаються у дошкільників за умов відсутності у вихованні матерів гіпоопіки ( $p < 0,05$ ), низької вимогливості ( $p < 0,05$ ) та нерозвиненості батьківських почуттів ( $p < 0,05$ ). Оскільки всі зв'язки слабкі, то можна припустити, що більше уваги приділяється дитині, тим частіше вона використовує складні варіанти стратегій емоційної саморегуляції. Інтелектуальні стратегії, за експериментальною оцінкою дошкільників, негативно пов'язані з недостатністю заборон зі сторони матерів ( $p < 0,01$ ). Отож, можна припустити, що в ситуації, коли дитині все дозволяється і немає необхідності поводитися відповідно до певних норм, вона не прагне виробляти складніші стратегії емо-



ційної саморегуляції. Зв'язок інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції з характеристиками дитячо-батьківської взаємодії, за оцінкою матерів, виявлено лише з емоційним тлом взаємодії матері з дитиною ( $p < 0,01$ );, позитивне тло взаємодії, коли обидва учасники отримують від нього задоволення, сприяє формуванню у дошкільнят інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції.

Інтелектуальні стратегії, за оцінкою вихователів, не пов'язані з характеристиками дитячо-батьківської взаємодії.

Отже, інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції у дошкільників частіше спостерігаються за достатньої уваги та інтересу з боку матері. Емоційні та поведінкові стратегії емоційної саморегуляції дошкільників виявилися взаємопов'язаними з характеристиками емоційної дитячо-батьківської взаємодії обох батьків. Регресійний аналіз показав, що велика частота застосування емоційних стратегій емоційної саморегуляції дошкільниками пов'язана з переважним негативним емоційним фоном взаємодії матері з дитиною ( $\beta = -0,348$ ;  $p < 0,01$ ) та негативним емоційним фоном взаємодії з дитиною батька ( $\beta = 0,252$ ;  $p < 0,05$ ) у поєднанні з невмінням впливати на стан дитини ( $\beta = -0,288$ ;  $p < 0,05$ ). Поведінкові стратегії продемонстрували схожі зв'язки зі зворотним знаком. Регресійний аналіз показав, що частота даних стратегій вища за наявності емоційної підтримки з боку матері ( $\beta = 0,298$ ;  $p < 0,01$ ) та позитивного фону взаємодії з дитиною батька ( $\beta = 0,358$ ;  $p < 0,01$ ), тобто формування більш зрілих поведінкових стратегій емоційної саморегуляції у дошкільників важливим, насамперед, є позитивний фон емоційної взаємодії дитини та обох батьків.

Серед стратегій емоційної саморегуляції у дошкільників за оцінкою вихователів, було виявлено зв'язок з характеристиками емоційної дитячо-батьківської взаємодії лише емоційних стратегій і лише з характеристиками матері: більша вираженість емоційних стратегій спостерігається при нижчому рівні виразності у неї прагненні до тілесного контакту з дитиною ( $p < 0,05$ ) та надання нею емоційної підтримки ( $p < 0,05$ ). Емоційні та поведінкові стратегії емоційної саморегуляції, за експериментальною оцінкою дошкільників, не пов'язані з характеристиками дитячо-батьківської взаємодії. Таким чином, застосування дошкільниками більш активних та ефективних поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язані з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою з боку матері, а також з низькою

вираженістю проєкції на дитину небажаних якостей матері. Одержані нами результати узгоджуються з даними зарубіжних досліджень щодо ролі позитивного емоційного фону та емоційної підтримки [10,11].

Було також проведено порівняння взаємозв'язку стратегій емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин у хлопчиків і дівчаток. Дослідження показало, що у хлопчиків зв'язок стратегій емоційної саморегуляції з дитячо-батьківськими відносинами тісніший, ніж у дівчаток, і у хлопчиків виявляється більший зв'язок з характеристиками емоційного взаємодії батька, а й у дівчаток – матері. Таким чином, можна припустити, що формування емоційної саморегуляції у дошкільників пов'язане зі статеворольовою ідентифікацією.

В результаті дослідження визначено, що важливим аспектом у розвитку емоційної саморегуляції дошкільника є стосунки матері і батька в контексті дитячо-батьківських відносин. Серед усіх характеристик емоційної взаємодії батька та дитини ключову роль у формуванні емоційної саморегуляції відіграє позитивний фон емоційної взаємодії з дитиною, тобто демонстрація батьком позитивних емоцій призводить до більш частого використання дошкільниками більш зрілих та конструктивних стратегій емоційної саморегуляції, тоді як з боку матері значення має не лише позитивний фон емоційної взаємодії з дитиною, але й емоційна підтримка, прийняття та достатність уваги.

**Висновок.** В результаті дослідження стратегій емоційної саморегуляції з'ясовано, що у старшому дошкільному віці конструктивні стратегії переважають над неконструктивними. За змістом поодинокі зустрічаються складніші інтелектуальні стратегії, тоді як емоційні і поведінкові зустрічаються у майже однаково. Порівняльний аналіз частоти стратегій емоційної саморегуляції дошкільників показав, що дівчатка у старшому дошкільному віці характеризуються більш зрілими і конструктивними стратегіями емоційної саморегуляції на відміну від хлопчиків.

Аналіз взаємозв'язку частоти використання конструктивних/ неконструктивних стратегій емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин показав, що більша частота використання дошкільниками конструктивних стратегій емоційної саморегуляції та менша – неконструктивних визначається прийняттям та близькістю з дитиною з боку матері, її материнською зрілістю та позитивним фоном взаємодії з батьком. В результаті

дослідження взаємозв'язку частоти використання стратегій емоційної саморегуляції (за змістовим критерієм) та дитячо-батьківських відносин встановлено, що інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції спостерігаються частіше при достатній увазі, інтересу з боку матері за умови позитивного фону

взаємодії та відсутності всюдозволеності у вихованні. Використання дошкільниками більш активних та ефективних поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язане з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою зі сторони матері.

#### Література:

1. Бекіньова Л. Б. Теоретичні підходи до проблеми емоційної саморегуляції особистості. URL:[http://distance.dsu.dp.ua/ukr/conference/2015/osvitniy\\_dosvid/Bekinova.pdf](http://distance.dsu.dp.ua/ukr/conference/2015/osvitniy_dosvid/Bekinova.pdf) (дата звернення: 25.11.2019).
2. Півень М. Структурні особливості емоційної зрілості особистості: дисерт. канд. психол. наук: 19.00.01 / Харків, 2016. 244 с.
3. Рева О.М. Формування емоційної стійкості у ранньому віці: автореф. дисерт. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Київ, 2005. 23 с.
4. Цілинко І.О. Теоретичний аналіз емоційної саморегуляції особистості. *Молодий вчений*. 2015. №8 (23). Ч.1. С. 161-164.
5. Cole P. M., Michel M. K., Teti L. O. The Development of Emotion Regulation and Dysregulation : A Clinical Perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 1994. Vol. 59, № 2–3. P. 73–102.
6. Eisenberg N., Spinrad T. L., Cumberland A. J. The Socialization of Emotion : Reply to Commentaries. *Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9. P. 317–333.
7. Gross J.J., John O.P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2003. V. 85 (2). P. 348-362.
8. Gross J.J., Thompson R.A. Emotion regulation: Conceptual foundations / Gross J.J. (ed.). *Handbook of emotion regulation*. N.Y.: Guilford Press, 2007. P. 3-24.
9. Leahy R.L. Emotional Schema Therapy: A meta-experiential model. *Australian Psychologist*. 2016. Vol. 51 (2). P. 82-88.
10. Shewark E., Blandon A. Mothers' and Fathers' Emotion Socialization and Children's Emotion Regulation : A Within-Family Model. *Social Development*. 2014. Vol. 24, iss. 2. P. 266–284.
11. Ștefan C. A., Avram J., Miclea M. Children's Awareness Concerning Emotion Regulation Strategies: Effects of Attachment Status // *Social Development*. 2017. Vol. 26, № 4. P. 694–708

#### References:

1. Bekinova L.B. Teoretychni pidkhody do problemy emotsiinoi samorehuljatsii osobystosti. URL: [http://distance.dsu.dp.ua/ukr/conference/2015/osvitniy\\_dosvid/Bekinova.pdf](http://distance.dsu.dp.ua/ukr/conference/2015/osvitniy_dosvid/Bekinova.pdf) (data zvernennia: 25.11.2019) [in Ukrainian].
2. Piven M. (2016). Strukturni osoblyvosti emotsiinoi zrilosti osobystosti: dysert. kand. psykhol. nauk: 19.00.01 / Kharkiv. 244 s. [in Ukrainian].
3. Reva O.M. (2005). Formuvannia emotsiinoi stiikosti u rannomu vitsi: avtoref. dysert. ... kand. psykhol. nauk: 19.00.07 / Kyiv, 2005. 23 s. [in Ukrainian].
4. Tsilynko I.O. (2015). Teoretychnyi analiz emotsiinoi samorehuljatsii osobystosti. *Molodyi vchenyi*. 2015. №8 (23). Ch.1. S. 161-164. [in Ukrainian].
5. Cole P. M., Michel M. K., Teti L. O. The Development of Emotion Regulation and Dysregulation : A Clinical Perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 1994. Vol. 59, № 2–3. P. 73–102.
6. Eisenberg N., Spinrad T. L., Cumberland A. J. The Socialization of Emotion : Reply to Commentaries. *Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9. P. 317–333.
7. Gross J.J., John O.P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2003. V. 85 (2). P. 348-362.
8. Gross J.J., Thompson R.A. Emotion regulation: Conceptual foundations / Gross J.J. (ed.). *Handbook of emotion regulation*. N.Y.: Guilford Press, 2007. P. 3-24.
9. Leahy R.L. Emotional Schema Therapy: A meta-experiential model. *Australian Psychologist*. 2016. Vol. 51 (2). P. 82-88.
10. Shewark E., Blandon A. Mothers' and Fathers' Emotion Socialization and Children's Emotion Regulation : A Within-Family Model. *Social Development*. 2014. Vol. 24, iss. 2. P. 266–284.
11. Ștefan C. A., Avram J., Miclea M. Children's Awareness Concerning Emotion Regulation Strategies: Effects of Attachment Status // *Social Development*. 2017. Vol. 26, № 4. P. 694–708

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.8>

### **Олег ДРУЗЬ**

начальник клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих) Національного військово-медичного клінічного центру «Головний військовий клінічний госпіталь» – головний психіатр Збройних Сил України, полковник медичної служби, Заслужений лікар України, професор кафедри публічного управління, Міжрегіональна Академія управління персоналом», вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039

ORCID: 0000-0002-5149-9556

### **Лариса РОДЧЕНКО**

офіцер клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих) Національного військово-медичного клінічного центру «Головний військовий клінічний госпіталь» лейтенант ЗСУ, д. держ.упр., професор, заслужений діяч науки і техніки, професор кафедри публічного управління, Міжрегіональна Академія управління персоналом», вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039

ORCID: 0000-0002-2141-4742

### **Інна ЧЕРНЕНКО**

старший ординатор відділення межових станів клініки психіатричної (з палатами для наркологічних хворих) Національного військово-медичного клінічного центру «Головний військовий клінічний госпіталь» підполковник медичної служби, к.мед.н. доцент кафедри публічного управління, Міжрегіональна Академія управління персоналом», вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039

ORCID: 0000-0002-9189-6652

### **Oleg DRUZ**

head of the psychiatric clinic (with wards for narcological patients) of the National Military Medical Clinical Center "Main Military Clinical Hospital" – chief psychiatrist of the Armed Forces of Ukraine, colonel of the medical service, Honored Doctor of Ukraine, professor of the Department of Public Administration of the Interregional Academy of Personnel Management, 2 Frometivska str., Kyiv, Ukraine, 03039

ORCID: 0000-0002-5149-9556

### **Larisa RODCHENKO**

officer of the psychiatric clinic (with wards for narcological patients) of the National Military Medical Clinical Center "Main Military Clinical Hospital", lieutenant of the Armed Forces of Ukraine, director of state management, professor, Honored Worker of Science and Technology, professor of the Department of Public Administration of the Ukrainian Academy of Medical Sciences, Interregional Academy of Personnel Management, 2 Frometivska str., Kyiv, Ukraine, 03039

ORCID: 0000-0002-2141-4742

### **Inna CHERNENKO**

senior resident of the borderline psychiatric clinic (with wards for drug addiction patients) of the National Military Medical Clinical Center "Main Military Clinical Hospital", lieutenant colonel of the medical service, Ph.D. Associate Professor of the Department of Public Administration, Interregional Academy of Personnel Management, 2 Frometivska str., Kyiv, Ukraine, 03039

ORCID: 0000-0002-9189-6652.

## **ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТІВ В ОРГАНІЗАЦІЇ**

## **RESEARCH ON THE THEORY AND ANALYSIS OF THE CONFLICT IN THE ORGANIZATION**

Проаналізовано структуру організації, що є складною системою спільної діяльності. Детерміновано концепцію соціально-психологічного клімату, що стосується всіх аспектів ділової ситуації, які можуть впливати на особисті стимули. Наголошено, що у різних середовищах проявляються різні моделі поведінки, які визначають продуктивність і ступінь

задоволеності членів команди своєю роботою, і тому все це безпосередньо пов'язано з соціально-психологічним кліматом організації.

*Підкреслено, що ефективність будь-якої організації можна визначити по низці показників. Дослідження соціальних психологів показують, що комплексна оцінка ефективності підприємства може бути проведена тільки при обліку об'єктивних (економічних) і суб'єктивних (соціально-психологічних) факторів. На сучасному етапі відродилися дослідження в міжгруповій взаємодії, лідерства і лідерства, психології спілкування, соціальної психології управління, соціальної психології організації, масової комунікації, масових явищ, соціально-психологічного навчання, соціально-психологічного прогнозування. Все це дає підстави сподіватися на подальшу активізацію соціально-психологічних досліджень в галузі економіки праці.*

*Визначено, що соціально-психологічний клімат – це якісна сторона міжособистісних відносин, що виявляється у вигляді сукупності психологічних умов, що сприяють або перешкоджають продуктивної спільної діяльності і всебічному розвитку особистості в групі. В даний час ця проблема дуже актуальна і перспективна, так як вимоги до психологічної включеності людини в ту чи іншу діяльність зростають. Ця проблема особливо актуальна в управлінській діяльності.*

**Ключові слова:** соціально-психологічний клімат, соціально-психологічний тренінг, організаційна психологія, міжособистісні відносини.

*The structure of the organization, which is a complex system of joint activity, is analyzed. The concept of socio-psychological climate is determined, which refers to all aspects of the business situation that can affect personal incentives. It is emphasized that different behavior patterns are manifested in different environments, which determine the productivity and degree of satisfaction of team members with their work, and therefore all this is directly related to the socio-psychological climate of the organization.*

*It is emphasized that the efficiency of any organization can be determined by a number of indicators. Research by social psychologists shows that a comprehensive assessment of the company's efficiency can be carried out only when taking into account objective (economic) and subjective (social-psychological) factors. At the modern stage, research in intergroup interaction, leadership, psychology of communication, social psychology of management, social psychology of organizations, mass communication, mass phenomena, social-psychological training, social-psychological forecasting has been revived. All this gives reason to hope for further intensification of socio-psychological research in the field of labor economics.*

*It was determined that the socio-psychological climate is a qualitative aspect of interpersonal relations, which manifests itself in the form of a set of psychological conditions that promote or hinder productive joint activity and comprehensive development of the individual in the group. Currently, this problem is very relevant and promising, as the requirements for the psychological inclusion of a person in one or another activity are growing. This problem is especially relevant in management activities.*

**Key words:** socio-psychological climate, socio-psychological training, organizational psychology, interpersonal relations.

**Постановка проблеми.** Конфлікти – це природне явище, притаманне будь-якому суспільству. Предметом конфлікту є реальна або уявна проблема, і конфлікт також може бути певним об'єктом або можливістю.

Учасником конфлікту є будь-яка особа або соціальна група, яка бере в ньому участь. Але вони не обов'язково розуміють цілі і завдання конфліктного протистояння. Ви також можете стати учасником конфлікту випадково-просто людина потрапила в зону конфлікту, хоча у нього немає в ньому власного інтересу, а також він не може впливати на його хід

У розвитку конфлікту існує кілька етапів: виникнення об'єктивної конфліктної ситуації, усвідомлення ситуації як конфлікту, конфліктна взаємодія і вирішення конфлікту.

Конфлікти – це природне явище, притаманне будь-якому суспільству. Значною мірою стабільність залежить від правильної організації процесу управління. Зараз конфлікти вивчає відносно молода наука конфліктологія, що виділилася в самостійний напрямок в кінці 50-х років ХХ століття.

Яскравим методом оптимізації соціально-психологічного клімату є соціально-психологічний тренінг, він допомагає нарощувати неформальні зв'язки, створювати дружні відносини; вирішувати проблемні ситуації, обговорювати і вирішувати які не вистачає

часу в трудовій діяльності; знімати напругу після робочого дня; прояснювати для кожної людини його цінності, мотиви, життєву стратегію. Вивчення і поліпшення соціально-психологічного клімату на сучасному етапі стають невід'ємною частиною Управління персоналом організації і впроваджуються в повсякденну роботу керівника.

Соціально-психологічний клімат характеризується певною атмосферою психічного та емоційного стану кожного співробітника для спільної діяльності людей і залежить від загального стану оточуючих його людей.

Сприятливий соціально-психологічний клімат характеризується ціннісно-орієнтованим єдністю і згуртованістю; кон'юнктивними (об'єднуючими) міжособистісними відносинами і задоволеністю ними членів групи; наявністю умов для самореалізації і самоствердження особистості; задоволеністю професійною діяльністю; відсутністю негативних лідерів і негативних психологічних груп; переважанням почуттів симпатії-потягу між співробітниками; взаємною відповідальністю і вимогливістю.

Несприятливий соціально-психологічний клімат проявляється в диз'юнктивних (поділяють) відносинах, в напружених відносинах між членами групи, конфліктних ситуаціях і конфліктах, що позначається на результа-

тах діяльності, зниженні мотивації до праці, зниженні продуктивності праці, погіршенні трудової дисципліни, збільшенні плинності кадрів і так далі.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** М. – П. Фоллетт приділяв особливу увагу аналізу динаміки групових процесів. На її думку, менеджери повинні дати співробітникам можливість розвиватися і проявляти свої власні навички. Вчений вважав, що роль лідера повинна виконувати людина, яка найкраще розуміє проблеми управління і пропонує раціональні шляхи виходу з проблемної ситуації. Психодинамічна та інтракціоністська теорії особистості розвивалися в руслі гуманістичної психології. Її представниками були американські психологи Г. Олпорт, У. Мейшел, К. Роджерс, А. Маслоу та інші. Олпорт на початку ХХ століття заклав основи теорії особистості, відомої як "Теорія рис", а процедура експериментального вивчення факторів, або рис, особистості була розроблена Р.Кеттеллом (16-факторний особистісний опитувальник Кеттелла "16 – Foo") досі використовується для визначення 16 особистісних факторів, що характеризують її структуру) [6, с. 45-46].

За словами Г. за визначенням Олпорта, особистість – це індивідуально специфічний набір психофізіологічних систем-особистісних рис, які формуються в житті і які визначають своєрідність мислення і поведінки даної людини. Г. Олпорт розглядав особистість як відкриту систему, розвиток якої відбувається у взаємодії з іншими людьми, і цей розвиток є формою існування особистості.

У. Мейшель розробив концепцію, згідно з якою особистісними факторами, які разом з ситуацією визначають поведінку людини, є:

- здатність діяти самостійно незалежно від ситуації;
- когнітивні стратегії – способи сприйняття і оцінки ситуації, вибору поведінки в ній;
- очікування-оцінка можливих наслідків певних дій в даній ситуації;
- цінності – те, що має сенс і значення для людини;
- плани поведінки і способи його суб'єктивної регуляції.

К. Роджерс виходив з того, що кожна людина прагне до самовдосконалення і володіє відповідними здібностями. Вона сама визначає цілі і цінності життя, намічає перспективи власного розвитку; на основі сформованої я-концепції оцінює власну поведінку і сприймає інших людей [4, с. 31-34].

А. Маслоу вважав головною характеристикою особистості прагнення до самоактуа-

лізації, самовираження і самовдосконалення. Люди з потребою в самоактуації, на його думку, характеризуються включеністю в діяльність, цілеспрямованістю і прагненням реалізувати вищі цінності, які є життєвими потребами. Самоактуація передбачає опору на власні сили, наявність незалежної і незалежної думки про основні проблеми життя. Самоактуація розглядається як процес постійного розвитку та практичної реалізації індивідуальних можливостей, насамперед у сфері трудової діяльності.

Гуманістичні теорії особистості переплітаються з теоретичними концепціями особистості, розробленими такими видатними вченими, як Л. С. Виготський, О. М. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн, Б. Г. Ананьєв, Г. С. Костюк, К. К. Платонов та ін.

Таким чином, Л. С. Виготський розробив культурно-історичну теорію розвитку людської психіки і сформулював закони розвитку особистості. Л. С. Виготський вважав самосвідомість і особистісний характер психологічних процесів основою особистості.

С. Л. Рубінштейн розглядав особистість на основі принципів обумовленості і єдності свідомості і діяльності. Власне, особистісними властивостями він вважав ті, які визначають соціально значущу поведінку і діяльність людини. Основними з них є мотиви і завдання, які ставить перед собою людина, а також риси характеру і здібності, що визначають можливість виконання суспільно корисної діяльності. На думку Л. С. Рубінштейна, людина – це реальний індивід, жива, діюча особистість, що є носієм соціальних відносин.

У теорії діяльності А.Н. Леонтьєва особистість характеризується тільки тими психічними процесами і особливостями людини, які сприяють здійсненню його діяльності.

На думку Б. Г. Ананьєва, людина – це соціальний індивід, об'єкт і суб'єкт історичного процесу, продукт життєвого шляху людини. У структурі особистості існують взаємозв'язки між соціальними, соціально-психологічними і психофізіологічними характеристиками [1, с.16-18].

