



**ТАВРІЙСЬКИЙ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ**  
ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО  
V. I. VERNADSKY TAURIDA  
NATIONAL UNIVERSITY



**WESTERN SYDNEY**  
UNIVERSITY

**ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ, СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ  
ТА ПЕДАГОГІКИ  
WESTERN SYDNEY UNIVERSITY  
SCHOOL OF HUMANITIES AND COMMUNICATION ARTS,  
SYDNEY, AUSTRALIA**

Міжнародна науково-практична конференція

**«ПСИХОЛОГІЯ СВІДОМОСТІ:  
ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА  
НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ»**

*9 грудня 2022 року*

*м. Київ, Україна*



Львів – Торунь  
Liha-Pres  
2022

УДК 159.922(063)

П86

**Організаційний комітет:**

**Кудря Ігор Георгійович** – директор Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, д.ю.н., професор;

**Петрова Алла Сергіївна** – завідувач кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, к.п.н., доцент;

**Данилюк Іван Васильович** – декан факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка, професор кафедри експериментальної та прикладної психології, заслужений працівник освіти України, член-кореспондент НАПН України, д.п.н., професор;

**Калмикова Лариса Олександрівна** – завідувач кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти університету Григорія Сковороди в Переяславі, д.п.н., професор;

**Лозова Ольга Миколаївна** – завідувач кафедри практичної психології Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, д.п.н., професор;

**Біла Ірина Миколаївна** – професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, д.п.н., професор;

**Дробот Ольга Вячеславівна** – професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, д.п.н., доцент;

**Мітіна Світлана Володимирівна** – доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, к.п.н., доцент;

**Ernst Kozesnik** – Technical University of Wien of Austria. (Віденський технічний університет, Австрія), professor;

**Romenkova V. A.** – Riga Academy of Pedagogy and Management of Education, Riga, Latvia (Ризька Академія педагогіки і управління освітою, Латвія.), professor.

**Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень :**

П86 матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 9 грудня 2022 р., м. Київ. – Львів – Торунь : Liha-Pres, 2022. – 152 с.

ISBN 978-966-397-286-2

У збірнику представлено матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень» (9 грудня 2022 року, м. Київ).

**УДК 159.922(063)**

© Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, 2022  
ISBN 978-966-397-286-2 © Українсько-польське наукове видавництво «Liha-Pres», 2022

## ЗМІСТ

### **НАПРЯМ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СВІДОМОСТІ ЯК ПРЕДМЕТА ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ**

**Дробот О. В.**

Маргінальність професійної свідомості: теоретичні засади..... 7

**Лозова О. М.**

Міждисциплінарні методологічні зв'язки психосемантики  
та психолінгвістики ..... 11

**Пузирьов Є. В.**

Творчий підхід до підготовки майбутніх соціальних працівників..... 15

### **НАПРЯМ 2. ПСИХОЛОГІЯ СВІДОМОСТІ: ПРАВОВІ, ЕТНІЧНІ, ПРОФЕСІЙНІ, РЕЛІГІЙНІ, РЕГУЛЯТОРНІ ТА ІНШІ АСПЕКТИ**

**Біла І. М., Мацюк О.**

Профілактика професійного вигорання психолога..... 18

**Васильківська Н. С.**

Історія виникнення наркотичної адикції суб'єкта ..... 22

**Матрунчик А. С., Томіленко Д. Ю.**

Самість та роль терапевтичного штучного інтелекту ..... 26

### **НАПРЯМ 3. ЗНАКОВІ СТРУКТУРИ СВІДОМОСТІ ТА ВНУТРІШНІЙ СВІТ ОСОБИСТОСТІ: ВІЗУАЛЬНІ І ВЕРБАЛЬНІ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ**

**Гаваза Л. В.**

Дистинктивність як психологічний феномен ..... 30

**Калмиков Г. В., Доброскок С. С.**

Комунікативна толерантність в мовній свідомості  
майбутніх психологів ..... 32

**Калмиков Г. В.**

Психотерапія у мовній свідомості психологів: погляди і дискусії ..... 35

**Калмикова Л. О., Харченко Н. В., Мисан І. В.**

Новація в класифікації мов світу: проблеми мовної свідомості  
і мовної компетенції ..... 39

**Кириченко В. В.**

Психологічні аспекти безпеки особистості  
в умовах інформаційної війни.....44

**Костюченко О. В.**

Сприймання в основі усвідомленого психічного відображення світу .....47

**НАПРЯМ 4. КОГНІТИВНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ,  
РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