Згідно з концепцією українського психолога Г. С. Костюка, індивід стає соціальною істотою, формується особистість як свідомість і самосвідомість, формується система психічних властивостей, здатність брати участь у житті суспільства, виконувати соціальні функції. Об'єктивна соціальна сутність індивіда реалізується суб'єктивними ментальними засобами. Психічні властивості індивіда знаходяться в складній залежності і взаємозв'язку з його діяльністю. Особистісні

якості в процесі діяльності зазнають змін і стають компонентами структури особистості, тобто стійкою і динамічною системою психічних властивостей.

**Формулювання цілей статті.** Мета статті – проаналізувати психологічну і характеристику персоналу, вірогідні джерела конфліктів в організації та шляхи їх вирішення.

**Виклад основного матеріалу.** Серед факторів, що впливають на морально-психологічний клімат в колективі, важливе місце займає характер відносин, що складаються між керівником і підлеглими. Уміння організувати людей для досягнення певних цілей – це особлива якість менеджера, що вимагає високих професійних знань, практичного досвіду та вміння працювати з людьми. Імідж керівника, його стиль управління і поведінка є важливими факторами формування сприятливого психологічного клімату в колективі.

Щоб посприяти сприятливому морально-психологічному клімату, ми рекомендуємо вам дотримуватися наступних вимог при формуванні команди:

- повинні бути забезпечені надійні об'єктивні умови для контактів.

- для нормального розвитку міжособистісних відносин необхідно дотримуватися оптимального складу команди.

- при формуванні основної команди слід враховувати спільні інтереси членів групи, але не забувати про їх різноманітність.

- завдання, що об'єднують групу, повинні бути пов'язані з цілями більшої команди, а точніше, безпосередньо сприяти їх досягненню.

- включення основної команди в цілому в організаційні та соціальні структури підприємства.

- включення співробітників різного професійного рівня в структуру команди.

- зосередьтеся на співробітників, які відносно близькі за віком.

- підвищення кваліфікації, оволодіння суміжними професіями, розвиток колективних форм організації праці та взаємодопомоги.

- стимулювання трудової конкуренції в структурі колективу.

Вивчення конфліктів сьогодні має більш практичну спрямованість: вивчаються засоби і методи вирішення конфліктів. Ми шукаємо ефективні конкретні методи, які можна було б використовувати для запобігання виникненню конфліктів, зниження їх гостроти і т.д. психологічний фактор відіграє важливу роль у виникненні і вирішенні конфліктів. Це пов'язано з тим, що конфлікти завжди

пов'язані з зіткненням інтересів і поглядів людей. Ці питання вивчає психологія конфлікту, яка фокусується на аналізі міжособистісних і внутрішньоособистісних протиріч.

Об'єктивні передумови виникнення конфліктів в управлінні організацією пов'язані з координацією роботи людей, що мають різні інтереси, погляди, характери, темпераменти і так далі.

Ринкові перетворення в Україні об'єктивно пов'язані з активізацією діяльності, усвідомленням кожної людини як особистості, формуванням таких трудових і підприємницьких концепцій, які найбільшою мірою сприяли б її самореалізації та досягненню поставлених цілей. Розширення знань, професійний розвиток, професійна мобільність і особистісний розвиток стають важливими умовами економічного і соціального прогресу суспільства.

Розвиток особистості – це зміна, при якому індивід здатний ставити і вирішувати все більш складні конкретні завдання. У процесі реалізації цих завдань розвиваються здібності людини, зростає творчий потенціал, з'являються можливості для постановки і вирішення нових завдань. Конституційне забезпечення прав і свобод людини, економічні перетворення в Україні є чинниками формування нового типу особистості, зацікавленої в прогресивних тенденціях розвитку суспільства, результатах своєї діяльності, з активною життєвою позицією. Організація трудової діяльності на сучасному етапі повинна ґрунтуватися на обліку не окремих ізолюваних властивостей працівника, а цілісної структури його особистості.

Особистість – складне явище, про що свідчить наявність величезної кількості визначень цього поняття і майже півсотні теорій особистості. Основними атрибутами людини є його риси, якості, властивості і поведінку. У свою чергу, форми поведінки визначаються взаємодією внутрішніх суб'єктивних і психологічних властивостей особистості і зовнішніх факторів – соціального середовища, особливостей ситуації, в якій знаходиться індивід. Такий підхід до особистості реалізується в інтеракціоністських теоріях. Навпаки, психодинамічні теорії пояснюють поведінку людини його психологічними характеристиками, в той час як соціодинамічні теорії розглядають зовнішні ситуації як основну детермінанту поведінки.

Відомі також динамічні і структурні теорії особистості. Динамічні теорії засновані на принципі зміни і розвитку особистості, а структурні теорії описують особистість

з точки зору співвідношення її внутрішніх психологічних властивостей.

Отже, поняття "особистість" включає в себе характеристики людини з точки зору його соціальної активності і ті провідні мотиви, якими він керується в своїх діях.

Людина – це людина як носій свідомості, тобто суб'єкт пізнання, досвіду, відносин і активного перетворення навколишнього світу. Сутність людини визначається його ставленням до навколишнього світу, соціального існування, іншим людям і самому собі. Спосіб існування людини-це його розвиток, і діяльність, в тому числі трудова, є важливим фактором цього розвитку. Це означає, що особистість проявляється і розвивається в діяльності. Особистість розглядається як цілісна цілісність біогенних, соціогенних і психогенних елементів. У той же час особистість-це індивідуальний набір рис, що визначають стиль мислення, переживань і поведінки кожної людини.

В основі особистості лежить її структура-зв'язок і взаємодія щодо стійких компонентів (сторін). Формування особистості здійснюється як розгортання цілісної органічної системи, в якій кожна сторона передбачає іншу і зумовлюється цілісною системою. В результаті в цілісній психологічній організації особистості формується особливий тип системних відносин. Однак структура особистості набуває гармонію не на основі пропорційного розвитку всіх її аспектів, а в результаті максимального розвитку здібностей, що створюють домінуючу спрямованість особистості в діяльності.

Зараз існує безліч визначень конфлікту:

– визначається як боротьба за цінності і домагання на певний статус, владу, ресурси, боротьба, в якій цілями противників є нейтралізація, заподіяння шкоди або знищення один одного (М. Козер);

– явище, що виникає, коли цілі однієї групи можуть бути досягнуті таким чином, що інші групи не можуть реалізувати свої власні цілі (П. Коен) [2, с. 67];

– крайнє загострення соціальних протиріч, яке виражається в зіткненні різних соціальних спільностей-класів, націй, держав, соціальних груп, інститутів і т.д., обумовлене протилежністю або істотною відмінністю їх інтересів, цілей і тенденцій розвитку.

Структурні характеристики конфлікту представляють собою складові елементи конфлікту (Рис. 1.1).

При всьому різноманітті конфліктних ситуацій в організації поведінка суб'єктів в них має ряд характерних особливостей:

у стані конфлікту відбувається значний емоційний підйом;

суб'єкт конфлікту усвідомлює факт своєї участі в конфлікті;

особливості поведінки суб'єкта в конфліктній ситуації багато в чому залежать від його власних особливостей.

Існує три основні патерни поведінки в конфлікті і, відповідно, типи суб'єктів. Перший тип-руйнівний. Це тип суб'єкта, схильного до вирішення конфлікту і його ескалації аж до застосування фізичної сили. Другий тип-конформний. Для нього характерна пасивність, схильність поступатися, підкорятися. І третій тип-конструктивний-шукає можливості для переговорів, легко вступає в переговори і т. д.

Динамічні характеристики конфліктів включають в себе етапи розвитку конфліктів і процеси, що відбуваються на різних етапах. Вважається, що конфлікт проходить наступні стадії розвитку (рис.1.2):

Конфлікти в організаціях мають свою специфіку, яка пов'язана з видом діяльності, якою займається дана організація. Значну

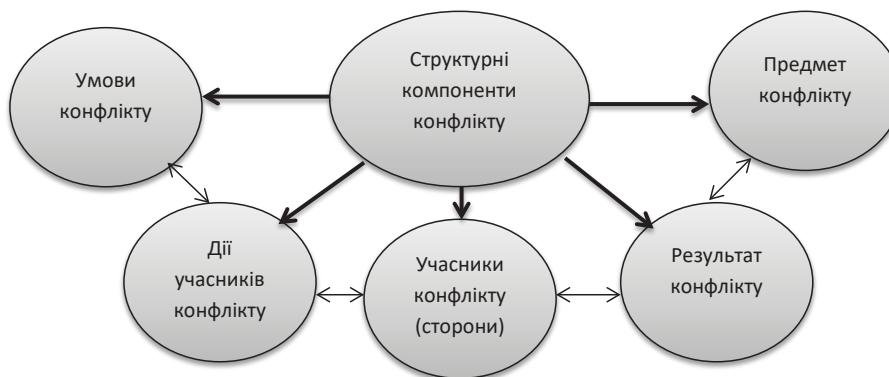


Рис.1.1 Структурні компоненти конфлікту

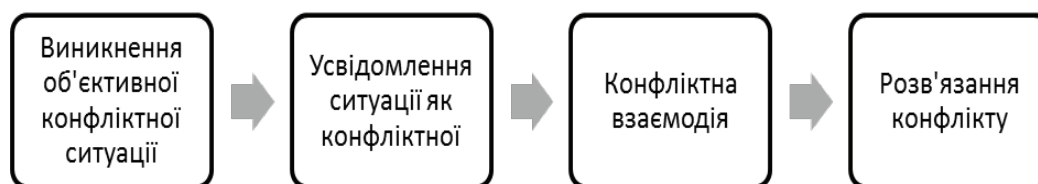


Рис. 1.2 Етапи розвитку конфлікту

частину конфліктів складають так звані "ділові конфлікти". Найбільш поширеними причинами бізнес-конфліктів є: несумісність цілей (коли досягнення цілей одним співробітником заважає досягненню цілей іншими); недоліки планування; незбалансовані робочі місця (баланс означає, що на дане робоче місце повинні бути покладені функції, забезпечені засобами, необхідними для їх виконання, і не повинно бути засобів, не пов'язаних з якою-небудь функцією (обов'язки повинні бути пов'язані тільки з цим набором функцій); недосконалі зв'язки між робочими місцями-технологічні, інформаційні, ієрархічні (наприклад, одному підлеглому дають вказівки кілька начальників); дуже багато прямих підлеглих від керівника; ініціатива повністю переходить в руки підлеглих; хибні кола управління; брак ресурсів і т. д. [5, с. 26-38]

Крім конфліктів, що виникають через недоліки в організації роботи, плануванні і т. д., існують конфлікти, пов'язані з міжособистісними відносинами. Це конфлікти, пов'язані з соціально-психологічною системою відносин. Вони можуть не мати відношення до виробничого сектору. Але оскільки цей конфлікт виникає всередині організації, він також впливає на ділові відносини.

Менеджер повинен також брати до уваги неформальні групи, норми і цінності, які були сформовані в цих групах.

Важливим питанням є типологія конфліктів в організаціях. Для класифікації конфліктів вибираються різні параметри: за характером протиріччя, що лежить в основі конфліктів, розрізняють антагоністичні і неантагоністичні конфлікти, внутрішні і зовнішні; за формою прояву – приховані і явні, згладжені і гострі; по сфері, в якій виникають конфлікти – в сфері ділових відносин, в сфері неформальних міжособистісних відносин.; по тому, хто залучений в конфлікт-це конфлікт між окремими членами команди, між групою і кимось, хто не є членом групи, між керівником і підлеглими; за змістом конфліктів-відмінності в оцінках і думках, взаємна антипатія, ображена самооцінка, заздрість, ревності [7, с. 42].

Конфлікти можна класифікувати за тривалістю дії-довгострокові і короткострокові. За масштабом дії-національні, регіональні та місцеві. У рамках функціонального аналізу класифікація конфліктів ґрунтується на принципі їх доцільності – недоцільності: природна, немінуча, вимушена, необхідна, функціонально невиправдана [7, с. 47]

З точки зору цілей, які відстоюють протидіючі сторони конфлікту, вони діляться на особисті, групові та громадські. Конфлікти також розрізняються за функціями, які вони виконують. В даний час загальноновизнано, що конфлікти виконують не тільки негативні функції, але і позитивні. До найбільш важливих негативних функцій конфлікту в організації сьогодні відносяться конфліктологи:

- погіршення соціального клімату, зниження продуктивності праці, звільнення деяких співробітників з метою вирішення конфлікту;
- неадекватне сприйняття і нерозуміння один одного конфліктуючими сторонами;
- скорочення співпраці між конфліктуючими сторонами під час і після конфлікту;
- існує дух конфронтації, який змушує людей прагнути до перемоги будь-якою ціною;
- матеріальні та емоційні втрати для вирішення конфлікту. Основні позитивні функції конфлікту полягають в наступному:
  - конфлікт змушує організацію змінюватися і розвиватися, відкриває шлях для інновацій, які можуть її поліпшити;
  - він грає інформаційну та об'єднуючу роль, так як під час конфлікту його учасники краще пізнають один одного;
  - конфлікт сприяє структуруванню соціальних груп, створенню організацій та об'єднанню команд однодумців;
  - він знімає "синдром покірності", стимулює активність людей;
  - це стимулює розвиток особи, зростання почуття відповідальності людей, усвідомлення ними своєї значущості;
  - у критичних ситуаціях, що виникають в ході конфлікту, виявляються раніше невидимі риси характеру людей, створюються



умови для оцінки людей за їх моральними якостями-наполегливості-мужності і т. д., необхідним для висунення і формування лідерів;

– вирішення конфліктів знімає приховану напругу і дає йому вихід.

Конфлікт може виконувати матеріальну і духовну функцію.

Матеріальна функція – це втрата і придбання матеріальних цінностей в процесі конфлікту: духовна-конфлікти можуть грати роль стимулятора змін в духовній сфері; сигнальна функція-конфлікт показує певний стан організації; інформаційна-близька до попередньої, але ширше.

Конфлікти розкривають інтереси учасників конфлікту. Таким чином, конфлікти – це природне явище, притаманне будь-якому суспільству. Предметом конфлікту є реальна або уявна проблема, і конфлікт також може бути певним об'єктом або можливістю.

Учасником конфлікту є будь-яка особа або соціальна група, яка бере в ньому участь. Але вони не обов'язково розуміють цілі і завдання конфліктного протистояння. Ви також можете стати учасником конфлікту випадково-просто людина потрапила в зону конфлікту, хоча у нього немає в цьому власного інтересу.

У розвитку конфлікту існує кілька етапів: виникнення об'єктивної конфліктної ситуації, усвідомлення ситуації як конфлікту, конфліктна взаємодія і вирішення конфлікту.

Суб'єктивне сприйняття конфліктної ситуації не обов'язково відповідає дійсності.

Стадія конфлікту характеризується наявністю інциденту, тобто дій, спрямованих на зміну поведінки опонентів.

Конфлікти в організаціях мають свою специфіку, яка пов'язана з видом діяльності, якою займається дана організація. Значну частину конфліктів складають так звані "ділові конфлікти". Крім конфліктів, що виникають через недоліки в організації роботи, плануванні і т. д., існують конфлікти, пов'язані з міжособистісними відносинами.

Для класифікації конфліктів вибираються різні параметри.

Конфлікти також розрізняються за функціями, які вони виконують.

Конфлікти виконують не тільки негативні функції, а й позитивні.

У даний час вважається, що навіть в організаціях з ефективним управлінням деякі конфлікти не тільки можливі, але і бажані. Дійсно, конфлікт не завжди позитивний. У деяких випадках це може перешкодити задоволенню потреб окремої людини і досягненню цілей організації в цілому. Але в багатьох ситуа-

ціях конфлікт допомагає виявити різні точки зору, надає додаткову інформацію, допомагає виявити більше альтернатив або проблем і так далі. Це робить процес прийняття рішень в групі більш ефективним, а також дає людям можливість висловлювати свою думку і тим самим задовольняти свої особисті потреби в повазі і влади. Це також може призвести до більш ефективної реалізації планів, стратегій і проектів, оскільки обговорення різних точок зору на ці документи призводить до їх фактичної реалізації [3, с. 69].

Таким чином, конфлікт може бути функціональним і привести до підвищення ефективності організації. Або це може бути дисфункціональним і призвести до зниження особистої задоволеності, групової співпраці та організаційної ефективності. Роль конфлікту в основному залежить від того, наскільки ефективно він управляється. Щоб керувати конфліктом, вам потрібно зрозуміти причини конфліктної ситуації.

Функціональна мета конфлікту включає в себе: сприяння формуванню соціальних груп; поява засобів регулювання конфліктних відносин (норм, інститутів, організацій); привнесення в суспільство духу конкуренції і суперництва; конфлікт як джерело змін і перетворень; конфлікт як форма суспільного життя, засіб вираження протилежних поглядів і підходів; школа формування консенсусу і компромісу.

В організації існують різні типи конфліктів. На відносини між співробітниками часто впливають особисті конфлікти. Особистий конфлікт – це боротьба, яка відбувається у внутрішньому світі людини. Це емоційно переживається людиною як значна психологічна проблема. На думку В. Мерліна, психологічний конфлікт – це стан більш-менш тривалої дезінтеграції особистості, яке виражається в загостренні протиріч між різними сторонами, якостями, установками і діями особистості. Психологічний конфлікт виникає за певних умов. Перш за все, це ситуація, яка не може бути вирішена суб'єктивно.

Західні вчені приділяють найбільшу увагу вивченню внутрішніх конфліктів мотиваційного характеру.

К. Левін розглянув три основні варіанти таких конфліктів. Перший варіант полягає в тому, що людина змушена вибирати між альтернативами, які однаково привабливі, але виключають один одного. Мотиви несумісних дій оновлюються одночасно і мають однакову силу. Другий випадок конфлікту-це вибір між двома однаково непривабливими можливостями. Третій тип конфлікту – це одна і та ж мета, як приваблива, так і неприваблива.

Другий тип внутрішніх конфліктів-це когнітивні конфлікти, які засновані на зіткненні несумісних ідей. Згідно когнітивної психології, людина намагається досягти суперечливості своєї внутрішньої системи ідей, переконань, цінностей і т.д. і відчуває дискомфорт в разі протиріч, невідповідностей. Ця проблема описана в теорії когнітивного дисонансу л.Фестінгера.

Згідно з ним, люди будуть намагатися зменшити неприємний стан дискомфорту, пов'язане з тим, що індивід одночасно володіє двома психологічно суперечливими знаннями (думками, поняттями). Зменшення когнітивного дисонансу можливе шляхом зміни одного з уявлень таким чином, щоб вони відповідали один одному. Чим сильніше дисонанс, тим більше він буде намагатися його послабити. Рольові конфлікти також можуть викликати особистий конфлікт.

Ідеальне рішення конфлікту-виправити всі порушення і відновити нормальне спілкування. Чим точніше буде попередній аналіз порушень, тим успішніше буде лікування "хвороби" спілкування.

У міжгруповому конфлікті групи є сторонами конфронтації. Для вивчення міжгрупових конфліктів використовуються різні підходи. У мотиваційному підході поведінка груп і їх ставлення до інших груп розглядається як відображення їх внутрішніх проблем. Ворожість, спрямована на зовнішнє оточення (аутгрупу), є наслідком внутрішньої напруги і проблем в самій групі, її власних протиріч і конфліктів.

У даний час широко використовується ситуаційний підхід до міжгрупових конфліктів. Такий підхід передбачає пошук зовнішніх факторів, що впливають на психологічні явища. М. Шериф в ході експерименту виявив, що ситуація істотно впливає на міжгрупову взаємодію.

Міжгрупові конфлікти можуть виконувати наступні функції: згуртування групи, що захищає справедливі інтереси; поділ групи, що захищає незаконні інтереси; затвердження статусу індивіда в групі і т. д.

Управління міжгруповими конфліктами включає в себе: прогнозування конфліктів (робота з лідерами груп, аналіз громадської думки, виявлення ранніх проявів міжгрупових конфліктів в латентній фазі); запобігання конфліктів (застосування заходів з нейтралізації факторів, що породжують конфліктну ситуацію); активну роботу з лідерами з обміну інформацією про потенційних конкурентів; використання педагогічних і адміністративних заходів щодо запобігання мотивів насувається конфлікту; вирішення конфлікту (легітимізація конфлікту,

встановлення норм і правил взаємодії для вирішення конфлікту, інституціоналізація конфлікту, створення робочих груп для вирішення конфлікту); вирішення конфлікту (організація переговорного процесу для вирішення конфлікту, укладення угоди про узгодження інтересів і позицій конфлікуючих сторін).

Критерієм наявності внутрішньогрупового конфлікту є руйнування внутрішньогрупових зв'язків. Вчені сходяться на думці, що конфлікт-це негативне явище для групи. У групах існує тенденція знаходити гармонію у відносинах.

Козер назвав реалістичними соціальні конфлікти в групах, викликані конкретними проблемами, пов'язаними з його діяльністю і цілями.

К. Левін звернув увагу на те, що більшу частину свого життя індивід виступає в якості члена соціальної групи.

Найбільш важливим фактором, що визначає частоту конфліктів, є загальний рівень напруженості. Будь-який конфлікт в організації, як правило, має сильний руйнівний заряд. Спонтанний розвиток конфлікту дуже часто призводить до порушення нормального функціонування організації.

У багатьох випадках наявність конфліктів є показником того, що організація розвивається, а не стоїть на місці, поступово загниваючи і розвалюючись. Якщо організація живе без конфліктів, вона вмирає. Завдання полягає не в тому, щоб усунути конфлікти з життя організації, а в тому, щоб розробити способи їх конструктивного вирішення. Для цього необхідно розібратися в механізмах виникнення і розвитку конфліктної ситуації.

Члени організації-це люди з різним досвідом, різними цілями, і вони вирішують різні завдання в організації. У них різні інтереси і різні відносини. І дуже часто виникають ситуації, коли цілі окремих співробітників або навіть цілих підрозділів суперечать один одному. Якщо співробітникам доводиться взаємодіяти один з одним в своїх умовах праці, то виникає конфлікт.

Міжгрупові конфлікти в організаціях можуть виникати як між структурними підрозділами, так і між групами співробітників одного і того ж підрозділу. Якщо розрізняти конфлікти за їх джерелами, то найбільш поширеними з них є наступні (рис.1.3.) стратегії управління конфліктами.

Міжособистісні конфлікти в організаціях-це в основному, по-перше, вертикальні конфлікти, коли конфлікуючі сторони знаходяться на різних рівнях ієрархії управління, і, по-друге, горизонтальні конфлікти, коли



Рис. 1.3 Джерела конфліктів

сторони знаходяться на одному рівні ієрархії. [15, с. 46-54].

Таким чином, в організації існують різні типи конфліктів: особисті, міжособистісні, міжгрупові і внутрішньогрупові.

Особистий конфлікт-це боротьба, яка відбувається у внутрішньому світі людини. Особистий конфлікт може бути викликаний різними причинами: зіткненням різних мотивів; несумісними ідеями і так далі.

Міжособистісний конфлікт виникає в результаті порушення спілкування. Спілкування є нормальним, якщо узгоджені інтереси учасників, їх погляди на поточну ситуацію і правила реалізації їх інтересів.

Конфлікт-це спілкування, в якому дії людей, що піклуються про свої інтереси, не координуються. У міжгруповому конфлікті групи є сторонами конфронтації. Таке протистояння засноване на зіткненні протилежних інтересів, цінностей і цілей. Причиною внутрішньогрупового конфлікту є руйнування внутрішньогрупових зв'язків.

Характер групи істотно впливає на специфіку конфлікту і її функції. Групи, що знаходяться в конфлікті з іншими групами, як правило, включають своїх членів більш особисто в свою загальну діяльність і пригнічують відхилення від єдності групи.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Створення сприятливого клімату є не тільки відповідальним, а й творчим, що вимагає знання його природи і засобів регулювання, вміння передбачати можливі ситуації у взаєминах членів групи. Створення хорошого соціально-психологічного клімату вимагає, особливо від керівників бізнесу,

розуміння психології людей, їх емоційного стану, настрою, переживань, переживань і відносин один з одним.

Соціально-психологічний клімат – це емоційне відображення психологічних зв'язків членів команди, що виникають на основі їх близькості, симпатії, збігу характерів, інтересів і схильностей. Він вважає, що клімат відносин між людьми складається з трьох кліматичних зон. Перша кліматична зона – це соціальний клімат, який визначається тим, в якій мірі цілі і завдання реалізуються в цій групі і в якій мірі тут гарантовані всі конституційні права і обов'язки працівників як громадян. Третя кліматична зона – це психологічний клімат, неформальні відносини, які складаються між співробітниками, що знаходяться в безпосередньому контакті один з одним.

Для запобігання конфліктів ми пропонуємо керівникам організацій розробити певні принципи взаємовідносин з підлеглими і послідовно дотримуватися їх на практиці для забезпечення стабільності та необхідної спрямованості цих відносин, у тому числі: підтримка почуття власної гідності у підлеглих. Коли людина відчуває себе більш впевнено, ефективність його роботи також підвищується, зосередиться не на особистості, а на проблемі. Це дозволяє менеджеру створювати умови для співпраці, використання методу підкріплення, тобто позитивної реакції керівника на бажані дії і негативної або взагалі ніякої реакції – на дії, які небажані, активне слухання, яке дозволяє іншій стороні бути впевненою в тому, що їх правильно зрозуміли, формулювання чітких вимог і підтримання контактів зі співробітниками.

**Література:**

1. Воронкова В.Г. Кадровий менеджмент. К.: ВД „Професіонал”, 2004. 176 с.
2. Дворецька Г.В. Соціологія праці: Навч. посібник. К.: КНЕУ. 2001. 244с.
3. Дубенко С. Кадрова політика – пріоритетний напрям створення дієздатного державного апарату. Україна: поступ у XXI ст.: Наук.-метод. поради лектору / Ред. В.І. Луговий. К.: Вид-во УАДУ, 2000. 220 с.
4. Егоршин А.П. Формирование эффективного коллектива. *Управление персоналом*. 2005. № 13(119). С. 60-65.
5. Кибанов А.Я. Управление персоналом: регламентация труда. 2-е изд., перераб. и доп./ А.Я. Кибанов, Г.А. Мамед-Заде, Т.А. Родкина. К.: Экзамен, 2001. 640 с.
6. Экономико-математические методы и модели в планировании и управлении / В.Н. Кухарев, В.И. Салли, А.М. Эрперт. К.: Вища шк., 1991. 304 с.
7. Щекін Г.В. Як ефективно управляти людьми: психологія кадрового менеджменту : Наук.-практ. посібник. К.: МАУП, 1999. 400 с.
8. Semenets-Orlova, I., Halytska, N., Klochko, A., Skakalska, I., & Kosyuk, N. (2019). Information exchange and communication infrastructure in the public sector. Paper presented at the CEUR Workshop Proceedings, , 2588 Retrieved from www.scopus.com.
9. Semenets-Orlova, I., Shevchuk, R., Plish, B., Grydiushko, I., & Maistrenko, K. (2022). Innovative approaches to development of human potential in modern public administration. *Economic Affairs (New Delhi)*, 67(4), 915-926. doi:10.46852/0424-2513.4s.2022.25.

**References:**

1. 1.Voronkova, V. (2004). Kadrovyi menedzhment [Personnel Management]. K.: VD „Profesional”. 176 s.
2. Dvoretzka, H. (2001). Sotsiologhiia pratsi [Sociology of Work]. Navch. posibnyk. K.: KNEU. 244 s.
3. Dubenko, S. (2000). Kadrova polityka – priorytetnyi napriam stvorennia diiezdatnoho derzhavnoho aparatu. Ukraina: postup u XXI st. [HR policy is a priority direction for creating an efficient state apparatus] *Nauk.-metod. porady lektoru*. K.: Vyd-vo UADU. 220 s.
4. Ehorshyn, A. (2005). Formyrovanye efektyvnoho kollektyva [Formation of an Effective Team]. *Upravlenye personalom*. Vol. 13(119). S. 60-65.
5. Kybanov, A. (2001). Upravlenye personalom: rehlamentatsyia truda [Personnel Management]. 2-e yzd., pererab. y dop. K.: Ekzamen, 2001. 640 s.
6. Kukharev, V. (1991). Ekonomyko-matematycheskye metody y modely v planyrovanyy y upravlenyy. K.: Vyshcha shk. 304 s.
7. Shchokin, H. (1999). Yak efektyvno upravliaty liudmy: psykholohiia kadrovoho menedzhmentu : Nauk.-prakt. posibnyk. K.: MAUP. 400 s.
8. Semenets-Orlova, I., Halytska, N., Klochko, A., Skakalska, I., & Kosyuk, N. (2019). Information exchange and communication infrastructure in the public sector. Paper presented at the CEUR Workshop Proceedings, , 2588 Retrieved from www.scopus.com.
9. Semenets-Orlova, I., Shevchuk, R., Plish, B., Grydiushko, I., & Maistrenko, K. (2022). Innovative approaches to development of human potential in modern public administration. *Economic Affairs (New Delhi)*, 67(4), 915-926. doi:10.46852/0424-2513.4s.2022.25.

УДК 316.62+159.9+378.14

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.9>**Галина КОВАЛЬЧУК**

доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри педагогіки та психології, Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, проспект Перемоги, 54/1, Київ, Україна, 03057

ORCID: 0000-0002-8328-1471

**Юрій БАНІТ**

здобувач кафедри педагогіки та психології

Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, проспект Перемоги, 54/1, Київ, Україна, 03057

ORCID: 0000-0003-2078-997X

**Galyna KOVALCHUK**

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor Pedagogic and Psychology Department, Kyiv National Economic University named after Vadym Hetman, Peremohy Avenue, 54/1, Kyiv, Ukraine, 03057

ORCID: 0000-0002-8328-1471

**Yury BANIT**

Aspirant at Pedagogic and Psychology Department, Kyiv National Economic University named after Vadym Hetman, Peremohy Avenue, 54/1, Kyiv, Ukraine, 03057

ORCID: 0000-0003-2078-997X

## ПІДПРИЄМНИЦЬКА ТВОРЧІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У КОНТЕКСТІ МАСОВОЇ СВІДОМОСТІ

## ENTREPRENEURIAL CREATIVITY AS A FACTOR OF MENTAL HEALTH IN THE CONTEXT OF MASS CONSCIOUSNESS

*Статтю присвячено дослідженню актуальної для сучасної теоретичної та практичної психології проблеми – забезпечення психічного здоров'я у контексті локальних соціальних утворень. Показано відмінності окремих підходів до понятійного тлумачення терміну «психічне здоров'я» в українській та зарубіжній теорії та практиці.*

**Мета статті:** висвітлити можливості підприємницької творчості як вагомого чинника забезпечення психічного здоров'я та соціальної інтеграції для соціальної взаємодії та соціально-орієнтованого навчання у процесі професійної підготовки студентів – майбутніх економістів.

Значну увагу приділено аналізу змісту і чинників психічного здоров'я у контексті його значимості для соціально-економічного розвитку місцевих громад. Підкреслено значимість психічного здоров'я й психологічного благополуччя для соціальної інтеграції та згуртованості локальних спільнот. Зазначено важливість трудової активності й творчості як чинників психічного здоров'я на індивідуальному рівні. Обґрунтовано зворотний вплив економічної (підприємницької) продуктивності на забезпечення психічного здоров'я.

Подано результати дослідження щодо методів розвитку соціальної згуртованості в процесі професійної підготовки майбутніх економістів засобами підприємницької творчості.

Здійснено спробу зафіксувати роль підприємницької творчості для розвитку навичок спільної діяльності та формування згуртованості учасників робочих груп. Підприємницьку творчість представлено як чинник для реалізації власних здібностей і потенціалу, щоб працювати продуктивно і плідно і приносити користь своєму оточенню.

Розкрито деякі відмінності взаємодії студентів як учасників спільнот у соціальних мережах, з урахуванням теорії соціального проникнення. Вперше представлено авторську позицію щодо можливостей і методів розвитку спільної підприємницької творчості у фаховій підготовці студентів-майбутніх економістів при вивченні дисциплін психолого-педагогічного циклу. На основі емпіричного дослідження зроблено висновок, що в процесі професійного навчання студентів – майбутніх економістів доцільно знайомити з різними засобами та змістом забезпечення психічного здоров'я. Для цього в процесі вивчення дисциплін психолого-педагогічного циклу (наприклад, психологія і педагогіка) студенти знайомляться з поняттями психічного здоров'я, психологічного благополуччя, суб'єктивного благополуччя, аналізують чинники і детермінанти цих феноменів, інструменти підприємницької творчості для забезпечення та відновлення психічного здоров'я. Обґрунтовано застосування дидактичних завдань проектного характеру в мікрогрупах для інтеграції взаємозв'язків фахових та соціально-психологічних компетентностей майбутніх економістів, які є засадничими для забезпечення психічного здоров'я.

**Ключові слова:** психічне здоров'я, психологічне благополуччя, масові психічні явища, соціальна інтеграція, Я-концепція, самоуправління, СМС, підприємницька компетентність, спільна підприємницька творчість.

The article is devoted to the study of a problem relevant for modern theoretical and practical psychology - provision of mental health in the context of local social formations. The differences of individual approaches to the conceptual interpretation of the term "mental health" in Ukrainian and foreign theory and practice are shown.

**The purpose of the article:** to highlight the possibilities of entrepreneurial creativity as an important factor in ensuring mental health and social integration for social interaction and socially oriented learning in the process of professional training of students - future economists.

Considerable attention is paid to the analysis of the content and factors of mental health in the context of its significance for the socio-economic development of local communities. The importance of mental health and psychological well-being for social integration and cohesion of local communities is emphasized. The importance of labor activity and creativity as factors of mental health at the individual level is indicated. The inverse influence of economic (entrepreneurial) productivity on the provision of mental health is substantiated.

The results of the study on the methods of developing social cohesion in the process of professional training of future economists by means of entrepreneurial creativity are presented.

Some differences in the interaction of students as members of communities in social networks are revealed, taking into account the theory of social penetration. For the first time, the author's position is presented regarding the possibilities and methods of developing joint entrepreneurial creativity in the professional training of students-future economists when studying the disciplines of the psychological-pedagogical cycle.

**Conclusion.** On the basis of empirical research, it was concluded that in the process of professional training of students - future economists, it is advisable to familiarize them with various means and contents of mental health care. For this, in the process of studying the disciplines of the psychological and pedagogical cycle (for example, psychology and pedagogy for economists), students get acquainted with the concepts of mental health, psychological well-being, subjective well-being, analyze the factors and determinants of these phenomena, tools of entrepreneurial creativity for provision and restoration of mental health. The use of didactic tasks of a project nature in microgroups for the integration of interrelationships of professional and socio-psychological competences of future economists, which are essential for ensuring mental health, is substantiated.

**Key words:** mental health, mass mental phenomena, perception, I-concept, self-management, СМС, entrepreneurial competence, joint entrepreneurial creativity.

**Актуальність дослідження.** Феномен психічного здоров'я має важливе значення для кожної соціально-економічної спільноти. Зміст психічного здоров'я характеризує повноту психологічного задоволення й суб'єктивного благополуччя, відповідність поведінкових реакцій, адекватну соціальну інтеграцію, що підтримує певний соціальний статус. Забезпечення якості психічного здоров'я на первинному індивідуальному рівні кожного члена спільноти сприяє ефективності та якості життя на вищих рівнях соціальної комунікації (групи, колективу, фахової спільноти тощо). Проблема забезпечення належного рівня психічного здоров'я особливо актуалізована в період загострення масових психічних явищ в екстремальних умовах (соціальних панічних настроїв, суспільного песимізму, впливів пандемічного характеру, політичного й техногенного тиску, військових конфліктів тощо).

Сучасні акценти у програмах заходів для забезпечення психічного здоров'я переважно стосуються надання допомоги при певних розладах психіки й поведінки, проведення просвітницьких ініціатив, реалізації освітніх проектів у психотерапевтичних методах [15]. Відзначається, що необхідними для психічного здоров'я є уміння соціальної взаємодії. Зазначається важливість фізичної, трудової активності й творчості як чинників психічного здоров'я на індивідуальному рівні. Психічне здоров'я тут розглядається як умова відповідної соціальної інтеграції. Однак, майже не досліджується значення економічної активності, зокрема підприємницької

діяльності й творчості для забезпечення психічного здоров'я на різних рівнях соціальної взаємодії.

З урахуванням вищезазначеного, **метою даної статті** є висвітлити можливості підприємницької творчості як вагомого чинника забезпечення психічного здоров'я та соціальної інтеграції для соціальної взаємодії та соціально-орієнтованого навчання у процесі професійної підготовки студентів.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій,** виокремлення нерозв'язаних частин загальної проблеми. Теоретичне підґрунтя для нашого дослідження становлять теоретичні підходи до аналізу феномену «психічного здоров'я», його компонентів, детермінант, ознак, індивідуального та суспільного значення тощо. Психічне здоров'я активно досліджується та розглядається у багатьох наукових і суспільних сферах – медицини, охорони громадського здоров'я, психології, освіти, соціології, державного управління, антропології тощо. Це забезпечує комплексний міждисциплінарний підхід до даної проблеми. Питання психічного здоров'я пов'язані з різними аспектами розвитку особистості, кар'єри, сім'ї, поведінки у кризових ситуаціях, поширення масових деструктивних станів, депресій, стресів, панічних настроїв, фобій тощо.

Багато заходів з охорони психічного здоров'я ґрунтуються на понятті «відновлення». Тут визначальним є те, чи ми ведемо життя, яке хочемо, чи досягаємо своїх особистих цілей, чи є в нас друзі, чи маємо зв'язки з громадою, чи ми робимо внесок і чи

висловлюємо вдячність певною мірою. «Відновлення пов'язане з максимальним використанням своїх навичок та здібностей, коли ви будете те життя, до якого прагнете». Традиційне та клінічне розуміння відновлення ... стосується здобуття контролю над своєю ідентичністю та життям, ведення життя, яке має значення – в межах роботи, стосунків чи громадської залученості [26, с. 3-5].

Близьким до поняття «психічне здоров'я» вчені вважають психологічне благополуччя, психологічне здоров'я, задоволеність життям, суб'єктивне благополуччя (Дворник М., Дубина Л., Забаровська С., Каргіна Н., Левенець Н., Лефтеров В., Heidrich Susan, Ryff & Keyes та ін.). До складників стану психічного здоров'я вчені відносять позитивні стосунки з іншими, внесок у благополуччя інших, відчуття компетентності та спроможності здійснювати осмислену активність, наявність персональних цілей, самоповага та оптимізм (Дворник М., 2020) [6]. На основі наведеного, можемо вважати, що феномен психічного здоров'я має комплексний зміст, його компонентами якраз і є психологічне благополуччя, конструктивна активність та соціальна інтеграція, які формуються на ресурсах гедоністичної та евдемонічної традицій (Каргіна Н. В., 2019) [12].

Левенець Н. (2021) аналізує поширені підходи до розуміння сутності психологічного благополуччя: базові (гедоністичний та евдемонічний), а також інтегрований, аксіологічний та суб'єктно-вчинковий підходи [16]. Для цілей нашого дослідження представляють інтерес *інтегрований підхід* (згідно теорії самодетермінації задоволення життям та рух до самореалізації розкриваються через організацію життєвої активності людини та взаємодію з соціумом, це визначає здатність до особистісного зростання, соціальної інтегрованості, благополуччя, самоконгруентності, психологічного здоров'я, яке характеризує як особистісний аспект життя так і стосунки з соціумом) та *суб'єктно-вчинковий підхід* («передбачає розуміння людини як цілісної інтегрованої самодіяльної істоти, що здатна на здійснення високоморального, відповідального вчинку, та вільного, творчого діяння, що є її способом автентичного буття»; тут стан психологічного благополуччя означає відчуття змістовної наповненості й цінності життя як засобу досягнення і внутрішніх і соціально-орієнтованих цілей.) [16, с. 16].

Американські дослідники (Ryff, Keyes, 1995) обґрунтовують, що структура психологічного благополуччя включає шість компонентів: автономія, оволодіння оточу-

ючим середовищем, особистісне зростання, позитивні стосунки з іншими, мета в житті, самоприйняття (За даними Американської психологічної асоціації: *PsycINFO (c) 2016 APA*). На думку більшості вчених, благополуччя – це не тільки відсутність захворювань чи недомагань, а складна комбінація фізичного, психічного, емоційного й соціального стану здоров'я людини. Значення психологічного благополуччя впливає також на мету людського життя [22]. Про значення суб'єктивного локусу контролю для стану психічного здоров'я також наголошують американські вчені Gardner, Deborah & Helmes, Edward (1999) [7].

Лефтеров В. О. (2013) акцентує, що психологічне здоров'я людини насамперед пов'язане з її психологічним благополуччям, якістю життя в цілому, розрізняє поняття «актуальне психологічне благополуччя» й «ідеальне психологічне благополуччя», у якому уявлення про «ідеальне» виступає глобальним інструментом оцінки людиною свого буття. Автор обґрунтовує зв'язок психологічного благополуччя з особистісними якостями та соціальними характеристиками самої людини (сенсожиттєвими орієнтаціями, суверенністю психологічного простору, стратегіями життя тощо), й наголошує на важливості вивчення психологічного здоров'я та благополуччя особистості в екстремальних умовах життєдіяльності, із посиленням природних, антропогенних і техногенних впливів на людину. «Антропологічна теорія розглядає психологічне здоров'я як стан, що характеризує процес і результат нормального розвитку суб'єктивної реальності в межах індивідуального життя. ... норма психологічного здоров'я є те краще, що можливе в конкретному віці для конкретної людини за відповідних умов розвитку» [17, с. 48].

В загальноприйнятих теоріях здоров'я і благополуччя ключовими є аспекти позитивного функціонування людини в спільноті. Важливим для нашого дослідження є також висновок Heidrich, Susan & Ryff, C.D. (1993) про те, що існує тісний взаємозв'язок між фізичним і психічним здоров'ям, який опосередковує система «Я» (Я-концепція). Автори розглядають такі опорні точки: соціальна інтеграція («Я» щодо соціальної структури), соціальні порівняння («Я» щодо інших), та внутрішня самооцінка. Визначальними чинниками встановлені соціальна інтеграція та соціальні порівняння, зокрема, *сприятливі соціальні порівняння допомагають зберегти психічне здоров'я*. До особистісних результатів психічного здоров'я дослідники віднесли

стресостійкість, благополуччя і результати розвитку [9].

З вищенаведеного огляду великого спектра першоджерел щодо суті, забезпечення та відновлення психічного здоров'я можемо зробити узагальнення, що на теперішній час в основному визначено методологічні засади вирішення цієї проблеми, проаналізовано компоненти, чинники й ресурси збереження психічного здоров'я, схарактеризовано заходи і методи охорони психічного здоров'я [8; 11; 14; 18; 25; 26]. Однак, ще недостатньо досліджень взаємозалежності й зв'язку індивідуального психічного здоров'я та соціальної взаємодії учасників спільнот, а також зворотного впливу економічної активності суб'єкта соціальних відносин (економічних чинників) на забезпечення психічного здоров'я, що й спричинило наш інтерес до питання можливостей економічної (підприємницької) творчості для збереження психічного здоров'я з молодих літ.

**Методи дослідження:** переважно на базі теоретичних досліджень, експериментальних спостережень та відповідей, отриманих у ході опитувань та бесід зі студентами. Дослідження являє собою попередній тест дизайну розвитку підприємницької творчості майбутніх економістів у процесі професійного навчання. Група осіб, які брали участь у дослідженні протягом 2020-2022 рр., складається зі студентів 1-х, 3-4-х курсів спеціальності «фінанси» й «економічна та бізнес-освіта» КНЕУ, віком від 17 до 20 років, загалом понад 650 осіб. Для цілей цього дослідження вибірка розглядається як гомогенна, оскільки немає значущої різниці в результатах дослідження між учасниками всередині самої групи. Участь студентів у цьому дослідженні (в опитуваннях і виконанні завдань) була абсолютно добровільною і не пов'язаною з поточним та підсумковим оцінюванням, студентам було повідомлено про підготовку аналітичної статті.