**Азаренков О. Г.**

Стресостійкість як складова професіоналізації  
майбутніх правоохоронців.....51

**Бахвалова А. В.**

Зв'язок самооцінки та об'єктивних факторів .....54

**Дробот О. В., Бекіров І. Е.**

Формування ціннісно-сміслової сфери особистості  
в постіндустріальному світі: теоретичний аналіз .....57

**Дробот О. В., Микитенко О. Б.**

Позитивне мислення та когнітивна сфера особистості .....61

**Ельканов Д. К.**

До проблеми переживання стресу цивільним населенням  
внаслідок війни .....64

**Князєв В. М.**

Особливості формування Я-концепції та самооцінки  
у дітей із синдромом дефіциту уваги та гіперактивності.....69

**Красілова Ю. М., Проскурня А. С.**

Форми і методи роботи соціального педагога з питань профілактики  
вживання наркотиків серед підлітків.....73

**Османова А. М., Герасименко Ю. С.**

Формування навичок самовизначення у здобувачів вищої освіти  
інклюзивних груп.....76

**Сова Т. В.**

Вплив дистанційної роботи на психологічний стан особистості .....78

**Шинкарьова Л. В.**

Психотерапевтична роль сім'ї у психологічній підтримці  
учасників бойових дій .....82

## **НАПРЯМ 5. ПСИХОДІАГНОСТИКА СВІДОМОСТІ, МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ**

**Власенко О. О.**

Цілеутворювальньо-інтенційний показник у психодіагностиці опанування професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів..... 86

## **НАПРЯМ 6. РОЗВИТОК СВІДОМОСТІ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ОНТОГЕНЕЗУ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

**Біла І. М.**

Психологічні чинники щастя та благополуччя..... 89

**Логвись О. Я., Слободянюк О. Л.**

Рефлексивність у структурі лідерських якостей майбутніх педагогів ..... 93

**Львовичкіна А. М.**

Формування екологічної свідомості як основи екологічної культури у підлітковому віці ..... 98

**Пирх А. В.**

Специфіка новоутворень психіки та особистості людини похилого віку ..... 101

**Семиченко В. А.**

Аутомониторинг особистісно-професійного розвитку як засіб формування професійної самосвідомості майбутніх фахівців ..... 105

**Тернова М. В.**

Психологічні особливості самооцінки в підлітковому віці ..... 111

**Shevchenko N. F., Alexandrova O. F., Alexandrov V. M.**

Theoretical approaches study of the problem of developing a future teacher's professional consciousness ..... 115

**Шепельова М. В.**

Особливості усвідомлення студентами власних потреб..... 119

## **НАПРЯМ 7. СВІДОМЕ Й НЕСВІДОМЕ: ПРОБЛЕМА СПІВВІДНОШЕННЯ В ПСИХІЧНІЙ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНДИВІДА, СУЧАСНІ ТЕРАПЕВТИЧНІ ПРАКТИКИ**

**Meyer A. A.**

«RASDance» music therapy methods as a way to improve the psychological state of a person with Parkinson's disease ..... 124

## **НАПРЯМ 8. САМОСВІДОМІСТЬ І РЕФЛЕКСИВНА САМООРГАНІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ**

**Дідковський С. В.**

Поняття рефлексивної самоорганізації особистості ..... 129

**Маслянікова І. В.**

Терапевтичні шляхи формування навичок самопізнання  
в освітньому середовищі ..... 133

**Мілютіна К. Л.**

Особливості депресивних станів студентства під час  
повномасштабного вторгнення Росії ..... 137

**Мітіна С. В.**

Особливості розвитку самосвідомості студентів-психологів ..... 140

**Репетій С. Т.**

Феномен духовності людини в контексті сучасного стану суспільства ... 144

**Хорошун К. Ю.**

Корейська поп-культура як чинник формування самосвідомості ..... 148

# НАПРЯМ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СВІДОМОСТІ ЯК ПРЕДМЕТА ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-1>

**Дробот О. В.,**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## МАРГІНАЛЬНІСТЬ ПРОФЕСІЙНОЇ СВІДОМОСТІ: ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ

**Анотація.** Аналізуються теоретичні підходи до дослідження маргінальності професійної свідомості майбутніх спеціалістів. Визначено, що маргінальність професійної свідомості є різновидом стану професійної свідомості, що й підкреслює значущість соціального контексту її становлення.

**Ключові слова:** маргінальність професійної свідомості, теоретичні засади, професійна свідомість.

### **Drobot O. Marginality of professional consciousness: theoretical foundations**

**Summary.** Theoretical approaches to the study of the marginality of the professional consciousness of future specialists are analyzed. It was determined that the marginality of professional consciousness is a kind of state of professional consciousness, which emphasizes the importance of the social context of its formation.