#### **Виклад основного матеріалу.**

Хороше психічне здоров'я і благополуччя необхідні кожному для того, щоб вести повноцінне життя, повністю реалізувати свій потенціал, брати продуктивну участь у житті наших спільнот і демонструвати життєстійкість перед викликами страждань (д-р Тедрос Адханом Гебрейесус, Генеральний директор Всесвітньої організації охорони здоров'я, 2022) [25, с. v]. В Комплексному плані дій ВООЗ (2022) психічне здоров'я концептуально представляється як стан благополуччя, при якому *індивід матеріалізує власні здібності, може справлятися з нормальними життєвими стресами, може працювати*

*продуктивно і плідно і здатний приносити користь своєму оточенню.* Доведеним фактором психічних розладів є соціально-економічні негаразди, які людина переживає в юному віці. Стосовно дітей основна увага приділяється аспектам розвитку, наприклад оволодіння позитивним відчуттям своєї особистості, здатністю оволодівати думками, емоціями і будувати соціальні стосунки, а також здатність навчатися й набувати знань, що, зрештою допомагає забезпечити їх усесторонню участь у житті суспільства [25].

Значимість психічного здоров'я та психічного благополуччя підкреслюється у Європейській декларації з охорони психічного здоров'я, в якій визначено ці найважливіші передумови для хорошої якості життя і продуктивної діяльності окремих осіб, сімей, місцевих спільнот і народів загалом, так як вони дозволяють людям сприймати своє життя як повноцінне й значиме і бути активними й креативними членами громади [8; 11]. Найважливіша мета зусиль з охорони психічного здоров'я полягає у забезпеченні більш високого рівня благополуччя й повсякденного функціонування людей, з використанням їх сильних сторін на наявних ресурсів, для підвищення їх стійкості до зовнішніх негативних впливів та посилення захисних зовнішніх факторів (EUR/04/5047810/6) [11].

На думку вітчизняних фахівців, психологічно здорова людина – життєрадісна і творча, відкрита до пізнання себе і світу, усвідомлює власні відчуття, приймає саму себе, визнає цінність інших людей. «Така людина покладає відповідальність за своє життя перш за все на саму себе і отримує уроки з несприятливих ситуацій. Її життя наповнене сенсом, хоча вона не завжди формулює його для себе. Вона знаходиться в постійному розвитку і, звичайно, сприяє розвитку інших людей» [18].

У міжнародних документах зазначається значимість місцевого контексту щодо ризику виникнення проблем в області психічного здоров'я. Зокрема, до вразливих окремих осіб та соціальних груп відносять, зокрема, людей, які живуть у злиднях і крайній нужді, дітей в умовах жорстокого поводження, дискримінованих і стигматизованих осіб, людей, які зазнають порушення прав людини, які опинилися в умовах конфліктів, природних і гуманітарних катастроф. Новим явищем відзначають погіршення психічного здоров'я у безробітній молоді, а також у зв'язку з надмірною робочою завантаженою і стресом, особливо у працюючих жінок. До макроекономічних чинників віднесено насамперед глобальну фінансово-економічну кризу [25, с. 2].



Українські фахівці вказують кілька груп ознак погіршення психічного здоров'я [18]. Так, до *емоційно-когнітивних ознак* відносять такі: пригнічений настрій, тривале необґрунтоване відчуття тривоги, дратівливість, прояви злості до себе та оточуючих, повторювані негативні думки про себе, про оточуючих, про майбутнє, знижена концентрація і увага, апатія, неухважність. До *соціальних ознак* відносять: відсутність бажання спілкуватися з людьми, труднощі з функціонуванням в колективі; надмірна соціальна активність в реальному житті або в соціальних мережах, залежність від соцмереж, інтернет-залежність; труднощі в комунікації з реальними людьми; зловживання алкоголем, наркотичними речовинами, ліками (застряглий тип особистості); проблеми в навчанні або на роботі при виконанні завдань; відсутність життєвих інтересів, мотивації. Є також і низка фізіологічних ознак.

Як впливає із вищевказаного, психічне здоров'я є індивідуальною характеристикою людини, водночас визначає якість соціальної інтеграції членів спільнот і загалом суспільного життя. Характеристика окремих компонентів психічного здоров'я визначається акцентами досліджень та уваги на певних аспектах цього феномену. Так, на думку норвезьких дослідників, покращення психічного здоров'я пов'язано з підвищенням рівня соціокультурної інтеграції у спільноті. Тобто, розвиток спільноти, соціальна підтримка, інтеграція у місцеву спільноту – усе це сприяє забезпеченню й підтриманню психічного здоров'я, а найбільш дезінтегровані спільноти демонструють слабке психічне здоров'я (Sørensen, Tom & Mastekaasa, Arne & Kleiner, Robert & Sandanger, Inger & Vøe, Nils & Klepp, Olav, 2004) [23]. Активна й продуктивна взаємодія членів спільноти дає змогу також формувати «грамотність щодо благополуччя», здібності (якими ми можемо бути і що ми можемо робити), здатність використовувати мову про благополуччя для забезпечення благополуччя (Oades, L. G., Ozturk, C., Hou, H., & Slemm, G. R., 2020) [19].

Важливе значення для формування психічного здоров'я мають освіта і досвід роботи, що визначають і відмінності в життєвих цілях. Дослідження показують краще самопочуття людей з партнерами, сім'єю та освітою, що впливають на благополуччя у праці. Більш високий рівень освіти пов'язаний з відчуттям щастя і задоволення і сильно впливає на доходи (Ruff Carol & Heidrich Susan, 1997) [21]. Дослідники вказують помітні вікові відмінності предикторів психологічного бла-

гополуччя: для молодих людей це життєва (професійна) діяльність, для середнього віку – вплив сім'ї та друзів, у старшому віці – попередня робота й навчальний досвід. Для особистісного зростання у молодих людей важливими позитивними предикторами виявились атипові стресові переживання (ненормативні події) [21].

Забаровська С., Дубина Л. (2022) обґрунтовують, що «психологічне благополуччя особистості можна розуміти як інтегрований, досить стійкий психологічний стан, який виявляється у переживанні задоволеності від життя та відчутті повноти власного функціонування», «у структурі психологічного благополуччя особистості значне місце займає суб'єктивне ставлення, тобто ставлення самої особистості до себе, інших людей, власного життя, майбутнього. У значній мірі ставлення визначає оцінку явищ і подій життя, спосіб реагування та інтерпретацію досвіду» [27].

Отже, розумова та фізична активність, самоконтроль, особистісне зростання, освітній рівень, професійна діяльність, життєва цілеспрямованість, фінансова достатність, соціальна інтеграція – загальні універсальні чинники, що створюють фундамент для конструкції психічного здоров'я й благополуччя.

Яким же чином враховувати ці позитивні предиктори психічного (психологічного) здоров'я у процесі навчальної діяльності та професійної підготовки молоді, відповідно до завдань, поставлених у документах міжнародного й національного законодавства?

Одним із шляхів, названих вище, є формування «грамотності щодо благополуччя». Серед таких: розвиток системи популяризації психічного здоров'я та профілактики психічних розладів за рахунок проведення заходів, що спрямовані на зміцнення інституту сім'ї, підвищення психологічної компетентності педагогів, батьків або осіб, що їх замінюють, з питань збереження психічного здоров'я дітей; здійснення психологами закладів освіти моніторингу ознак, тенденцій, ризиків ... та проведення корекційно-відновлювальної роботи з учнями щодо підтримки їх психоемоційного здоров'я; ... профілактики психічних розладів та вироблення стресостійкості ..., програм у режимі реального часу з основ психічного здоров'я та заходів розвитку стресостійкості цивільного населення. Оптимальний варіант розв'язання проблеми у сфері охорони психічного здоров'я базується на збиранні та аналізі достовірної інформації, концептуальних підходах до служб психічного здоров'я, прикладах розв'язання проблем з психічним

здоров'ям в інших країнах та етичних принципах щодо психічного здоров'я [15].

Однак, очевидно, що цих заходів є недостатньо, й самі по собі вони не відповідають потребам часу і вимогам міжнародних комплексних планів у сфері психічного здоров'я. Європейська декларація (2005) визначає, що сприяння широкому усвідомленню важливого значення психічного благополуччя є серед пріоритетних завдань наступного десятиліття. Психічне здоров'я – одна із найважливіших складових людського, соціального й економічного потенціалу націй, тому охорону психічного здоров'я потрібно розглядати як невід'ємний і необхідний компонент соціальної політики в інших сферах, таких як захист прав людини, соціальне забезпечення, освіта і забезпечення трудової зайнятості [11, с. 8].

Як зазначено вище, сутнісною характеристикою психічного здоров'я визнано *стан благополуччя індивіда* – тобто суб'єктивне відчуття «душевного комфорту», яке «хтось» повинен безпосередньо забезпечити або допомогти забезпечити. Така позиція (якщо вона культивується) призводить до протиставлення індивідуума спільноті, збільшення фрустрації, емоційної деривації, відокремленості від соціальної взаємодії. Для деякої компенсації цих явищ люди беруть участь у соціальних мережах у спосіб «сед-фішинг» (публікація особистих негативних історій і переживань для отримання емоційної підтримки), зрештою, продуктивна соціальна взаємодія ще більше порушується, створюється фон для розгортання таких масових психічних явищ як песимізм (зменшення соціального оптимізму); наростання соціальної напруженості (масові протестні події), у локальних мережних спільнотах (професійне середовище, навчальні соціуми, життєві локації тощо) – цькування, булінг, canceling, позбавлення голосу (no-voting), дискримінація за будь-якими індивідуальними ознаками (вік, гендер, стать, етнічна належність, майновий/соціальний статус тощо). Тобто, у не споріднених спільнотах (не сім'я) психічні розлади й порушення психічного здоров'я є наслідком порушення продуктивної соціальної взаємодії та конкуренції за внутрішній перерозподіл наявних економічних чи соціальних ресурсів тощо.

Вирішення подібних проблем пропонується на рівні місцевих громад / локальних спільнот засобами спеціалізованих тренінгів з відновлення [26], регулярні зустрічі, спільні обговорення та дискусії, «мозкові штурми» щодо ідей, планів, заходів [14]. На індивіду-

альному рівні людині – отримувачу послуг з охорони психічного здоров'я, наприклад, пропонуються такі поради для, які допоможуть визначити свої мрії та цілі [26]: • Поміркуйте над тим, що для вас важливо, наприклад, кар'єра, освіта, належне житло, бути частиною групи чи громади, волонтерство для допомоги іншим або релігійні/політичні переконання. • Пригадайте різні види діяльності чи досвід, які вам приносили задоволення. • Поміркуйте над тим, чого б ви хотіли досягнути у своєму житті. • Поміркуйте над тим, що приносить вам радість – у чому ваша пристрасть? • Погортайте журнали, газети чи пошукайте в інтернеті або поговоріть із друзями та родичами, щоб отримати ідеї.

Як бачимо ці поради мають діяльнісний індивідуалістичний характер, та зрештою потребують наступного самостійного «виходу» назовні у своє соціальне середовище, де людина знову опиняється під тиском можливого нерозуміння і необхідністю побудови нових соціальних зв'язків.

На нашу думку, великі можливості для формування «*грамотності щодо благополуччя*» надає вивчення психолого-педагогічних та економічних дисциплін у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців для галузей економіки та бізнесу. Розглянемо ці можливості на прикладі навчання студентів – майбутніх економістів з дисциплін «Психологія та педагогіка», «Розвиток підприємництва та підприємливості», «Психологія», які викладають на всіх економічних спеціальностях різних курсів (у Київському національному економічному університеті). В рамках названих дисциплін не передбачено окремих тем чи модулів щодо психічного здоров'я. Однак, загалом навчальний дизайн курсів дозволяє включати окремі питання екзистенційного змісту, вивчення яких забезпечує підґрунтя для самопізнання в системі «Я – серед людей», що є складовою власної моделі психологічного благополуччя. Важливими предикторами для формування такої моделі, на нашу думку, є наявність початкового (первинного) досвіду господарської підприємницької діяльності, участь у комп'ютерно-опосередкованих комунікаціях (СМС) та соціальна (мережева) активність, що є елементами соціального проникнення. Комп'ютерно-опосередкована комунікація (СМС) сприяє зменшенню невпевненості щодо себе та інших, викликає саморозкриття, вираження почуттів, думок, страхів, інтимної інформації про себе тощо. Розкриття розуміється як акт прив'язаності й симпатії, що посилюється в комп'ютерному середовищі. Люди сприймають коментарі як

запрошення до висловлювання. Їх зазвичай спонукають до поведінки, яка підтримується їх однолітками, щоб їх не вважали недоречними (Jang, Jeong-woo & Kashian, Nicole & Shin, Soo & Dai, Nancy & Walther, Joseph, 2017) [10].

Соціальна мережева активність виражена через присутність на багатьох платформах, кількість акаунтів у тематичних, авторських і загально-інформаційних мережах, коментажну активність<sup>1</sup>. Усе це забезпечує створення причетності до певної спільноти, адже прагнення до соціалізації є природним гуманістичним процесом. Соцмережі (СМ) створюють можливість для спілкування, саморозвитку, доступності інформаційних першоджерел, платформи для розвитку бізнесів та соціальних процесів тощо.

Водночас, індивідуальна активність у СМС та соціальних мережах має і певні несприятливі наслідки, зокрема й для загального стану психічного здоров'я. А саме: непродуктивні витрати часу (мінімальна тривалість перебування в мережі 2,5-3 год. на добу), перевантаження нервової системи різноманітною інформацією, саморозкриття без наступної симпатії та прийняття, зростання тривожності, зміна гормонального фону учасника залежно від змісту інформації, вплив нейро-маркетингу, втрата навичок реального спілкування, обмін символічними повідомленнями, інтернет-залежність, яка призводить до розвитку комплексу неповноцінності, віртуалізація власного «Я» тощо.

Виявлено, що студенти, які мають будь-який досвід господарської (економічної активності) – тобто, мають навички представляти свій продукт (послуги) на локальний соціально-економічний ринок, менше часу проводять у соцмережах загально-інформаційного характеру, мають нижчий рівень тривожності, меншу коментажну активність, меншу залежність від схвалення інших учасників мережі, більший вибір видів активності. Студентам, які мають власний підприємницький результат, мало цікавить мережева активність «просто, щоб поспілкуватися». Їх інтереси спрямовані на перспективу власного розвитку й професійного/ділового самовизначення.

Наявність первинного досвіду господарської детермінують розвиток підприємницької творчості (креативності). На думку Kaur Gurpreet (2022) креативність – це здатність бачити світ по-новому, знаходити приховані закономірності, встановлювати нові зв'язки, генерувати нові ідеї [13]. Креативний та інновацій-

ний підприємець може визначити можливості й створити нову цінність для своїх клієнтів, він здатний вирішити проблеми свого клієнта ще до того як вони усвідомлені. Автори пропонують декілька практик, щоб сприяти розвитку власної креативності<sup>2</sup>: 1) Мати спрямованість на розвиток, вірити у можливість розвитку здібностей та інтелекту за допомогою власних зусиль і хорошого навчання. 2) Бути відкритими до нових ідей, готовими до експериментування. 3) Практикувати творче мислення, бачити речі по-новому, встановлювати зв'язки між, здавалось би, несумісними речами. 4) Вміти ризикувати і планувати, створювати дорожню карту дій для досягнення своїх цілей. 5) Думати нестандартно. Придумувати нові рішення проблем. 6) Захоплюватись своїм заняттям, адже пристрасть допомагає творчим діям. 7) Не боятися невдач, експериментувати, діяти по-новому. 8) Практикувати «вільне письмо», що сприяє здатності інтерпретації подій. 9) Розвивати «правопівкульне» мислення за допомогою читання, співів, гри, музикування, композиції, малювання тощо. 10) Спілкуватися з іншими творити й інноваційними людьми, це стимулює мислення і надає нові ідеї для праці [13]. Які фактори формують підприємницьку креативність, що зрештою має сприяти розвитку підприємництва й економічному зростанню? Це такі як: (а) знання й освіта; (б) управління проривними технологіями; (в) переливна (*spill-over*) креативність; (г) роль культурного контексту й особистісних якостей; (е) мотиви і стимули; (ф) управління ресурсами; (г) інституційна основа (Panagiotis E. Petrakis & Kyriaki I. Kafka, 2016) [20].

У процесі професійного навчання для студентів є виняткові можливості для розвитку власних здібностей засобами спільної підприємницької творчості через виконання різноманітних міні-проектів, особливо соціального спрямування, у т.ч. й з використанням он-лайн інструментів для бізнес-творчості [1]. На основі здійсненого нами емпіричного дослідження можемо прийти до припущення, що уміння господарської (економічної) активності, які є складниками підприємницької компетентності й підприємницької творчості, є вагомим профілактичним чинником збереження й забезпечення психічного здоров'я на індивідуальному рівні, що створює конструктивний позитивний фон на рівні соціальної взаємодії («Що ми тут робимо?», «Що ми можемо зробити?», «Що ми хочемо зробити», «Що нам потрібно зробити?»). Таким чином людина опиняється у системі «Ми»-«Нам»,

<sup>1</sup> «Коментажна активність» - термін проф. Г.О. Ковальчук. Вжито вперше.

<sup>2</sup> Адаптований переклад проф. Ковальчук Г.О.

тобто, якщо ти частина спільноти – що ти робиш «Нам» - те, зрештою, й отримувеш «Мені».

Розвиток умінь і навичок такої взаємодії відбувається в рамках навчання за робочою програмою дисципліни із введенням специфічних цілеспрямованих завдань аналітичного, конструктивного й проектного характеру. До таких відносимо, зокрема, дидактичні завдання:

• Самопізнання: аналіз рівнів тривожності, агресивності, нейротизму, локусу контролю, рівня домагань,

• Характеристика технологій цілеутворення, формулювання цілей повсякденної діяльності і навчання, значення постановки цілей у житті людини, навчальній діяльності

• Аналіз соціально-психологічних факторів ефективності спільної діяльності (групова згуртованість, психологічна сумісність, спряцьованість).

• Визначення психологічних особливостей своєї майбутньої професійної діяльності (цілі й мотиви професійної діяльності; професійна спряцьованість особистості; професійно важливі якості та професійно-психологічна компетентність фахівця; проектування та управління власною майбутньою кар'єрою; передумови становлення та розвитку психології праці; особливості сучасного етапу розвитку психології праці; методи професіографії та вивчення трудової діяльності; експертна оцінка професійно значущих якостей; оцінювання та динаміка працездатності спеціалістів; професійне вигорання; професійні деформації особистості тощо).

На основі здійсненого аналізу результатів опитування студентів, активності тематичних обговорень у декількох соціальних мережах, нами виявлено, що активність і присутність умовно «сукупного індивіда» у соціальних мережах характеризується кількістю акаунтів у різних СМ, кількістю коментарів та зворотного зв'язку в СМ («коментажіною активністю»). А значимість такої активності має і конструктивний, і деструктивний характер. Конструктивні результати цифрової активності студента сприяють його саморозвитку, самопізнанню, підвищенню мотивації, соціального визнання, розвитку професійно значимих здібностей. Деструктивні результати цифрової активності мають демотиважіний вплив, спричиняють пригніченість, посилення відчуття особистісної невпевненості, або й нікчемності. Для уникнення таких впливів запропоновано розглядати участь у СМ з точки зору можливостей та конструктивізму: тематичні СМ, загальносуспільні СМ,

фахові/професійні СМ, галузеві СМ, й відповідно обирати цифрові площадки для своєї присутності з урахуванням власних потреб, інтересів, професійних та життєвих стратегій.

Виявлено також, що студенти з первинним досвідом господарської активності з більшим інтересом ставляться до процесу навчання, мають вищі показники відвідування он-лайн занять в умовах освітніх делокацій, більш охоче беруть участь у різноманітних опитуваннях і заходах самопізнання, будують власні життєві плани, мають більший горизонт цілепокладання (понад 2-х років). Такі мотиваційні передумови створюють для викладача можливості для розвитку соціальної та підприємницької творчості (entrepreneurial creativity) як складової підприємницької компетентності студентів [2].

### Висновки

Психічне здоров'я є визначальним компонентом життєвої активності й продуктивної соціальної інтеграції кожної людини. В умовах соціальної турбулентності спостерігається тенденція до зниження соціального оптимізму, збільшення проявів психічних розладів та межових станів, які знижують ефективну функціональність та громадянську продуктивність членів соціуму.

До вагомих чинників психічного здоров'я за даними ВООЗ відносять такі детермінанти як індивідуальні атрибути (наприклад, здатність керувати власними думками, емоціями, поведінкою і взаємодією з іншими людьми), а також соціальні, культурні, економічні, політичні, екологічні фактори (наприклад, національна політика, соціальний захист, рівень життя, умови праці, соціальна підтримка оточуючих тощо).

Обґрунтовано, що першорядного значення в реалізації соціальної інтеграції та соціальної взаємодії (що є первинним чинником психічного здоров'я) має продуктивна економічна активність суспільної спряцьованості. Зазначено, що студенти, які мають первинний досвід господарської діяльності, демонструють кращу психологічну стійкість за показниками психічного здоров'я (тривожність, агресивність, нетерпимість, пригніченість тощо).

Встановлено, що в умовах воєнного конфлікту та соціальних локдаунів (делокацій) особливої вагомості набуває взаємодія у соціальних мережах, що для багатьох членів спільнот замінює реальну взаємодію. Виявлено, що студенти початкових курсів навчання переважно є учасниками загальносуспільних і тематичних (за хобі-інтересами) СМ. Запропоновано у процесі професійної підготовки студентів – майбутніх економістів

знайомити їх із роботою фахових і галузевих СМ, формувати цифрову грамотність у тому, щоб розуміти механізми управління масовою свідомістю та ефективно їх використовувати. В цьому напрямку також надавати студентам інформацію про особливості й відмінності таких цифрових інформаційних ресурсів як чати і форуми, тематичні канали, публічні та приватні канали.

Спільна підприємницька творчість соціального спрямування надає унікальну можливість поєднання поведінкових моделей «людини економічної» та «людини соціальної», узгодження рис раціоналістичних, егоїстичних, меркантильних із якостями соціальної нормативності, альтруїзму, ірраціональності, впливу т.зв. «людського чинника».

### Література:

1. Adobe Creative Cloud. <https://www.adobe.com/ua/creativecloud/business/teams.html> (in English)
2. Banit, Y. (2019) Formuvannya pidpriemnytskoi kompetentnosti u protsesi profesiinnoi pidhotovky maibutnix ekonomistiv: osobystisno-diialnisnyi aspekt. *Molod i rynek : naukovyi zhurnal Drohobyt'skoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Ivana Franka*. 8 (175). 129-135. [Banit, Y. Forming entrepreneurship competence in the process of practical oriented training of student: personal and individual's activity aspects. *Youth & market*. 2019. 8(175). 129-135. (in Ukrainian)] DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2019.179476>
3. Bauer, Kristel (2022) Bayep 4 Ways to Harness a Growth Mindset to Set Yourself Up for Success in 2023. [Electronic source]. URL: <https://www.entrepreneur.com/leadership/4-ways-to-harness-a-growth-mindset-to-set-yourself-up-for/440692> (24.12.2022) (in English)
4. Burus D. (2013) Creativity and Innovation: Your Keys to a Successful Organisation [Internet]. 2013. [Electronic source]. Available from: URL: [huffingtonpost.com/danielburus/creativity-and-innovation\\_b\\_4149993.html](http://huffingtonpost.com/danielburus/creativity-and-innovation_b_4149993.html) (in English)
5. Competing on Creativity: Placing Ontario's Cities in North American Context 4.06.2016. [Electronic source]. URL: <https://policycommons.net/artifacts/636666/competing-on-creativity/1617983/> (in English)
6. Dvornyk, M. (2020). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti pid chas perekhodu vid viiny do myru. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*. 45. 79-87. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi45\(48\).144](https://doi.org/10.33120/ssj.vi45(48).144) [M. Dvornyk. (2020). Personality's psychological well-being during the transition from war to peace. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*. 3, 79-87]. (in Ukrainian).
7. Gardner, Deborah & Helmes, Edward. (1999). Locus of Control and Self-Directed Learning as Predictors of Wellbeing in the Elderly. *Australian Psychologist - AUST PSYCHOL*. 34. 99-103. <https://doi.org/10.1080/00050069908257436> (in English)
8. Guidance on community mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches. Geneva: World Health Organization; 2021 (Guidance and technical packages on community mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches). Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. [Electronic source]. URL : <https://www.who.int/publications/i/item/guidance-and-technical-packages-on-community-mental-health-services> (in English)
9. Heidrich, Susan & Ryff, C.D. (1993). PHYSICAL AND MENTAL HEALTH IN LATER LIFE - THE SELF-SYSTEM AS MEDIATOR. *Psychology and Aging*. 8. 327-338. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.8.3.327>.
10. Jang, Jeong-woo & Kashian, Nicole & Shin, Soo & Dai, Nancy & Walther, Joseph. (2017). Self-disclosure and liking in computer-mediated communication. *Computers in human behavior*. 71. 275-283. <https://www.sciencedirect.com/journal/computers-in-human-behavior/vol/71/suppl/C> DOI: 10.1016/j.chb.2017.01.041 (in English)
11. Yevropeiska deklaratsiia z okhorony psykhichnoho zdorovia (2005). EUR/04/5047810/6. [Electronic source]. URL: [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0011/88598/E85445R.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0011/88598/E85445R.pdf)
12. Karhina N. (2019). Hedonistychne ta eudemonistychne rozuminnia psykholohichnoho blahopoluchchia: perevahy y nedoliky. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*. 4, T. 1. [Karhina N. V. Hedonistic and eudemonistic understanding of psychological well-being: benefits and weaknesses. 4. part 1. [Electronic source]. URL: [http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/4\\_2019/part\\_1/7.pdf](http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/4_2019/part_1/7.pdf) (in Ukrainian)]
13. Kaur Gurpreet (2022) How-entrepreneurial-creativity-leads-to-innovation (2022) [Electronic source]. URL: <https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/how-entrepreneurial-creativity-leads-to-innovation/430221> (in English) (24/12/2022)
14. Klymchuk, V., Suvalo O. (2021). Okhorona psykhichnoho zdorovia u hromadakh. Posibnyk dlia mistsevykh koordynatsiinykh orhaniv. 32. [Electronic source]. URL: [www.mh4u.in.ua](http://www.mh4u.in.ua) [Klymchuk, V., Suvalo O. (2021). Protection of mental health in communities. Help for local coordinating bodies (in Ukrainian)]
15. Kontseptsiiia rozvytku okhorony psykhichnoho zdorovia v Ukraini na period do 2030 roku (2017). Skhvaleno rozporiadzhenniam Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 27 hrudnia 2017 r. № 1018-p. [Electronic source]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua> [Concept for the development of mental health care in Ukraine for the period up to 2030 Approved to orders of the Cabinet of Ministers of Ukraine on December 27, 2017 [Electronic source]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua> (in Ukrainian)]

16. Levenets, N. (2021). Ekzystentsiini chynnyky subiektyvnoho blahopoluchchia u studentskoi molodi. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Seriiia Psykholohiia*. 70. 15-21. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-70-02> [Levenets, N. (2021). Existential Factors of Subjective Well-Being Among Student's Youth, *The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. A Series of «Psychology»*. 70, 15-21. (in Ukrainian). <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-70-02>.]
17. Lefterov V.O. (2013). Problemy psykholohichnoho zdorovia ta nadannia psykholohichnykh posluh naselenniu. *Integrativna Antropologiya*. (22). 47-50. [Lefterov V.O. Problems of psychological health and provision of psychological services to the population. *Integrative Anthropology*. (22). 47-50 ] (in Ukrainian)]
18. Odeskyi oblasnyi tsentr hromadskoho zdorovia [Electronic source]. URL: <https://healthcenter.od.ua/psychichne-zdorovya/> [Odessa Regional Community Health Center. (in Ukrainian)]
19. Oades, L. G., Ozturk, C., Hou, H., & Slep, G. R. (2020). Wellbeing literacy: A language-use capability relevant to wellbeing outcomes of positive psychology interventions. *The Journal of Positive Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1789711>
20. Panagiotis E. Petrakis & Kyriaki I. Kafka (2016) Entrepreneurial Creativity and Growth. [Electronic source]. URL: <https://www.intechopen.com/chapters/52579> DOI: 10.5772/65453
21. Ryff, Carol & Heidrich, Susan. (1997). Experience and Well-being: Explorations on Domains of Life and How they Matter. *International Journal of Behavioral Development*. 20. 193-206. <https://doi.org/10.1080/016502597385289>
22. Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
23. Sørensen, Tom & Mastekaasa, Arne & Kleiner, Robert & Sandanger, Inger & Bøe, Nils & Klepp, Olav. (2004). Local Community Mobilisation and Mental Health Promotion. *The International Journal of Mental Health Promotion*. 6. 5-16. <https://doi.org/10.1080/14623730.2004.9721939>
24. Ukrainian Startup Fund [Electronic source]. URL: : <https://usf.com.ua/online-mentorscience-business/>
25. World Health Organization (2021). Comprehensive mental health action plan 2013-2030. Всемирная организация здравоохранения (2021). [Electronic source]. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/345301> . Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO (in English)
26. World Health Organization (2022). Vsesvitnia orhanizatsiia okhorony zdorovia. Instrument samodopomohy z planuvannya liudynoorientovanoho protsesu vidnovlennia psykhiichnoho zdorovia ta blahopoluchchia. Initsiatyva VOOZ QualityRights. Kopenhagen: Yevropeiske rehionalne biuro VOOZ 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. [Electronic source]. URL: <https://www.who.int/ukraine/uk/publications/9789241516822> (in Ukrainian)
27. Zabarovska, S., Dubyna, L. (2022). Dynamika stanu psykholohichnoho blahopoluchchia uchnivskoi molodi zakladiv proftekhosvity Chernihivskoi oblasti u zviazku z viinoiu v Ukraini. *Psykhologichnyi zhurnal*. 8(4). 60-68. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.5>. [Zabarovska, S., & Dubyna, L. (2022). Dynamics of the state of psychological well-being of student youth in vocational education-al institutions of Chernigiv region in connection with war. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 8 (4), 60-68. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.5> (in Ukrainian)]

### References:

1. Adobe Creative Cloud. <https://www.adobe.com/ua/creativecloud/business/teams.html> (in English)
2. Banit, Y. (2019) Formuvannya pidpriemnytskoi kompetentnosti u protsesi profesiinnoi pidhotovky maibutnix ekonomistiv: osobystisno-diialnisnyi aspekt. *Molod i rynek : naukovyi zhurnal Drohobyt'skoho derzhavnogo pedahohichnoho universytetu imeni Ivana Franka*. 8 (175). 129-135. [Banit, Y. Forming entrepreneurship competence in the process of practical oriented training of student: personal and individual's activity aspects. *Youth & market*. 2019. 8(175). 129-135. (in Ukrainian)] DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2019.179476>
3. Bauer, Kristel (2022) Bayэр 4 Ways to Harness a Growth Mindset to Set Yourself Up for Success in 2023. [Electronic source]. URL: <https://www.entrepreneur.com/leadership/4-ways-to-harness-a-growth-mindset-to-set-yourself-up-for/440692> (24.12.2022) (in English)
4. Burus D. (2013) Creativity and Innovation: Your Keys to a Successful Organisation [Internet]. 2013. [Electronic source]. Available from: URL: [huffingtonpost.com/danielburus/creativity-and-innovation\\_b\\_4149993.html](http://huffingtonpost.com/danielburus/creativity-and-innovation_b_4149993.html) (in English)
5. Competing on Creativity: Placing Ontario's Cities in North American Context 4.06.2016. [Electronic source]. URL: <https://policycommons.net/artifacts/636666/competing-on-creativity/1617983/> (in English)
6. Dvornyk, M. (2020). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti pid chas perekhodu vid viiny do myru. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*. 45. 79-87. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi45\(48\).144](https://doi.org/10.33120/ssj.vi45(48).144) [M. Dvornyk. (2020). Personality's psychological well-being during the transition from war to peace. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*. 3, 79-87]. (in Ukrainian).
7. Gardner, Deborah & Helmes, Edward. (1999). Locus of Control and Self-Directed Learning as Predictors of Wellbeing in the Elderly. *Australian Psychologist - AUST PSYCHOL*. 34. 99-103. <https://doi.org/10.1080/00050069908257436> (in English)
8. Guidance on community mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches. Geneva: World Health Organization; 2021 (Guidance and technical packages on community mental health

services: promoting person-centred and rights-based approaches). Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. [Electronic source]. URL : <https://www.who.int/publications/i/item/guidance-and-technical-packages-on-community-mental-health-services> (in English)

9. Heidrich, Susan & Ryff, C.D. (1993). PHYSICAL AND MENTAL HEALTH IN LATER LIFE - THE SELF-SYSTEM AS MEDIATOR. *Psychology and Aging*. 8. 327-338. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.8.3.327>.

10. Jang, Jeong-woo & Kashian, Nicole & Shin, Soo & Dai, Nancy & Walther, Joseph. (2017). Self-disclosure and liking in computer-mediated communication. *Computers in human behavior*. 71. 275-283. <https://www.sciencedirect.com/journal/computers-in-human-behavior/vol/71/suppl/C> DOI: 10.1016/j.chb.2017.01.041 (in English)

11. Yevropeiska deklaratsiia z okhorony psykhičnogo zdorovia (2005). EUR/04/5047810/6. [Electronic source]. URL: [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0011/88598/E85445R.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0011/88598/E85445R.pdf)

12. Karhina N. (2019). Hedonistychne ta eudemonistychne rozuminnia psykholohičnogo blahopoluchchia: perevahy y nedoliky. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*. 4, T. 1. [Karhina N. V. Hedonistic and eudemonistic understanding of psychological well-being: benefits and weaknesses. 4. part 1. [Electronic source]. URL: [http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/4\\_2019/part\\_1/7.pdf](http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/4_2019/part_1/7.pdf) (in Ukrainian)]

13. Kaur Gurpreet (2022) How-entrepreneurial-creativity-leads-to-innovation (2022) [Electronic source]. URL: <https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/how-entrepreneurial-creativity-leads-to-innovation/430221> (in English) (24/12/2022)

14. Klymchuk, V., Suvalo O. (2021). Okhorona psykhičnogo zdorovia u hromadakh. Posibnyk dlia mistsevykh koordynatsiinykh orhaniv. 32. [Electronic source]. URL: [www.mh4u.in.ua](http://www.mh4u.in.ua) [Klymchuk, V., Suvalo O. (2021). Protection of mental health in communities. Help for local coordinating bodies (in Ukrainian)]

15. Kontsepsiia rozvytku okhorony psykhičnogo zdorovia v Ukraini na period do 2030 roku (2017). Skhvaleno rozporiadzhenniam Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 27 hrudnia 2017 r. № 1018-p. [Electronic source]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua> [Concept for the development of mental health care in Ukraine for the period up to 2030 Approved to orders of the Cabinet of Ministers of Ukraine on December 27, 2017 [Electronic source]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua> (in Ukrainian)]

16. Levenets, N. (2021). Ekzystentsiini chynnyky subiektyvnoho blahopoluchchia u studentskoi molodi. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Seriia Psykholohiia*. 70. 15-21. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-70-02> [Levenets, N. (2021). Existential Factors of Subjective Well-Being Among Student's Youth, *The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. A Series of «Psychology»*. 70, 15-21. (in Ukrainian). <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-70-02>.]

17. Lefterov V.O. (2013). Problemy psykholohičnogo zdorovia ta nadannia psykholohičnykh posluh naselenniu. *Integrativna Antropologija*. (22). 47-50. [Lefterov V.O. Problems of psychological health and provision of psychological services to the population. *Integrative Anthropology*. (22). 47-50 ] (in Ukrainian)]

18. Odeskyi oblasnyi tsentr hromadskoho zdorovia [Electronic source]. URL: <https://healthcenter.od.ua/psychichne-zdorovya/> [Odessa Regional Community Health Center. (in Ukrainian)]

19. Oades, L. G., Ozturk, C., Hou, H., & Slemm, G. R. (2020). Wellbeing literacy: A language-use capability relevant to wellbeing outcomes of positive psychology interventions. *The Journal of Positive Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1789711>

20. Panagiotis E. Petrakis & Kyriaki I. Kafka (2016) Entrepreneurial Creativity and Growth. [Electronic source]. URL: <https://www.intechopen.com/chapters/52579> DOI: 10.5772/65453

21. Ryff, Carol & Heidrich, Susan. (1997). Experience and Well-being: Explorations on Domains of Life and How they Matter. *International Journal of Behavioral Development*. 20. 193-206. <https://doi.org/10.1080/016502597385289>

22. Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

23. Sørensen, Tom & Mastekaasa, Arne & Kleiner, Robert & Sandanger, Inger & Bøe, Nils & Klepp, Olav. (2004). Local Community Mobilisation and Mental Health Promotion. *The International Journal of Mental Health Promotion*. 6. 5-16. <https://doi.org/10.1080/14623730.2004.9721939>

24. Ukrainian Startup Fund [Electronic source]. URL: : <https://usf.com.ua/online-mentorscience-business/>

25. World Health Organization (2021). Comprehensive mental health action plan 2013-2030. Всемирная организация здравоохранения (2021). [Electronic source]. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/345301> . Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO (in English)

26. World Health Organization (2022). Vsesvitnia orhanizatsiia okhorony zdorovia. Instrument samodopomohy z planuvannia liudynoorientovanoho protsesu vidnovlennia psykhičnogo zdorovia ta blahopoluchchia. Initsiatyva VOOZ QualityRights. Kopenhagen: Yevropeiske rehionalne biuro VOOZ 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. [Electronic source]. URL: <https://www.who.int/ukraine/uk/publications/9789241516822> (in Ukrainian)

27. Zabarovska, S., Dubyna, L. (2022). Dynamika stanu psykholohičnogo blahopoluchchia uchnivskoi molodi zakladiv proftekhosvity Chernihivskoi oblasti u zviazku z viinoiu v Ukraini. *Psykholohičnyi zhurnal*. 8(4). 60-68. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.5>. [Zabarovska, S., & Dubyna, L. (2022). Dynamics of the state of psychological well-being of student youth in vocational education-al institutions of Chernigiv region in connection with war. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 8 (4), 60-68. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.5> (in Ukrainian)]

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.10>**Олександр КУЦІЙ**

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології, інститут управління, психології та безпеки Львівського державного університету внутрішніх справ, вул. Кривоноса, 1, м. Львів, Україна, 79000

ORCID: 0000-0003-3886-3787

**Oleksandr KUTSIY**

candidate of psychological sciences, associate professor, associate professor of the department of practical psychology, institute of management, psychology and security, Lviv state university of internal affairs, st. Krivonos, 1, Lviv, Ukraine, 79000

ORCID: 0000-0003-3886-3787

**СИНЕРГІЯ В ЗАГАЛЬНО-НАУКОВОМУ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ ТЛУМАЧЕННЯХ: АНАЛІЗ ТЕОРІЇ ТА ЕКСПЕРИМЕНТІВ****SYNERGY IN GENERAL-SCIENTIFIC AND ORGANIZATIONAL-PSYCHOLOGICAL INTERPRETATIONS: ANALYSIS OF THEORY AND EXPERIMENTS**

*Мета роботи:* Аналітично дослідити поняття «синергії» в загально-науковому розумінні, її психологічні особливості функціонування в організації.

*Методологія:* застосовано метод теоретичного аналізу.

*Наукова новизна:* виокремлено психологічні явища, які визначають можливість досягнення ефекту синергії в спільній професійній діяльності. Визначені явища можуть бути поширені також й на професійні організації.

*Висновки:* синергія багатьма вченими з різних наук розглядається та застосовується в якості ключового явища функціонування природи, всіх її структур як відкритої системи. Синергетика як міждисциплінарна наука потенційно здатна узгодити суперечності між багатьма науками. Найбільш важливим в синергетиці загально-науковому тлумаченні є здатність різних структур виникати внаслідок самоорганізації через нестабільність в них за впливів різного походження, інтенсивності та потужності. Це призводить до біфуркації та порушує раніше сформований порядок. Тому, відбувається ініціація хаосу, що обов'язково спричинить якісні зміни, шлях розвитку системи. Синергія може бути позитивною чи негативною. Остання виникає через наявність антагоністичних компонентів в межах однієї системи.

*Психологічними аспектами синергії в організації можна вважати низку психологічних явищ. Ними є наявні в персоналу співпадіння щодо цінностей загального та професійного змісту, рівень організованості системи через розробку норм, налагодження стійких зв'язків, координацію зусиль членів групи, соціальне визнання, заохочення у формі ментальної моделі групи, соціальна відповідальність як передумова ефективної діяльності, наявність експерта-фасилітатора як лідера та координатора, який чітко визначає роль кожного в досягненні загального результату, координація в прийнятті рішень, самоідентифікація групи.*

*Ключові слова:* синергія, аналіз теорії, загально-наукове поняття, організаційно-психологічний зміст поняття.

The purpose of the work: Analytical research of the concept of "synergy" in the general scientific sense, its psychological features of functioning in the organization.

Methodology: the method of theoretical analysis is applied.

Scientific novelty: psychological phenomena are singled out, which determine the possibility of achieving the effect of synergy in joint professional activities. The identified phenomena can also be extended to professional organizations.

Conclusions: synergy is considered and applied by many scientists from various sciences as a key phenomenon of the functioning of nature, of all its structures as an open system. Synergetics as an interdisciplinary science is potentially capable of reconciling contradictions between many sciences. The most important thing in synergetics in the general scientific interpretation is the ability of different structures to arise as a result of self-organization due to instability in them under influences of different origin, intensity and power. This leads to bifurcation and disrupts the previously formed order. Therefore, there is an initiation of chaos, which will necessarily cause qualitative changes, the path of development of the system. Synergy can be positive or negative. The latter arises due to the presence of antagonistic components within the same system. A number of psychological phenomena can be considered psychological aspects of synergy in the organization. They are coincidences in the staff regarding values of general and professional content, level of organization of the system through the development of norms, establishment of stable relations, coordination of efforts of group members, social recognition, encouragement in form of a mental model of group, social responsibility as a prerequisite for effective activity, presence of an expert-facilitator as a leader and coordinator, who clearly defines role of everyone in achieving overall result, coordination in decision-making, self-identification of group.

*Key words:* synergy, theory analysis, general scientific concept, organizational and psychological content of the concept.



**Постановка проблеми в загальному вигляді.** В межах психології особливо новітньою та дуже перспективною є її така галузь як організаційна, оскільки саме в таких групах найбільше за часом функціонує абсолютна більшість членів суспільства. Саме в організації як безпосередньому факторі зовнішнього середовища кожна особа має можливості та перспективи для себе, які не завжди є достатньо сприятливими чи хоча б задовільними. Тому, вже давно назріла нагальна необхідність системного дослідження різних аспектів формування та функціонування організації, а особливо її психологічної складової, оскільки основою організації є її персонал, а не плани, фінанси, звіти, механізми та інше. Через це й було звернено увагу на таке поняття та явище як «синергія», про результати досліджень щодо нього в цілому та в межах організації далі буде повідомлено.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На поняття синергії цілеспрямована увага формувалася поступово. Так, впродовж 2019-2020 років відбувався розширений пошук з відповідним аналізом опублікованих результатів наукових досліджень в таких науках як психологія, менеджмент, біологія, соціологія, державне управління та інших інформації, що розкриває саме гуманітарний аспект організації. Можна казати те, що основним результатом тієї діяльності є публікація [4], в якій було узагальнено зміст гуманітарного змісту організації та висунуто припущення про те, якими можуть бути ключові чи базові фактори її функціонування. Далі, в експерименті впродовж майже 1,5 років з вибіркою в 184 організації [5] було встановлено, що серед застосованих для обліку 5 гіпотетичних факторів функціонування гуманітарної частини організації найкраще факторизувалась саме синергія. За такими обраними для дослідження компонентами професійної діяльності в організації як стратегія, цінності, традиції, лідерство, управління, залучення, клімат, конфлікти, імідж та комунікація лише лідерство не впливало на формування фактору синергії. Такий результат посприяв більш прискіпливому ставленню до даного поняття. При цьому, до проведення зазначеного експериментального дослідження в багатьох публікаціях було знайдено ідеї про те, що синергія є особливо важливим, потужним, надзвичайно актуальним явищем, що здатне функціонувати на рівні самозапуску при груповій формі діяльності людей. Однак, в джерелах було знайдено фрагментарні результати експериментів, які не давали цілісної аргументованої картини про явище. При цьому,

щодо синергії домінують суто раціональні дослідження. Емпіризму в публікаціях було вкрай замало й саме за цієї причини синергія до експерименту розглядалася не більше, ніж одним з можливих факторів гуманітарної частини організації. Отже, внаслідок отримання статистичного підтвердження про наявність синергії як реального, а не раціонально обґрунтованого явища, назріла необхідність більш цілеспрямованого та прискіпливого теорії стосовно цього поняття, в тому числі й з врахуванням результатів зазначеного експерименту.