**Key words:** marginality of professional consciousness, theoretical foundations, professional consciousness.

Складність та суперечливість суспільно-економічної ситуації в Україні, пов'язана з російсько-українською війною, посилюється тим фактом, що багато випускників працюють не за здобутою спеціальністю, їхнє працевлаштування є спонтанним та ситуативно зумовленим. Це може бути свідченням посилення розриву між основними функціями вищої школи – функцією освітньою та функцією професійної

підготовки. Орієнтація професійної підготовки не на потреби економіки, а на ажіотажний попит на певні спеціальності призводить до того, що найбільш активна та освічена частина молоді після закінчення навчального закладу стає безробітною або вимушена їхати у пошуках роботи за межі країни.

Усвідомлюючи необхідність формування професійної свідомості та ідентичності, спеціаліст самостійно вирішує, якою мірою він приймає певну форму діяльності, певний спосіб професійної взаємодії та себе як професіонала. У кризовому суспільстві, в якому відбуваються значні соціально-економічні та політичні зрушення, нова, неочікувана інформація нерідко ставить свідомість людини у смисловий тупик, вихід з якого можливий в алогічні судження, в ілюзії, галюцинації та інші форми викривлення свідомістю реальності. Хотілося би зазначити, що терміном «професійна свідомість» можна охопити всі прояви свідомості, пов'язані з професійною діяльністю [2; 11]. Тому формування професійної свідомості, установки на професію є одним із найважливіших засобів зниження маргінальності професійної свідомості майбутнього спеціаліста.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У наукових працях О. Бутиліної, О. Волкової, Н. Воляннюк, О. Єрмолаєвої, Л. Кемалової, О. Кочкурової, В. Лапшиної, С. Ленькова, Г. Ложкіна, Ю. Парунової, Ю. Поваренкова, В. Пономаренко та ін. такий стан «проміжності» статусу майбутнього фахівця визначається як професійна маргінальність. Поряд з тим, у сучасних умовах підвищується деструктивна спрямованість процесів професійної маргіналізації, що визначає актуальність її дослідження, форм прояву та чинників.

Низка науковців, а саме: О. Бутиліна, О. Єрмолаєва, Е. Зеєр, В. Казміренко, Л. Пілецька та ін. пов'язують стан особистості з проблемою професійної мобільності, визначаючи маргінальність як проміжне положення людини між її професійними статусами. У зв'язку з цим поняття маргінальності професійної свідомості вимагає уточнення та докладного теоретичного аналізу.

Методологічною та теоретичною основою дослідження вищезазначеної теми постають: наукові принципи системного підходу, що розроблені у працях Б. Ананьєва, Б. Ломова, С. Максименка; методологічні позиції діяльнісного підходу С. Рубінштейна (принцип єдності свідомості і діяльності); концептуальні положення про розвиток особистості та її професійної свідомості в процесі професійної діяльності (В. Зінченко, О. Леонт'єв, В. М'ясищев); дослідницькі положення щодо відповідності особистісних якостей вимогам професії (А. Борисюк, Ю. Бохонкова, З. Ковальчук, В. Панок, В. Рибалка та ін.);



увявлення про трикомпонентну структуру професійної свідомості (О. Леонт'єв).

У наукових працях аналізуються зазвичай окремі аспекти проблеми. Так, найпоширенішим у науковій літературі є підхід до дослідження маргінальності професійної свідомості у взаємозв'язку з професійною мобільністю та професійною ідентичністю особистості [3; 7; 9]. Згідно з позицією Г. Ложкіна та Н. Волянюк, остання розглядається як інтегративної якості, що поєднує в собі сформовану внутрішню потребу особистості у змінах, розвинені когнітивні здібності й певні особистісні якості, а також знання та вміння, що визначають готовність до прийняття рішень при змінах у професійній діяльності [8].

Поряд із тим, згідно з підходом В. Казміренка, професійна мобільність особистості взаємопов'язана з процесом суб'єктного становлення особистості й має різні рівні виразності, що корелюють із такими характеристиками суб'єкта, як активність, самодетермінація, самовдосконалення, саморегуляція, саморозвиток. Професійну мобільність фахівця автор розуміє, як механізм адаптації, що дозволяє йому керувати ресурсами суб'єктності та професійною поведінкою [6].

Заслуговує на увагу думка Є. Іванченко про те, що професійна мобільність фахівця – це не лише його здатність змінювати свою професію, місце й рід діяльності, а й уміння приймати самостійні й нестандартні рішення, спрямовані на підвищення рівня свого професіоналізму, здатність швидко опанувати нове освітнє, професійне, соціальне й національне середовище [5].