**Мета статті.** Аналітично дослідити поняття «синергії» в загально-науковому розумінні, її психологічні особливості функціонування в організації.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Розпочнемо з засновника синергетики, а саме Г. Хакена [8], який вже понад як 30 років тому зазначив, що синергетика є міждисциплінарною галуззю науки та вивчає системи, що складені з багатьох підсистем самої різної природи. Найбільш важливим в синергетиці є здатність різних структур виникати внаслідок самоорганізації через процеси нестабільності під впливами різного походження, інтенсивності та потужності. Г. Хакен включив до аналізу такі словосполучення як «самоорганізація через зміни параметрів управління», «самоорганізація через зміну числа компонент» та «самоорганізація через переходи», що пояснено через флуктуацію, якою є випадкове відхилення якоїсь величини від її середнього значення. Таким чином, будь-яке явище є достатньо динамічним для того, щоб мати здатність до синергії. Далі, Г. Хакен схиляється до застосування поняття «біфуркація», що позначає або роздвоєння чогось на два варіанти, або стан системи, що обов'язково буде зазнавати якісних змін, змінить шлях розвитку.

В монографії І. Пригожина та І. Стенгерс [10] ще в 1984 році закладено основні ідеї щодо синергетики як перспективного напрямку розвитку науки в цілому, що буде орієнтована на реальність природи.

Корисною є стаття С. Рижикова про формування концепції негативного синергізму [7]. Синтезуючи результати аналізу даних публікацій можемо зазначити те, що окрім короткого огляду використання синергії в економіці, фізиці є критичні зауваження про те, що синергічний підхід не набув достатньої уваги за соціальними аспектами. Сенс появи синергетичного і протилежного йому ефектів значимі і виявляються лише за умови об'єднання достатньо цілісних систем. Для

того, щоб краще зрозуміти природу синергетичного ефекту і синергії загалом, необхідно розглянути такі поняття: система і метасистема, синергетика, синергетичний ефект. При цьому, застосування слова «негативний» щодо синергії пояснюється не як таким явищем, що руйнує, а через антагонізм елементів якоїсь системи, що випадково її утворили. Також, негативний ефект синергії має ознаку хаосу, що для певної системи має потенціал з переходу до порядку та самоорганізації. Щодо системи все ж є згода з одним з авторів системного підходу, а саме Л. фон Берталанфі, який визначив систему як комплекс компонентів, що взаємодіють або сукупність елементів, що перебувають в певних відносинах. Синергетика ж орієнтована саме на відкриті системи, якими в дійсності є всі існуючі явища, предмети різного рівня розвитку та складності. Особливо важливого значення в синергії є саме здатність її структурних компонентів до взаємодоповнення. Тому, далеко не кожна штучно створена система, якою є й організація як певне об'єднання людей, буде характеризуватися синергетичними ефектами. Синергія характеризує унікальну властивість за взаємодії суб'єктів отримувати вищий результат, ніж поодиночі.

Далі звернемося до наукової галузі з державного управління. Так, в підручнику [2] вдалося знайти низку тверджень, що включають термін «синергія». Так, синергійний ефект визначено як результат дій свідомо побудованого механізму управління, що є важливим завданням як на рівні суспільства в цілому, так і в його окремих підсистемах. Ще зазначено, що синергетика формує принципово нову парадигму пізнання, найбільш важливими елементами якої є відкритість середовища і системи; нелінійність процесів в системах; розвиток систем внаслідок наявності в ній нестійкості, дисипативності (нестаціонарності); пульсація, ускладнення, деградація структур та зв'язків системи; структурні аттрактори як достатньо стійкі стани, що притягують різні можливі траєкторії руху системи за можливих різних умов; буферні точки як біфуркація можливих шляхів еволюції та подальшого руху. Ще підручник посилається на В.Василькову, яка виділила такі зразки (патерни) синергетики: предметом науки є також й випадкове, неповторне; всесвіт не є інертним, а його властивостями є джерела саморуху і внутрішньої активності; не лише математика є стандартом знання, оскільки не менш важливими є якісні «розуміючі» методи; детермінізм і випадковості узгоджуються і взаємодоповнюють одна

одну; розвиток є поліваріантним і здатним бути альтернативним як у перспективі, так і в ретроспективі, що припускає можливість «тупикових проміжних або девіантних шляхів» розвитку й це вказує на можливість мати більш досконалий або перспективний варіант розвитку; розвиток системи відбувається внаслідок певного рівня нестійкості в ній, чого не слід панічно боятися, а флуктуації та хаос є не стільки руйнівними, але й конструктивними, оскільки можуть бути важливим елементом чи кроком на цьому шляху; процеси розвитку поєднують дивергентність і конвергентність, що визначається станом системи в середовищі; розвиток не є нелінійним, а його темп і напрям не може бути задано однозначними позиціями; управління складноорганізованими системами має орієнтуватися не стільки на бажання керівника, скільки на тенденції розвитку системи, а ще допускати можливість непередбачуваних обставин, які є вільними від контролю. Ще в підручнику вказано те, що О. Князєвою і С. Курдюмовим щодо синергетики як філософії надії надано оцінки її можливостям. Так, вона може бути використана як основа міждисциплінарного синтезу знання, що може слугувати основою діалогу між сферами, що принципово відмінні; здатна забезпечити нову методологію розуміння еволюції складних соціальних і людиновимірних систем, причин криз, надійності прогнозів і принципів меж передбачень; оскільки є трансдисциплінарною дає змогу виробити нові підходи до ефективного інформаційного забезпечення суспільства; нелінійний синтез на основі еволюції і коеволуції складних структур сприяє якості проектування різних шляхів людства. Наостанок щодо даного видання зазначимо те, що продукування синергії в проєкті визначається наявністю значної цінності для суб'єктів майбутньої діяльності, яка є достатньо спільною для них. Це можна вважати важливим аспектом досягнення ефекту синергії ще до початку діяльності. Так, якщо в певному соціальному, а тим більше професійному просторі цінності суттєво різняться – ймовірність негативної синергії суттєво підвищується.

В іншому виданні, яке відноситься до галузі державного управління [3] зазначено те, що для отримання позитивного ефекту синергії необхідним є високий рівень організованості системи. А при спробі трактування терміну «організація» вказано те, що це є певною діяльністю щодо розробки нових норм, налагодження стійких зв'язків, а також координації зусиль окремих членів соціальної групи, яка спрямована на досягнення ефекту

синергії шляхом забезпечення умов для узгоджених дій, кооперації й інтеграції індивідів у групі. Таким чином, синергія може бути реальною ще й за умов якісного організування процесів спільної діяльності.

А. Пригожин [6] щодо теорії організації вказав про існування в організаційному середовищі певної субстанції, яка утворена такими елементами як цілі, зв'язки, правила, персонал, фінанси, устаткування, рішення, цінності. При цьому, основою є силове поле, що має суперечливі оргпотенціали. Тому, ним запропоновано теорію синергічної організації, що пояснюється дією трьох сил, однією з яких є саме синергія. До неї відніс такі явища як цілі, компетенції, мотиватори, ресурси, що утворюють в соціально-професійному організаційному середовищі конструктивну напругу, яка сприяє інноваціям та проактивності, орієнтує на максимальні результати з множинними ефектами).

В англійських публікаціях було знайдено статтю Г. Хертела [9], що виклав узагальнення низки проведених експериментальних психологічних досліджень, які були орієнтовані на встановлення групових явищ, що суттєво покращують результати спільної професійної діяльності у досить різноманітних сферах, а тому сприяють досягненню ефекту синергії. Він вказав на такі 5 групових явищ: соціальне визнання та заохочення як ментальна модель групи, соціальна відповідальність як передумова цінування високої ефективності, наявність експерта-фасилітатора, координація в прийнятті рішень, що стосуються діяльності загалом, самоідентифікація групи. Щодо останнього фактора з досягнення ефекту синергії, знайдено ще одну англійську статтю [11], в якій синергія ідентичності позиціонується як рушійна сила ідентифікації організації. Вказано, що «Я» будь-якої особистості є набором кількох соціальних ідентичностей. Синергія ідентичності виникає за умови значного полегшення особам, що хоча б якимось чином є пов'язаними з організацією, у пошуку інших важливих соціальних ідентичностей. Це є дуже подібним до ідентичності однолітків, що особливо є характерним для підлітків, що надалі в наступних вікових етапах продовжує функціонувати в особистості.

З самих останніх знайдених публікацій варто виділити статтю китайських дослідників, що більш детально зосередилися на ролі лідера як стимулюючого фактора в підлеглих до синергічної взаємодії [12]. Це можна вважати деталізацією визначеного Г. Хертелом фактору експерта-фасилітатора в формуванні

групової синергії, яка виявилася в тому, що він в китайців є лідером, який має для своїх підлеглих формувати максимально чіткі та ясні ролі в загальному результаті. Навіть якщо лідер виявляє дуже високі очікування щодо результатів спільної діяльності. Це вони назвали контрольованою мотивацією, що здатна запускати механізми внутрішньої та зовнішньої мотивації в персоналу професійної групи на креативну, чи наполегливу, чи відповідальну проактивність. Таким чином, можна казати про те, що отримані в дослідженні результати за факторним аналізом, за яким лідерство не впливало на утворення фактору синергії свідчать про фактично його відсутність як стимулятора відповідного рівня професійної взаємодії. Так, не секрет, що в українських професійних організаціях, а особливо державних, домінує управлінський авторитаризм, що пригнічує можливість поєднання менеджменту з лідерством. Тому, можна стверджувати про те, що за такого функціонування соціально-професійного середовища позитивна синергія є вкрай малоймовірним явищем.

**Висновки з дослідження і перспективи подальших розвідок.** Отже, викладена в статті інформація свідчить про те, що синергія вже досить тривалий час багатьма вченими з різних наук розглядається та застосовується в якості ключового явища функціонування природи, всіх її структур в системному розумінні їх існування. Синергетика як міждисциплінарна наука потенційно здатна узгодити суперечності між багатьма науками. Через це нею цікавляться в прикладному аспекті провідні вчені світу. Це спричинило її широке та глибоке проникнення до природничих наук. Соціальні та людинознавчі науки лише починають досліджувати синергію в межах їх інтересів.

Найбільш важливим в синергетиці в загально-науковому тлумаченні є здатність різних структур виникати внаслідок самоорганізації через нестабільність як результат впливів різного походження, інтенсивності та потужності. Вплив ззовні та в межах відкритих систем порушує сформований порядок. Тому, відбувається ініціація хаосу, що має спричинити якісні зміни, зміни шляху руху системи. Синергія може бути позитивною чи негативною. Остання виникає через наявність антагонізмів в межах однієї системи.

Психологічними аспектами синергії в організації можна вважати низку психологічних явищ. Ними є співпадіння за цінностями, рівень організованості системи через розробку норм, налагодження стійких зв'язків,

координацію зусиль членів групи, соціальне визнання, заохочення у формі ментальної моделі групи, соціальна відповідальність як умова ефективної діяльності, наявність експерта-фасилітатора як лідера та координатора, що чітко визначає роль кожного в загальному

результаті, координація в прийнятті рішень, самоідентифікація групи.

Перспективи подальших досліджень є систематизація виявлених явищ у формі моделі, яку буде можливим використовувати на практиці.

### Література:

1. Аршинов В.И. Синергетика как феномен постнеклассической науки. М., 1999. 203 с.
2. Державне управління : підручник : у 2 т. / Нац. акад. держ. упр. при Президентіві України ; ред. кол. : Ю. В. Ковбасюк, К. О. Ващенко, Ю. П. Сурмін [та ін.]. К. ; Дніпропетровськ : НАДУ, 2012. Т. 1. 564 с.
3. Державна служба : підручник : у 2 т. / Нац. акад. держ. упр. при Президентіві України; редкол. : Ю. В. Ковбасюк, О. Ю. Оболенський, С. М. Серьогін [та ін.]. К. ; Одеса : НАДУ, 2012. Т. 1. 372 с.
4. Куций О.А. Синтез міждисциплінарного змісту поняття організації як середньої соціальної групи. Вісник Національного університету оборони України. 2 (61). 2021. С. 81 – 88.
5. Куций О.А. Суть та фактори гуманітарної частини організації як середньої соціально-професійної групи (раціонально-експериментальне дослідження). Габітус. Науковий журнал з соціології та психології. 38. 2022. С. 146 – 151.
6. Пригожин А. И. Дезорганизация: Причины, виды, преодоление. М.: Альпина Бизнес Букс, 2007. 402 с.
7. Рыжиков С.Н. Формирование концепции отрицательного синергизма. Журнал философских исследований. Том 3. № 4. 2017. URL: <https://naukaru.ru/ru/nauka/article/19783/view>
8. Хакен Г. Синергетика: иерархии неустойчивостей в самоорганизующихся системах и устройствах. М. Книга по требованию. 2012. 415 с.
9. Hertel G. Synergetic effects in working teams. Journal of Managerial Psychology. March 2011. URL: <https://www.researchgate.net/publication/235277205>
10. Prigogine I., Stengers I. Order out of chaos. Mans new dialogue with nature. London. Heinemann. 1984. 213 p.
11. Fombelle P. W., Burke C. J. Leveraging customers' multiple identities: Identity synergy as a driver of organizational identification. Journal of the Academy of Marketing Science. July 2011. URL: <https://www.researchgate.net/publication/251082311>
12. Wang X., Wang., Xu F. The role of synergistic interplay among proactive personality, leader creativity expectations, and role clarity in stimulating employee creativity. Frontiers in Psychology. July 2022. Sec. Organizational Psychology. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.699411/full>

### References:

1. Arshynov V.Y. Synerhetyka kak fenomen postneklassycheskoi nauky [Synergetics as a phenomenon of post-non-classical science]. М., 1999. 203 s. [in Russian]
2. Derzhavne upravlinnia [State administration] : pidruchnyk : u 2 t. / Nats. akad. derzh. upr. pry Prezydentovi Ukrainy ; red. kol. : Yu. V. Kovbasiuk, K. O. Vashchenko, Yu. P. Surmin [ta in.]. K. ; Dnipropetrovsk : NADU, 2012. T. 1. 564 s. [in Ukrainian]
3. Derzhavna sluzhba [State service]: pidruchnyk : u 2 t. / Nats. akad. derzh. upr. pry Prezydentovi Ukrainy; redkol. : Yu. V. Kovbasiuk, O. Yu. Obolenskyi, S. M. Serohin [ta in.]. K. ; Odesa : NADU, 2012. T. 1. 372 s. [in Ukrainian]
4. Kutsyi O.A. Syntez mizhdystyplinarnoho zmistu poniattia orhanizatsii yak serednoi sotsialnoi hrupy [Synthesis of the interdisciplinary content of the concept of organization as an average social group.]. Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy. 2 (61). 2021. S. 81 – 88. [in Ukrainian]
5. Kutsyi O.A. Sut ta faktory humanitarnoi chastyny orhanizatsii yak serednoi sotsialno-profesiinoi hrupy (ratsionalno-eksperymentalne doslidzhennia) [The essence and factors of the humanitarian part of the organization as an average socio-professional group (rational-experimental research).]. Habitus. Naukovyi zhurnal z sotsiologii ta psykholohii. 38. 2022. S. 146 – 151. [in Ukrainian]
6. Pryhozhyn A. Y. Dezorhanyzatsiia: Prychyny, vudy, preodolenye [Disorganization: Causes, types, overcoming]. М.: Alpyna Byznes Buks, 2007. 402 s. [in Russian]
7. Ryzhykov S.N. Formyrovanye kontseptsyy otrytsatelnoho synerhyzma [Formation of the concept of negative synergy.]. Zhurnal fylosofskykh yssledovanyi. Tom 3. № 4. 2017. URL: <https://naukaru.ru/ru/nauka/article/19783/view> [in Russian]
8. Khaken H. Synerhetyka: yerarkhyi neustoiichyvostei v samoorganyzuiushchykh sistemakh y ustroistvakh [Synergetics: hierarchies of instabilities in self-organizing systems and devices]. М. Knyha po trebovaniyu. 2012. 415 s. [in Russian]
9. Hertel G. Synergetic effects in working teams. Journal of Managerial Psychology. March 2011. URL:

<https://www.researchgate.net/publication/235277205>

10. Prigogine I., Stengers I. Order out of chaos. Mans new dialogue with nature. London. Heinemann. 1984. 213 p.

11. Fombelle P. W., Burke C. J. Leveraging customers' multiple identities: Identity synergy as a driver of organizational identification. Journal of the Academy of Marketing Science. July 2011. URL:<https://www.researchgate.net/publication/251082311>

12. Wang X., Wang., Xu F. The role of synergistic interplay among proactive personality, leader creativity expectations, and role clarity in stimulating employee creativity. Frontiers in Psychology. July 2022. Sec. Organizational Psychology. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.699411/full>

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.11>**Вікторія ПРЕДКО**

доктор філософії в галузі психології, асистент кафедри загальної психології факультету психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, вул. Володимирська, 60, м. Київ, Україна, 01033

ORCID: 0000-0001-5160-7636

**Денис ПРЕДКО**

Кандидат філософських наук, асистент кафедри загальної психології факультету психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, вул. Володимирська, 60, м. Київ, Україна, 01033

ORCID: 0000-0001-7760-6957

**Viktoria PREDKO**

PhD in Psychology, Assistant Professor at the Department of General Psychology  
Taras Shevchenko National University of Kyiv, 60 Volodymyrska str., Kyiv, Ukraine, 01033

ORCID: 0000-0001-5160-7636

**Denys PREDKO**

PhD in Psychology, Assistant Professor at the Department of General Psychology  
Taras Shevchenko National University of Kyiv, 60 Volodymyrska str., Kyiv, Ukraine, 01033

ORCID: 0000-0001-7760-6957

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО СТАНУ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

### FEATURES OF THE MENTAL STATE OF UKRAINIANS DURING THE WAR

*У статті проаналізовано результати дослідження щодо виявленого взаємозв'язку між рівнем психічної напруженості та обставинами, у яких опинились українці через війну та здоров'ям.*

**Мета статті.** Встановлення взаємозв'язку між психічною напруженістю та обставинами, у яких українці опинились через війну, а також станом здоров'я.

**Висновки.** Зокрема виявлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок між рівнем психічної напруженості та обставинами, у яких опинились українці через війну. Тобто, виявлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили між рівнем психічної напруженості та: виїздом за кордон; наявністю близьких людей, які знаходяться в місті, де ведуться активні бойові дії; наявністю близьких людей, які беруть участь у бойових діях; сприйняттям особистістю подій як травмуючого досвіду; відчуттям страху через війну. Серед результатів дослідження представлено наявність непрямого статистично значущого зв'язку середньої сили між рівнем психічної напруженості та вірою у перемогу України. Віра у перемогу, з одного боку, виступає психологічним захистом, який мінімізує психічну напругу, а з іншого – постає певним психотерапевтичним стимулом, який надає не лише точку опори, а й дозволяє проєктувати найсприятливіші сценарії розвитку подій. Віра у перемогу постає конструктивною стратегією копінг-поведінки, яка забезпечує розвиток позитивних психологічних установок, які оптимізують внутрішній психологічний стан.

У статті також продемонстровано наявність взаємозв'язку між рівнем психічної напруженості та станом здоров'я українців через війну. Зокрема, було встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили між рівнем психічної напруженості та частотою головної болі, кількістю запаморочень, розладами травної системи та проблемами з апетитом, а також випадінням волосся, проблемами з пам'яттю, швидкою втомлюваністю, проблемами зі сном та дратівливістю. Важливим механізмом зниження психічної напруги українців є надання психологічної допомоги, яка зможе допомогти особистості змінити ставлення до воєнної травматизації, зокрема сприятиме пост-травматичному зростанню. Важливою умовою такого переосмислення є пошук нових способів взаємодії з оточенням, відновлення здатності до сенсотворення, пошуку нових смислів та ціннісно-смислових переорієнтацій, нового рефлексивного та відповідального життєтворення.

**Ключові слова:** психічна напруженість, війна, стрес, українці.

*The article analyzes the results of the study on the relationship between the level of mental tension and the circumstances in which the Ukrainians found themselves due to the war as well as the state of their health.*

**The purpose of the study** is to find the relationship between mental tension and the circumstances in which Ukrainians found themselves due to the war, as well as the state of their health.

**Findings.** In particular, a direct statistically significant relationship was found between the level of mental tension and the circumstances in which Ukrainians found themselves because of the war, namely: going abroad; the presence of close ones

who are in the city where active hostilities are taking place; the presence of close ones who are active duty in the military; the perception of the personality of events as a traumatic experience; a feeling of fear due to the war. Among the results of the study, there is an indirect statistically significant relationship between the level of mental tension and belief in the victory of Ukraine presented. Belief in victory, on the one hand, acts as a defence mechanism that minimizes mental stress, and on the other hand, it becomes a certain psychotherapeutic stimulus that provides not only accurate support but also allows you to design the most favorable scenarios for the development of the events. Belief in victory is a constructive strategy of coping behavior that ensures the development of positive psychological attitudes that optimize the internal psychological state.

The article also demonstrates the relationship between the level of mental tension and the state of health of Ukrainians due to the war. In particular, a direct statistically significant relationship between the level of mental tension and the frequency of headaches, the number of dizziness, digestive disorders and problems with appetite, as well as hair loss, memory problems, fatigue, sleep problems, and irritability. An important mechanism for reducing the mental stress of Ukrainians is the provision of psychological assistance, which can help the individual change their attitude towards war-related trauma, and in particular, contribute to post-traumatic growth. An important condition for such a rethinking is the search for new ways of interacting with others, the restoration of the ability to search for new meanings and value reorientations, and a new reflective and responsible life creation.

**Keywords:** mental tension, war, stress, Ukrainians.

**Постановка проблеми.** Повномасштабна війна Росії проти України стала великим суспільним потрясінням. Вона повністю унеможлиблює реалізацію життєвих перспектив, негативно впливає на психічний стан кожного українця, спричиняючи не лише емоційні страждання, а й серйозні загрози психічному здоров'ю. Варто зазначити, що незважаючи на те, що дорослій людині досить важко впоратися з жорстокістю війни, ще більш трагічні наслідки вона несе наступним поколінням, зокрема дітям. Дослідження демонструють, що діти, які пережили війни та конфлікти, страждають від значного вищого рівня психологічних проблем, оскільки після тяжких психічних травм війни в мозку дитини відбудуться фізіологічні зміни, які впливають на перебіг нервових імпульсів, прояв тривожності та здатності до емоційної регуляції [7]. Вона виступає стресором високої інтенсивності, що спричинює в українців багатовекторний спектр переживань, зокрема окрім емоційної сфери, значного ураження отримала: когнітивна, поведінкова, мотиваційна, ціннісно-смілова, фізіологічна та фізична [1]. Загалом, війна повністю трансформує суспільну життєдіяльність, міжособистісні стосунки, соціально-економічне становище, зайнятість та громадську активність. Масштаб цих змін є безпрецедентним як для України, так і для Європи у перспективі десятиліть. Водночас ці зміни впливатимуть на майбутнє у повенній Україні та її подальший розвиток загалом. Фіксування й осмислення цих змін надає можливість віднайти необхідне підґрунтя для оптимізації психічного стану українців.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Протягом останнього періоду часу увага дослідників до психологічних проблем, викликаних війною, значно зросла. Зокрема, С. Арефнія вивчає проблеми адаптації українців до умов війни, О. В. Медведєва досліджує психологічні особливості переживання горя під час воєнних дій, Т.М. Титаренко вивчає психологічні наслідки травматизації

війною, В.Г. Панок надає та розкриває особливості першої психологічної допомоги під час гострого періоду переживання травми війни для всіх категорій населення, які її потребують, зокрема діти і дорослі, сім'ї та підлітки. Карамушка Л. М. вивчає основні стратегії підтримки та збереження психічного здоров'я особистості під час війни. Проте, незважаючи на наявність широкого арсеналу матеріалу, методик та відомостей ця проблематика залишається маловивченою та актуальною.

**Мета статті.** Встановлення взаємозв'язку між психічною напруженістю та обставинами, у яких українці опинились через війну, а також станом здоров'я. **Методи дослідження.** Було проведено емпіричне дослідження, у якому брали участь 124 людини, серед яких: 96 жінок і 26 чоловіків. У дослідженні було використано методику «шкала психологічного стресу PSM 25 Лемура-Тесьє-Філіона» (в адаптації Н. С. Водоп'янової); авторський опитувальник для дослідження психологічного стану українців під час війни, а також перелік питань, які стосувались загальних відомостей, зокрема: місця знаходження досліджуваних та їх близьких, зокрема: закордоном (в якості біженця чи ні), в місці де ведуться активні бойові дії (в місці де не ведуться активні бойові дії) чи приймають участь в активних бойових діях). Досліджуваним також був наданий перелік симптомів довготривалого стресу (дратівливість, проблема зі сном, швидка втомлюваність, проблеми з пам'яттю; фізичні симптоми: головний біль, запаморочення, проблеми із травною системою, болі у печінці, проблеми з апетитом, випадіння волосся), у якому вони мали відмітити найбільш характерні для себе симптоми, які виникали останнім часом.

**Аналіз результатів дослідження.** Війна є найбільш вираженим негативним чинником, який впливає на психічне здоров'я особистості, оскільки цей чинник обумовлює пряму загрозу життю людини і різні вияви насильства (політичного, військового, економічного, сексуального тощо)[2; с. 8]. Під час

дослідження було виявлено взаємозв'язок між рівнем психічної напруженості та обставинами, у яких опинились українці через війну (Табл. 1). Зокрема, було виявлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок (сила зв'язку дорівнює 0,315, значущість 0,013) між рівнем психічної напруженості та обставинами, у яких опинились українці через війну. В досліджуваних, які залишились в Україні, відстежується менша вираженість стресу, і навпаки – досліджувані, які покинули України відчувають більш сильну психічну напругу. Такий результат свідчить про те, що люди, які змушені були покинути рідні домівки відчувають сильний стрес, який пов'язаний з необхідністю інтегруватися та адаптуватися до нових умов життя. Також це може бути пов'язано з тим, що значна частина людей, яким вдалося виїхати за кордон та врятувати своє життя, схильні відчувати провину – деструктивний психологічний феномен, який ґрунтується на підсвідомому страху особистості бути засудженим, яка, в свою чергу, значною мірою викликає психічне напруження. Більш того, почуття провини часто може супроводжуватися появою синдрому провини вцілілого. Згідно з поглядами Уільямом Г. Нідерландом, синдром вцілілого найбільш характерний для людей, які пережили тортури, концтабори, катастрофу, нещасний випадок. Він зумовлює сильне почуття провини, депресію, хронічну тривогу, нав'язливі думки, а також різноманітні когнітивні розлади такі як порушення пам'яті [8]. В той же час, значна частина українців, залишивши рідних та близьких, відчуття втрати та розлуки, яке, в свою чергу, зумовлює відчуття неспроможності допомогти та вплинути на ситуацію.

Під час дослідження було також виявлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,663, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та виїздом за кордон. Так, в досліджуваних, які поїхали з України, значно більша вираженість стресу. Натомість досліджувані, які залишились в Україні, виявляють меншу психічну напругу. В першу чергу це пов'язано з тим, що більшість українців за кордоном стикнулись з новими проблемами та труднощами. За словами Верховного комісара ООН у справах біженців Філіппо Гранді, ми є свідками найбільшої та найшвидшої у Європі кризи біженців з часів Другої світової війни. Кількість українців, які стали вимушено переміщеними особами наприкінці квітня 2022 р. становила більше, ніж 12 млн. осіб, з яких за межами України – майже 6 млн. Ніколи раніше вимушена міграція не мала такого стрімкого

та масштабного характеру [4]. З психологічної точки зору вимушена міграція як наслідок війни є кризовою ситуацією, яка призводить до глибокої трансформації цінностей, патернів поведінки, мотивів, цілей життєдіяльності тощо. Оскільки ситуація переселення мала непрогнозований та спонтанний характер, то відповідна спричинила стрес, стан психологічної дезадаптації, інтолерантності до невизначеності та ін. Добровільна міграція має початковий пункт, але не має кінцевого пункту призначення, однак її вимушений характер має певні відмінності: спостерігається низька мотивація до інтеграції та адаптації до нового місця проживання, що передбачає можливість повернення. Більш того, міграція українців часто супроводжується проживанням культурного шоку та в цілому «підпорядковується базовим психологічним закономірностям міграційного процесу (переживання втрати, почуття малоцінності, «комплекс іноземця», криза ідентичності, ностальгія, депресія тощо). Одночасно з культурним шоком, викликаним взаємодією з новим середовищем, українцям доводиться проживати і долати цілу низку специфічних психічних травм (так званих «травм мігранта»). У традиції західних країн психічна травма мігранта інтерпретується як «міграційне горювання» (*migratory grief* – англ.), яке відноситься до типу «розлука», а не «втрата об'єкта» [6]. «Особливістю цього типу горювання є його постійний і рецидивуючий характер, глибокий зв'язок з дитячим досвідом, множинність тригерів, що запускають або актуалізують процес горювання, етапність у процесі його опрацювання, амбівалентне ставлення до країни перебування, зв'язок з тією частиною населення, що залишається в рідній країні, переживання повернення в рідну країну як нової міграції, ймовірність поширення цього виду горювання на кілька поколінь» [2, с. 14]. Наслідком цього є симптомокомплекс, який спричинює «синдром втрати», формує відчуття самотності, призводить до втрати ідентичності, своєї приналежності, порушує існування усталених звичаїв та традицій, що, своєю чергою, унеможливує внутрішню гармонію, здатність залишатись самим собою. В той же час, він спричинює появу провини, «синдром вцілілого», який супроводжується відчуттям сорому у зв'язку з тим, що людина живе та ефективно рухається далі [2].

Серед отриманих результатів було виявлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок (сила зв'язку дорівнює 0,814, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та перебуванням в зоні бойових дій. Так,



в досліджуваних, які залишились в місці, де ведуться активні бойові дії, виявлено дуже високий рівень стресу, що цілком логічно, і навпаки, у досліджуваних, які покинули зону бойових дій виявлено нижчий рівень стресу, відповідно, менше виражена психічна напруга. Оскільки в зоні активних бойових дій у людини повністю відсутнє відчуття як фізичної так і психологічної безпеки, то відповідно, це значної мірою негативно впливає на фізіологічні процеси, а саме на якість сну, загальне самопочуття та психологічне благополуччя.

А також виявлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,513, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та наявністю близьких людей, які знаходяться в місці, де ведуться активні бойові дії. Так, досліджувані, які мають близьких в зоні активних бойових дій, характеризуються високим рівнем стресу, на відміну від досліджуваних, які не мають близьких в зоні бойових дій та виявляють меншу психічну напругу. Крім того, виявлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,694, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та наявністю близьких людей, які беруть участь у бойових діях. А саме у досліджуваних, що мають близьких, які беруть участь у бойових діях більша вираженість стресу, в той час як досліджувані, що не мають близьких, які беруть участь у бойових діях, характеризуються меншою вираженістю стресу та психічної напруги. Варто зазначити, що значну роль у зростанні психічної напруги відіграє емпатія, а також страх втратити близьких, Зокрема, постійна тривога щодо безпеки рідних може спричинити зростання глюкокортикоїдних гормонів, які, своєю чергою, викликають стрес [9].

Цікавим результатом виявилось наявність непрямого статистично значущого зв'язку середньої сили (сила зв'язку дорівнює -0,417, значущість 0,02) між рівнем психічної напруженості та вірою у перемогу України. Так, у досліджуваних, які вірять у перемогу України виявлено менший рівень стресу. І навпаки – досліджувані, які не вірять у перемогу України характеризуються більшим рівнем стресу, сильною психічною напругою. Віра у перемогу, з одного боку, виступає психологічним захистом, який мінімізує психічну напругу, а з іншого – постає певним психотерапевтичним стимулом, який надає не лише точну опору, а й дозволяє проєктувати найсприятливіші сценарії розвитку подій. Віра у перемогу постає конструктивною страте-

гією копінг-поведінки, яка забезпечує розвиток позитивних психологічних установок, які оптимізують внутрішній психологічний стан.

Під час дослідження було виявлено наявність прямого статистично значущого зв'язку середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,423, значущість 0,034) між рівнем психічної напруженості та сприйняттям особистості подій як травмуючого досвіду. Тобто, досліджувані, які сприймають війну як травмуючий досвід, відчують психічну напругу значно сильніше. Та навпаки, досліджувані, які не сприймають війну як травматичний досвід, виявляють значно меншу психічну напругу. Згідно з Т. М. Титаренко найефективнішим механізмом самозбереження є зміна ставлення до воєнної травматизації, яка сприятиме посттравматичному зростанню [5]. Зокрема, вона може виявлятися шляхом формування нових способів поведінки, взаємодії з оточенням, пошуку нових сенсів, ціннісно-смыслових переорієнтацій, а головне – здійсненням рефлексивного та відповідального життєтворення. Адже саме в часи кризи людина здатна більш уважніше подивитися на власну життєдіяльність, відштовхнутися від старих звичок на користь новим способам існування, усвідомити істинні бажання та пріоритети, трансформувати саму себе.

Також було виявлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,638, значущість 0,01) між рівнем психічної напруженості та відчуттям страху через війну. Так, в досліджуваних, які відчувають страх через війну більша вираженість стресу, в той час як досліджувані, які не відчувають страх через війну, виявляють менший рівень психічної напруги. Відповідно, відчуття страху паралізує нормальну життєдіяльність людини, воно негативно впливає на всі фізіологічні процеси, підвищує рівень гормонів стресу – кортизолу та адреналіну, знижує концентрацію уваги, погіршує пам'ять, погіршує мислинневі процеси, викликає відчуття тривоги, занепокоєння і напруги, що своєю чергою, повністю виснажує організм.

Отже, згідно отриманих даних можна зробити висновок, війна дійсно погіршує якість життя українців. Вони відчувають сильну психічну напругу через обставини, викликані війною, зокрема перебування у зоні бойових дій, необхідність покидати рідний дім, наявність рідних та близьких, що знаходяться у зоні бойових дій та беруть в них участь. Однак в ході дослідження встановлено, що віра в перемогу України дійсно підтримує бойовий дух та знижує стрес та психічну напругу українців.

Таблиця 1

## Взаємозв'язок психічної напруги та обставин, у яких опинились українці через війну

	Показник психічної напруги	
	Сила зв'язку	Рівень значущості
Ви зараз знаходитесь в Україні?	0.315	0.013
Ви поїхали з України через війну? (якщо знаходитесь закордоном)	0.663	0.000
В місті де Ви знаходитесь ведуться активні бойові дії?	0.814	0.000
Хтось з Ваших близьких знаходиться в місті, де ведуться активні бойові дії?	0.513	0.000
Хтось з Ваших близьких бере участь у бойових діях?	0.694	0.000
Чи вірите Ви у перемогу України?	-0.417	0.02
На Вашу думку, ці події є травмуючим досвідом для вас?	0.423	0.034
Ви відчуваєте страх через війну?	0.638	0.01

Під час дослідження особливостей психічного стану українців в умовах війни було виявлено наявність взаємозв'язку між рівнем психічної напруженості та станом здоров'я українців через війну (Табл. 2).

Зокрема, було встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,610, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та частотою головної болі. В досліджуваних, які відчувають стрес через війну, частіше болить голова. І навпаки, досліджувані, які відчувають менший стрес та психічну напругу, менше страждають від головної болі. Крім того було встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,671, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та частотою запаморочень. Відповідно, в досліджуваних, які відчувають стрес через війну, частіше виникають запаморочення, в той час, як досліджувані, які відчувають менший стрес, менше страждають від запаморочення. Гормони стресу прискорюють серцебиття та сильне скорочення серцевого м'яза, а кровоносні судини, які спрямовують кров до великих груп м'язів та серця, розширюються, збільшуючи кількість крові, що перекачується в ці частини тіла, підвищують артеріальний тиск. В свою чергу надто високий або низький артеріальний тиск призводить до головної болі.

Встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,545, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та проблемами з травною системою. Тобто, в досліджуваних, які відчувають стрес через війну, частіше виникають проблеми з травною системою, в той час як досліджувані, які відчувають менший стрес, мають менше проблем з травною систе-

мою. Більш того, встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,535, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та проблемами з апетитом. Зокрема, в досліджуваних, які відчувають стрес через війну, частіше виникають проблеми з апетитом, на відміну від осіб, які відчувають меншу психічну напругу. Сильні негативні переживання, викликані стресом, порушують харчову поведінку особистості, призводячи до різноманітних розладів. А саме: надмірний викид гормонів стресу підвищує кількість шлункової кислоти, провокуючи ризик розвитку печії або кислотного рефлексу, відповідно, вони можуть повністю вивести з ладу систему травлення.

У дослідженні також було виявлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,579, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та проблемами з випадінням волосся. В досліджуваних, які відчувають стрес через війну, частіше виникають проблеми з випадінням волосся, аніж в досліджуваних, які відчувають менший стрес. В свою чергу, це пов'язано з тим, що гормони стресу адреналін і кортизол впливають на обмін речовин та загальний стан судин, відповідно вони спазмують судини, порушуючи живлення волоссяного фолікула, що призводить до змін в мікробні шкіри голови. В результаті загострюються або проявляються такі стани, як дерматит, себорея, волосся та ін.

Також було встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,541, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та проблемами з пам'яттю. Досліджувані, які відчувають сильну психічну напругу через війну, частіше скаржаться на проблеми

з пам'яттю, і навпаки: досліджувані, які виявляють менший рівень стресу менше страждають від проблем з пам'яттю. Оскільки під час напруги та стресу в організм викидається гормон кортизолу впливає на гіпокамп і інші частини мозку, що відповідають за функцію запам'ятовування, він перешкоджає організму витратити достатню кількість енергії на концентрацію, зосередженість та запам'ятовування. Кортизол відноситься до глюкокортикоїдних гормонів та може спровокувати повну втрату пам'яті.

Було встановлено прямий статистично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,538, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та швидкою втомлюваністю. Досліджувані, які відчувають стрес через війну, швидше втомлюються, аніж досліджувані, які відчувають меншу психічну напругу. А також сильний, прямий статистично значущий зв'язок (сила зв'язку дорівнює 0,701, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та проблемами зі сном. Досліджувані, які відчувають стрес та психічну напругу через війну, мають проблеми зі сном. Відомо, що кортизол вважається антагоністом гормону сну – мелатоніну, відповідно, він перешкоджає його нормальному виділенню, що своєю чергою негативно впливає на загальну якість сну. Порушення сну постає фізіологічною реакцією організму, яка називають «адаптаційною інсомнією». Вона, своєю чергою, може призвести до стійких порушень роботи симпатичної та парасимпатичної нервової системи. Як наслідок, уночі організм раптово активізується, а вдень після нічної перенапруги – не в змозі активно працювати. Також встановлено прямий статис-

тично значущий зв'язок середньої сили (сила зв'язку дорівнює 0,609, значущість 0,000) між рівнем психічної напруженості та дратівливістю. Досліджувані, які відчувають психічну напругу та стрес через війну, частіше виявляють дратівливість, що цілком логічно, оскільки нестача відпочинку призводить до загального перевантаження нервової система, а також підвищення загального рівня невдоволеності та дратівливості.

Таким чином, проведене дослідження підтверджує, що сильна психічна напруга, викликана стресом через війну, дуже погіршує загальний стан та здоров'я українців. Найбільшою мірою це проявляється у тому, що досліджувані мають проблеми зі сном. Вимушений переїзд, знаходження у зоні бойових дій, наявність близьких, які перебувають чи беруть участь у бойових діях, посилюють психічну напругу, яка значною мірою погіршує самопочуття.

**Висновки.** В результаті проведеного дослідження було встановлено, що існує зв'язок між рівнем психічної напруги та станом здоров'я. У досліджуваних, які довгий час перебувають у стресовій ситуації, спостерігаються сильні головні болі, проблеми зі сном, дратівливість, погіршення пам'яті та інші симптоми стресу. Під час дослідження також було виявлено зв'язок між рівнем психічної напруженості та обставинами, в яких українці опинилися через війну. Перераховані симптоми частіше спостерігались в досліджуваних, які перебували за кордоном, знаходились в зоні бойових дій, виїхали за кордон або мали близьких, які знаходились в зоні конфлікту. Було виявлено, що віра у перемогу України перешкоджає прояву психологічної напруги в досліджуваних.

Таблиця 2

**Взаємозв'язок між станом здоров'я та показником психічної напруги**

	Показник психічної напруги	
	Сила зв'язку	Рівень значущості
Чи стали Ви частіше стикатися із головним болем?	0.610	0.000
Чи стали Ви частіше стикатися із запамороченням?	0.671	0.000
Чи стали Ви частіше стикатися із проблемами з травною системою?	0.545	0.001
Чи стали Ви частіше стикатися із болями у печінці?	0.145	0.471
Чи з'явилися у Вас проблеми з апетитом (відсутність апетиту або постійне бажання їсти)?	0.535	0.014
Чи стали ви частіше стикатись із проблемою випадіння волосся?	0.579	0.000
Чи погіршилася у Вас пам'ять?	0.541	0.000
Чи почали Ви швидше втомлюватися?	0.538	0.000
Чи з'явилися у Вас проблеми зі сном? (безсоння або нічні жахи)?	0.701	0.000
Чи стали Ви більш дратівливим?	0.609	0.000

Таким чином, кваліфікована допомога психологів наразі є необхідною всім українцям, які виїхали з України, залишились у зоні бойових дій, або чий близькі люди зараз на фронті.

Психологічна допомога допоможе людям відчувати себе у психологічній безпеці, яка знизить рівень стресу, та, відповідно, покращить самопочуття українців.