Отже, маргінальність професійної свідомості є проявом або формою професійної мобільності особистості, коли вона потрапляє у проміжне положення між двома соціальними статусами. При цьому можуть актуалізуватися ті рівні професійної свідомості, які виступають формою індивідуально-особистісних систем значень.

В.Ф. Петренко визначає останні як притаманні окремій особистості способи світосприймання та категоризації дійсності, що продукують не лише об'єктивні знання, переконання, але й артефакти свідомості, ілюзії [10].

Своєю чергою, О. Єрмолаєва визначає професійну маргінальність як професійно небезпечний соціально-психологічний феномен, що є поведінковим концептуальним антагоністом професійної ідентичності [3; 4]. О. Єрмолаєва відмічає, що у професійному просторі зрушення рівноваги між професіоналами та маргіналами убик маргінальності знижує поріг соціальної прийнятності якості професійної праці, що у сфері соціально значущих професій може означати певну небезпеку фахівців для суспільства [4]. Дослідниця розрізняє два типи – носіїв функціональної та ментальної маргінальності.

Згідно з дослідженнями О. Бутиліної [1], яка надає емпіричні результати й окреслює за ними декілька груп показників проявів професійної маргінальності студентства, ми отримали можливість конкретизувати укладену у попередніх працях модель професійної свідомості [2] за рахунок її змістовного наповнення та виявити маргінальний стан свідомості студента в професійній сфері на етапі перебування у вищому навчальному закладі.

Таким чином, проаналізований матеріал надав змогу узагальнити ключові позиції щодо теоретичних засад дослідження маргінальності професійної свідомості майбутніх спеціалістів. Визначено, що саме професійна ідентичність є одним із провідних критеріїв становлення професіонала та водночас – зниження ризиків формування професійної маргінальності. З'ясовано, що маргінальність професійної свідомості є різновидом стану професійної свідомості, що й підкреслює значущість соціального контексту її становлення.

#### **Список використаних джерел:**

1. Бутиліна О. В. Професійна маргінальність студентів. *Вісник Львівського університету. Серія: соціологічна*. 2012. Вип.6. 81–87.
2. Дробот О.В. *Психосемантика управлінської свідомості керівника: монографія*. Одеса: ОНУ ім. І.І. Мечникова; Донецьк: Східний видавничий дім. 2014. С. 372.
3. Ермолаєва О. П. Професійна ідентичність і маргіналізм: концепція і реальність. *Психологічний журнал*. Т.22, №4. 2001. С. 51–59.
4. Ермолаєва О. П. Психологія професійного маргінала у соціально значимих видах праці. *Психологічний журнал*. Т. 22, № 5. 2001. С. 69–78.
5. Іванченко Є. А. *Професійна мобільність майбутніх фахівців: Навчально-методичний посібник*. Одеса. 2004. С. 120.
6. Казміренко В. П. Соціально-психологічна регуляція діяльності організацій *Психологія і суспільство*. № 2. 2004. С. 5–29.
7. Кузьміна, І.П. Професійна ідентичність майбутніх фахівців. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. Випуск 1. 2012. С. 102-106.
8. Ложкин, Г. В. & Волянук, Н. Ю. Маргіналізм у контексті професійної кар'єри суб'єкта. *Матеріали Другого Міжнар. наук. форуму «Коломінські читання»*, 19 лют. 2008. Київ: Персонал. С. 46–53.
9. Пілецька, Л.С. Професійна мобільність особистості: психологічний аспект аналізу. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. № 3 (32). Луганськ: Вид-во СНУ ім. В. Даля. 2013. С. 197-202.

10. Петренко, В. Ф. *Основи психосемантики*. 2-е изд. доп. Санкт-Петербург: Пітер. 2005. С. 480.

11. Шевченко, Н. Ф. Становлення професійної свідомості. *Психологія і суспільство*. № 4. 2009. С. 167-180.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-2>

**Лозова О. М.,**

*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри практичної психології  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

## **МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗВ'ЯЗКИ ПСИХОСЕМАНТИКИ ТА ПСИХОЛІНГВІСТИКИ**

**Анотація.** Проведено порівняльний методологічний аналіз психолінгвістики і психосемантики: показано роль двох дисциплін в окремих галузях теоретичних та прикладних досліджень; окреслено коло спільної проблематики та методів дослідження, специфіку предмета та відмінності методологічних підходів.

**Ключові слова:** психосемантика, психолінгвістика, методологія, методи дослідження.

### **Lozova O. Interdisciplinary methodological connections of psychosemantics and psycholinguistics**

**Summary.** A comparative methodological analysis of psycholinguistics and psychosemantics is carried out: the role of the two disciplines in separate branches of theoretical and applied research is shown; the range of common issues and research methods is outlined; specifics of the subject and differences in methodological approaches.