#### Література:

1. Арефнія С. В. Проблеми адаптації до умов війни українців, які стали героями телевізійної програми «Допомога психолога». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. №. 2 (26). С. 7-15. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.2.26.1>
2. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
3. Креденцер О. В. Карамушка Л. М., Франк, В., Клімов С. Концепція проекту «Соціально-психологічна підтримка українців в Німеччині» [Concept of the project «Social and psychological support of Ukrainians in Germany»]. *Організаційна психологія. економічна психологія*. 2022. №. 3-4 (27). С. 6-25. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.1>
4. Міграційна криза через війну: критична ситуація в Європі та ризики для України. URL: <https://evacuation.city/articles/259591/migracijna-kriza-cherez-vijnu-kritichna-situacija-v-yevropi-ta-riziki-dlya-ukraini->
5. Титаренко Т. М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. Проблеми політичної психології. 2017. Т. 5. №. 19. С. 3-10.
6. Hamburger A. et al. (ed.). *Forced migration and social trauma: Interdisciplinary perspectives from psychoanalysis, psychology, sociology and politics*. – Routledge, 2018.
7. Murthy R. S., Lakshminarayana R. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*. 2006. Т. 5. №. 1. С. 25-30.
8. Niederland W. G. Clinical observations on the «survivor syndrome.» // *The International Journal of Psychoanalysis*. 1968. № 49(2-3). С. 313–315.
9. Vaughan E. et al. Exploring emotion regulation as a mediator of the relationship between resilience and distress in cancer // *Psycho-oncology*. 2019. Vol. 28. №. 7. P. 1506-1512. DOI: <https://doi.org/10.1002/pon.5107>

#### References:

1. Arefniia, S. V. (2022). Problemy adaptatsii do umov viiny ukraintsiv, yaki staly heroiami televiziinoi prohramy «Dopomoha psykhohoha» [Problems of adaptation to war conditions of Ukrainians who became heroes of the television program “Psychologist’s Help”]. *Orhanizatsiina psykhohohiia. Ekonomichna psykhohohiia*, (2 (26)), 7-15. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.2.26.1> [in Ukrainian].
2. Karamushka, L. M. (2022). *Psykhichne zdorov'ja osobystosti pid chas vijny: jak jogho zbereghy ta pidtrymaty: Metod. rekomendaciji.* [Mental health of the individual during the war: how to preserve and support it: Methodological recommendations.] [in Ukrainian].
3. Kredencer, O. V., Karamushka, L. M., Frank, V., & Klimov, S. (2022). Konceptija projektu «Socialjno-psykhologhichna pidtrymka ukrajinciv v Nimechchyni». *ORGhANIZACIJNA PSYKhOLOGhIJa. EKONOMIChNA PSYKhOLOGhIJa*, (3-4 (27)), 6-25. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.1> [in Ukrainian].
4. Migracijna kry`za cherez vijnu: kry`ty`chna sy`tuaciya v Yevropi ta ry`zy`ky` dlya Ukrayiny` [Migration crisis due to war: critical situation in Europe and risks for Ukraine] (2022). Retrieved from <https://evacuation.city/articles/259591/migracijna-kriza-cherez-vijnu-kritichna-situaciya-v-yevropi-ta-riziki-dlya-ukraini-> [in Ukrainian].
5. Tytarenko, T. M. (2017). Osobystist pered vyklykamy viiny: psykhologhichni naslidky travmatyzatsii [Personality before the challenges of war: psychological consequences of traumatization]. *Problemy politychnoi psykhohohii*, 5(19), 3-10. [in Ukrainian].
6. Hamburger, A., Hancheva, C., Özçürümez, S., Scher, C., Stankovic, B., & Tutnjevic, S. (Eds.). (2018). *Forced migration and social trauma: Interdisciplinary perspectives from psychoanalysis, psychology, sociology and politics*. Routledge.
7. Murthy, R. S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 5(1), 25–30.
8. Niederland, W. G. (1968). Clinical observations on the «survivor syndrome.» *The International Journal of Psychoanalysis*, 49(2-3), 313–315.
9. Vaughan, E., Koczwara, B., Kemp, E., Freytag, C., Tan, W., & Beatty, L. (2019). Exploring emotion regulation as a mediator of the relationship between resilience and distress in cancer. *Psycho-oncology*, 28(7), 1506-1512. DOI: <https://doi.org/10.1002/pon.5107>

УДК 159.9 (075.8)

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.12>**Інна ЧУХРІЙ**

доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології та соціальної роботи, Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, Україна, 21000

**Inna CHUKHRII**

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor at the Department of Psychology And Social Work, Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, st. Ostrozhkogo, 32, Vinnytsia, Ukraine, 21000

**ДИТЯЧА ГРА В ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ  
РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ****CHILDREN'S GAME IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL  
ASSISTANCE TO CHILDREN OF EARLY AND PRESCHOOL AGE**

*У статті представлені результати теоретичного узагальнення проблеми дитячої гри дітей раннього та дошкільного віку. Визначено теоретичне підґрунтя сучасних методів психологічної допомоги дітям.*

*Встановлено, що спостереження за дитячою грою є основним методом в роботі дитячого психолога. Представлені психодіагностичні критерії розвитку дитячої гри.*

*У статті представлена схема ігрової діяльності дітей раннього віку: гра як предметно-маніпулятивна діяльність, зміст гри, сюжет гри, взаємодія дітей у грі, ігрові дії, ігрові предмети, конфлікти у грі, ігрове середовище, місце дорослого в керівництві грою, особливості мови в ігровій діяльності.*

*Визначено схему аналізу ігрової діяльності дітей дошкільного віку: підготовчий етап, сюжет та зміст гри, ігрові дії, рольове мовлення, руховий супровід гри, ступінь співробітництва та емоційний фон гри, завершення гри.*

*У статті пропонуються практичні рекомендації психологам для проведення ігрової терапії з дітьми, які зазнали травматичного впливу. Значне місце посідає дотримання сейтингу (правил) проведення ігрової терапії для відновлення переживання довіри та безпеки, що втрачається під час військових дій у дітей і їх батьків.*

**Ключові слова:** діти раннього віку, діти дошкільного віку, гра, ігрова терапія, психодіагностика, довіра, безпека.

*The article presents the results of a theoretical generalization of the problem of children's play of children of early and preschool age. The theoretical basis of modern methods of psychological assistance to children is defined.*

*It has been established that observation of children's play is the main method in the work of a child psychologist. Psychodiagnostic criteria for the development of children's play are presented.*

*The article presents a scheme of play activities of young children: play as a subject-manipulative activity, the content of the game, the plot of the game, the interaction of children in the game, game actions, conflicts in the game, the game environment, the role of an adult in leading the game, the peculiarities of language in game activity.*

*The scheme of analysis of play activities of preschool children is determined: preparatory stage, plot and content of the game, game actions, role-playing speech, motor accompaniment of the game, degree of cooperation and emotional background of the game, completion of the game.*

*The article offers practical recommendations for psychologists to conduct play therapy with children who have experienced a traumatic impact. Adherence to the setting (rules) of play therapy plays an important role in restoring the sense of trust and security lost during military operations in children and their parents.*

**Key words:** young children, preschoolers, play therapy, psychodiagnostics, trust, safety.

**Постановка проблеми.** Важливим завданням сучасної психологічної науки постає компетентна психологічна допомога населенню постраждалому від війни. Діти - найуразливіша категорія осіб, що потребують допомоги, і важливо не відкладати психологічну допомогу до завершення війни, здійснювати її вже сьогодні для попередження виникнення складних емоційних, соматичних та інших утворень.

При наданні психологічної допомоги дітям дошкільного віку, важливо враховувати не лише специфіку можливих травмувань, алей

й психологічні вікові особливості, провідну діяльність та враховувати можливості явищ регресу до попередньо сформованих стадій розвитку дитини.

Гра є важливим інструментом при наданні психологічної допомоги дітям, саме у грі ми можемо розпізнати виникаючі загрози, надати можливість дитині відреагувати травматичні та тривожні події, спрогнозувати успішне подолання складних життєвих ситуацій.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливими у психологічній допомозі дітям є наукові праці відомих ана-

літиків та розробників теорії об'єктних стосунків – Д.В.Віннікота, М.Кляйн, А.Фрейд, З.Фрейдта, Р.Шпіца [ 9; 11; 12]. За допомогою вивчення їх наукового спадку ми можемо не лише зрозуміти природу розвитку психічного апарату дитини, але й зрозуміти вектори надання психологічної допомоги при його порушенні.

Зважаючи на те, що військові дії в першу чергу порушують довіру, і зокрема довіру до світу, важливого значення при вивченні методів психологічної допомоги набуває теорія прихильності Дж.Болбі [ 8].

Ігровій терапії присвячений цілий ряд вітчизняних наукових робіт. О.Федій описує лялько-терапію як засіб розвитку дітей, а у випадках порушення розвитку має застосування зазначеного методу виконує завдання корекційно-реабілітаційної роботи [ 3]. Ж.Семеніна, А.Голяченко описують ігротерапію як засіб реабілітації дітей із затримкою рухового розвитку [ 2]. У їх науковій публікації висвітлені переваги гри при розвитку пошкоджених функцій дитини.

С.Литвиненко визначає гру як джерело задоволення, і саме тому вона активізує дітей і дорослих. Ігротерапія у розумінні автора – провідний метод психологічної допомоги дітям. Саме завдяки цілющим особливостям дитячої психіки під час гри творчо розв'язуються проблеми і зцілюються психічні травми [1].

**Завдання статті:** дослідити специфіку дитячої гри, визначити психодіагностичні критерії гри дітей раннього та дошкільного віку.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дитяча гра за своєю природою є унікальною. Дослідження дитячої гри ми можемо віднайти у працях багатьох науковців. Саме дитячій грі присвячені праці і засновників психотерапевтичних напрямків.

Спостерігаючи за дитячою грою Я.Морено помітив, що саме під час неї діти знаходять вирішення конфліктів. Він працював у таборі біженців, і хотів допомогти вийти із життєвої кризи дорослим за допомогою цілющої дитячої гри [ 10].

В подальшому зазначений досвід Я.Морено став підґрунтям для психотерапевтичного напрямку – психодрами.

Саме спостереження за дитячою грою є першим важливим етапом психологічної допомоги. Дитяча гра розкриває внутрішній світ дитини, її переживання, вказує на травматичну ситуацію та розкриває той момент дитячого досвіду, який дитина не може пройти самотійно.

Важливими є діагностичні критерії, які є тим конструктом до якого звертаються спеціалісти, щоб зрозуміти: чи є регресивні процеси у психіці дитини (повернення до попередніх етапів розвитку дитини), як дитина переживає конфлікти ситуації та інше.

**Схема аналізу розвитку ігрової діяльності дітей раннього віку**

**1. Гра як предметно-маніпулятивна діяльність.**

1. Оволодіння діями з предметами за участю дорослого:

- а) неспецифічне використання знарядь;
- б) спроби специфічного використання знарядь;
- в) оволодіння специфічного використання знарядь за допомогою дорослого, який або показує, або надає мовленнєвий супровід дії).

2. Перенесення дії:

а) з одного предмету на інший, що пропонується на початкових етапах дорослим;

б) з однієї ситуації на іншу.

3. Виникнення ігрової дії:

а) порівняння своєї дії з діями дорослого та присвоєння собі імені дорослого;

б) самостійна ігрова дія (дитина діє так, як дорослий).

**2. Зміст гри.**

Необхідно звертати увагу на зміст гри ( одно актові ігрові дії, або ж гра складається з двох або декількох елементарних дій, ніяким чином не пов'язаних між собою, або гра – це ланцюг життєвих дій).

Також, звертаємо увагу на те наскільки різноманітний зміст гри. Та як часто повторюються ігри з однаковим змістом.

**3. Сюжет гри.**

1. Чи наявний сюжет в грі?

2. Наскільки різноманітні сюжети гри? Вказати кількість та назви.

3. Наскільки стійкий сюжет.

4. Скільки подій дитина об'єднує в один сюжет.

5. Чи представлений сюжет у вигляді ланцюга послідовних подій?

6. Як проявляється спільна побудова та розвиток сюжету?

7. Які джерела сюжету гри (мультфільми. Книги, копіювання дорослих, побутові ситуації, суспільна взаємодія)?

**4. Взаємодія дітей в грі.**

1. Які знаряддя використовують для взаємодій з партнером по грі (мова, предмети дій, міміка. Жести).

2. Чому надає перевагу дитина: грати самотійно або ж входить в ігрову взаємодію?

**1. Ігрові дії ігрові предмети.**

1. Чи використовує в грі дитина предмети замітники.

2. Чи дає мовленнєве пояснення предметам-замінникам.

3. Хто ініціює вибір предмета замітникаб дорослих чи сама дитина.

4. Чи використовує дитина позначення іграшки та з якою частотою. Чи є в дитини улюблена іграшка?

5. Характеристика ігрових дійб ступень узагальнення, різноманітність. Яка роль слів для здійснення ігрової дії?

6. Як дитина сприймає уявну ситуацію чи грає з уявними предметами?

**6. Конфлікти в грі.**

1. яка причина виникнення конфліктів (володіння іграшкою, незгода з діями в грі?).

2. Шляхи розв'язання конфліктів: авторитарна допомога дорослого, запропонувати дитині іншу іграшку, переключення дитини іншою діяльністю).

**7. Ігрове середовище.**

1. Чи підготовлює дитина ігрове середовище заздалегідь (самостійно, або ж з допомогою дорослого) або ж предмети обираються під час гри.

2. Чи використовує дитина запропоноване ігрове середовище (обладнаний ігровий куточок) і як?

**8. Місце дорослого в керівництві грою.**

1. Чи звертається дитина до дорослого під час гри і з якого приводу?

2. Чи пропонує дорослому прийняти участь в грі?

**9. Особливості мови в ігровій діяльності.**

1. Звернення до дорослого мовленнєвими засобами.

2. Взаємодія дітей під час гри за допомогою мови.

3. Ознайомлення з світом людей та речей за допомогою мови.

4. Місце мови в розвитку започатковані рольової гри [ 4].

Схема аналізу розвитку ігрової діяльності дітей дошкільного віку

**Підготовчий етап:**

1. Реакція дітей на участь у грі.

2. Розподіл ініціативи у виборі сюжету гри, її композиції: чи обговорюється гра з партнером по грі, чи враховується думка всіх учасників гри, хто саме формує ігрову мету, чи попередньо програється задум гри.

3. Розподіл ролей у грі: прийняття ролі, визначення ролі для іншого, відмова від запропонованої ролі, трансформація ролі. Виконання правил гри.

4. Вибір іграшок та ігрових предметів: чи використовується запропонований ігровий простір, чи визначається межі ігрового простору.

**Ігрові етапи:**

1. Сюжет та зміст гри: природа сюжету гри, чи відбувається відповідність сюжету гри, чи все відбувається хаотично, чи дії дітей в грі взаємопов'язані.

2. Ігрові дії та використання ігрових предметів, іграшок: чи застосовує дитина предмети замітники, уявні предмети, за якими ознаками вибираються іграшки, чи предмети замітники, чи є мовлиннєвий супровід застосування іграшок.

3. Рольове мовлення та коментарі до гри: мовленнєва інтенсивність, інтонація, гучність, жестовий супровід мовлення, зміст мовленнєвих висловлювань.

4. Руховий супровід гри, фізичний контакт, застосування ігрового простору (ізолювання, переміщення у просторі, оволодіння ігровим простором), ставлення до фізичного контакту (уникання, підкорення).

5. Ступінь співробітництва та емоційний супровід гри: чи є звернення дитини до інших дітей у грі, які причини цього звернення, чи пропонується залучення інших дітей до гри. Які емоційні реакції всіх учасників гри, які реакції дітей на конфліктні ситуації, який розв'язок конфліктних ситуацій.. Який загальний емоційний настрій дітей у грі, чи змінюється настрій дітей під час гри. Динаміка кожної ігрової позиції учасників гри.

**Завершення гри:**

1. Чи завершується гра, чи здійснюється мета гри, виникає бажання зупинити гру, бажання продовжити гру.

2. Ставлення до продуктів спільної діяльності у грі [ 4].

Зазначені психодіагностичні критерії є узагальненими і дають нам розуміння про відповідність гри дитини її віковим особливостям, дають розуміння про наявні вікові регресивні. За допомогою запропонованих критеріїв ми розуміємо специфіку рольової позиції кожного учасника гри, можемо спів ставити їх із реальними життєвими ситуаціями дитини та побачити зцілювальні функції дитячої гри.

З.Фрей у своїх працях приходиться до висновку, що гра - це природній психотерапевтичний засіб. Саме під час гри дитина відтворює нестерпні та болючі переживання, поступово оволодіває ними і вони перестають бути такими загрозливими. І відповідно, можливість відігравати складні переживання у грі зменшує їх вплив на дитину. Цікаво, що в методі вільних асоціацій З.Фрейд вбачав

зниження рівня напруги та сили внутрішнього конфлікту саме через можливість вільних висловлювань пацієнтів [ 9].

Однією з перших, хто розробив метод ігрової терапії була А.Фрейд. Її метод знайшов продовження у працях М.Кляйн. Авторки визначали ігротерапію як метод взаємодії психотерапевта із дитиною, в якому психотерапевт проводить дитину по грі і дає інтерпретації [ 11].

У сучасній ігровій терапії важливим елементом є встановлення контакту із дитиною. Іноді, цей здавалося б простий елемент взаємодії потребує багато часу. Особливо у випадках складних життєвих обставин дитини, її травмування, або при порушеннях взаємодії з оточенням. Випадок може бути причиною встановлення контакту: зацікавленість іграшкою, зацікавленість елементами одягу та інше. Коли вже здається, що дитина не має бажання взаємодіяти, можна читати дитині книгу. Наприклад, читати українські народні казки. У казках зібраний транс генеративний досвід подолання народом травматичних ситуацій і подій. Саме у народних казках добро завжди долає зло, таким чином встановлюється баланс. В казках є образи героїв, що захищають, героїв з якими хочеться себе ідентифікувати. Саме у казках відбувається символічне опрацювання травматичного досвіду.

Дитина може зацікавитися казкою, може із зацікавленістю розглядати ілюстрації книги – це і є перша сходинка до встановлення психологічного контакту.

Важливо зазначити, що психолог не може займати пасивну позицію у дитячій грі. Він стає активним її учасником. Іноді у гру дитина вміщує складні переживання, які не можливо вербалізувати. І тоді, у доступній, не травматичній формі психолог може їх пояснити. Наприклад – «лялька видається сумною», або «якою тобі видається лялька?».

В моменти люті діти можуть зламати іграшку, важливо сконтейнувати ці переживання, не лякати не показати занепокоєння. І потім допомогти відремонтувати пошкоджену іграшку. Агресивні імпульси займають особливе місце у грі дітей, які зазнали пси-

хічних травмувань. Психологу потрібно дуже чуйно ставитися до прояву будь яких емоцій дитини. І розуміти, що емоції, які викликає дитяча гра, це вміщення у психолога тих переживань, які переживає дитина.

Іноді дитина дошкільного віку робить стереотипні маніпуляції з одною іграшкою. Що нагадує регрес до більш ранніх стадій розвитку, або розлади аутичного спектру. Потрібно надати можливість це зробити, і з часом, поступово, при нагоді доповнювати гру дитини іншими. Проте це можна запропонувати, щоб вибір був завжди за дитиною. Психолог лише спрямовує гру, і не є її ініціатором, чи головним персонажем.

Під час гри з хлопчиками потрібно бути готовим до гри в футбол, або у війну. І звісно, дуже складно забивати голи у психологічному кабінеті, проте – це і є дитяча гра.

Важливо зазначити, про постійність психологічної допомоги, постійність місця проведення, часу проведення та внутрішня стійкість самого психолога. Важливе значення має конфіденційність, важливо щоб дитина мала місце для свого власного простору, зрозуміло у межах, що підтримуються законодавчою базою. За допомогою зазначених засобів відбувається поступове відновлення втраченої довіри.

**Висновки.** Дитяча гра – це багатофункціональна, динамічна система взаємодії дитини із довкіллям та оточуючими людьми, у процесі якого відбувається засвоєння культурно-історичного досвіду, розвиток пізнавальних процесів, вираження емоцій, формування міжособистісної взаємодії та інші особливості (Г.С.Костюк, В.Зінченко). Дитяча гра містить відновлювальні та цілющі властивості, які допомагають дитині подолати тривожні та травматичні події за допомогою спеціаліста психолога чи психотерапевта. Важливо зазначити, що непоодинокі випадки надання психологічної допомоги і людьми, які не мають психологічної чи психотерапевтичної освіти, проте, були поруч із дитиною у складних життєвих обставинах і мали внутрішній потенціал для контейнування її переживань.

#### Література:

1. Литвиненко С. А. Ігрова терапія як засіб психологічної допомоги. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти* : зб. наук. пр. 2008. Вип. 41. С. 21–24.
2. Семеніна Ж.О., Голяченко А.О. Ігротерапія як засіб реабілітації дітей із затримкою рухового розвитку. *Медсестринство*, 2022. №2. С28-30.
3. Федій О. Зарубіжний досвід використання лялькотерапії у роботі з дітьми дошкільного віку. *Гуманіт. вісн. ДВНЗ «Переяслав-Хмельниць. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди»* : наук.-тер. зб, 2008. Вип. 14. С. 312–316.
4. Чухрій І.В. Вікове консультування: навчальний посібник. Вінниця: ВДПУ, 2019. 178 с.



5. Bowlby J. Pathological mourning and childhood mourning. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 1963. 11. P. 500–541.
6. Freud S. Standard Edition. 1915. Vol. XIV. P. 273–289.
7. Jacob L. Moreno. Psychodrama. Beacon House, 1946. 429p.
8. Klein R. H., Schermer V. L. Group Psychotherapy for Psychological Trauma. New York ; London : The Guilford press, 2000.
9. Spitz R.A. Hospitalism: an inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood. *The psychoanalytic Study of the Child*. 1945. 1. P 53-74.

#### References:

1. Lytvynenko S.A. (2008). Ihrova terapiia yak zasib psykhologichnoi dopomohy. Onovlennia zmistu, form ta metodiv navchannia i vykhovannia v zakladakh osvity : zb. nauk. pr. Vyp. 41. S. 21–24 [in Ukrainian].
2. Semenina Zh.O., Holiachenko A.O. (2022). Ithroterapiia yak zasib reabilitatsii ditei iz zatrymkoiu rukhovoho rozvytku. *Medsestrynstvo*. №2. S28-30.
3. Fedii O. (2008). Zarubizhnyi dosvid vykorystannia lialkoterapii u roboti z ditmy doshkilnoho viku. *Humanit. visn. DVNZ «Pereiaslav-Khmelnyts. derzh. ped. un-t im. H. Skovorody»* : nauk.-ter. zb, 2008. Vyp. 14. S. 312–316 [in Ukrainian].
4. Chukhrii I.V. (2019). Vikove konsultuvannia: navchalnyi posibnyk. Vinnytsia: VDPU. [in Ukrainian].
5. Bowlby J. Pathological mourning and childhood mourning. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 1963. 11. P. 500–541 [in Ukrainian].
6. Freud S. Standard Edition. 1915. Vol. XIV. P. 273–289.
7. Jacob L. Moreno. Psychodrama. Beacon House, 1946. 429p.
8. Klein R. H., Schermer V. L. Group Psychotherapy for Psychological Trauma. New York ; London : The Guilford press, 2000.
9. Spitz R.A. Hospitalism: an inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood. *The psychoanalytic Study of the Child*. 1945. 1. P 53-74.

Наукове видання

**НАУКОВІ ПРАЦІ  
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ  
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ  
ПСИХОЛОГІЯ**

**Випуск 3 (56), 2022**

Засновано 2001 року  
Видання виходить 6 разів на рік

Коректор *В. В. Ізак*  
Комп'ютерне верстання *Ю. В. Ковальчук*

Підписано до друку 08.12.2022 р.  
Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.  
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 5,35.  
Наклад 100 прим.

Надруковано: Видавничий дім "Гельветика"  
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1  
Телефони: (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08  
E-mail: mailbox@helvetica.ua  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.