**Key words:** psychosemantics, psycholinguistics, methodology, research methods.

Якщо в сучасній науці психічне розуміється в парадигмі «відображення об'єктивної дійсності», то дослідження феноменів породження й функціонування людської суб'єктивності є суттєвим продовженням даної парадигми. Тому одним із провідних завдань психології останніх десятиліть постає реконструкція суб'єктивного людського світу, який характеризує унікальність та своєрідність кожної особи. Носій свідомості – *persona linguistica* – являє собою складний і

багатоаспектний об'єкт вивчення для багатьох наукових дисциплін – філософії мови, лінгвістики, логіки, семіотики, теорії комунікації, нарешті, для психолінгвістики і психосемантики.

Інтерес до проблем мовленнєво-мисленнєвої діяльності суб'єкта набув особливого статусу в 50-60 рр. двадцятого століття з появою нової стикової дисципліни – психолінгвістики, а пізніше, в 80-і роки – з появою на науковому обрії психосемантики.

У вітчизняній науці психолінгвістика і психосемантика виникли і розвивалися як невід'ємні галузі загальної психології, з опорою на теоретичний базис класичної російської філософії, культурно-історичної теорії Л.С. Виготського, на праці О.М. Леонтьєва, О.Р. Лурії, О.О. Леонтьєва.

Перспективною галуззю досліджень суб'єктивного світу людини сьогодні є психосемантика, що увійшла в науку разом із працями піонерів у цій галузі О.Г. Шмелёва, В.Ф. Петренка, пізніше – О.Ю. Артем'євої, натхненниці наукової школи психології суб'єктивної семантики свідомості.

Психосемантика свідомості репрезентує те предметне поле, на якому розгортається спосіб перцепції, структурування та категоризації елементів картини/образу світу, притаманної певній спільноті або індивіду. У відомих працях В.Ф. Петренка семантичні простори виступили операційною моделлю категоріальних структур індивідуальної й суспільної свідомості, а їхня будова дозволила реконструювати картину світу, властиву як окремому суб'єктові, так і будь-якій соціальній групі. У зв'язку з цим психосемантичний підхід знайшов широке застосування у дослідженнях суспільного менталітету, в етнопсихології, політичній психології, теорії масових комунікацій і психолінгвістиці.

Науковий доробок О.Ю. Артем'євої репрезентує проблему значення в контексті індивідуального або колективного досвіду, експериментально доводить існування семантичного (зокрема, візуального) коду реальності. Констатований тут зв'язок когнітивної та емоційно-оцінної сфери особистості поклав теоретичне підґрунтя під експериментальне дослідження суб'єктивної семантики певної соціальної групи, спільноти.

Як психосемантичний, так і психолінгвістичний підхід практикуються в галузях етнопсихології (В.Ф. Петренко, Г.У. Солдатова, В.Ю. Хотинець), аксіології (Н.О. Низовських), психології мистецтва, у дослідженнях моральної, буденної, професійної, політичної, громадянської, правової свідомості (В.Ф. Петренко, Улибіна О.В.).

Описуючи психологічну репрезентацію системи значень, дослідники оперують термінами «інформаційний тезаурус»,

«суб'єктивний словник», «ментальна енциклопедія», «концептуальна система», наділяючи їх схожим змістом. Ця модель світу в людській свідомості – основоположна структура, що дозволяє людині орієнтуватися в навколишній дійсності – базується на знаннях індивіда про значення слів, зв'язках між ними і правилах їх вживання.

Головним та об'єднавчим постулатом психолого-лінгвістичного і психосемантичного вивчення феномена мовлення і мислення є дихотомія значення і особистісного смислу. Смисл трактується як структурний елемент свідомості й діяльності. Різниця парадигм полягає в інтерпретації мисленневих процесів, що забезпечують зв'язок «знак-референт», розглядається з позиції образної, реактивної та інформативної теорій значення.

Оскільки «свідомий сенс виражає відношення мотиву до мети» дії [1, 204], то психологічним змістом вербальної комунікації постає мотив-мета «розуміти і бути зрозумілим», тобто не що інше, як смисловираження та смислосприйняття.

Література, присвячена психологічному вивченню смислу, охоплює широке коло тем: в їх числі праці, що аналізують онтологію смислу і смислоутворення та містять висновки про: континуальність (безперервність) смислоутворення і дискретність систем значень, про смисл як складову концептуальної системи носія мови, «просторовість» індивідуальних систем значень та інше.

Як при дослідженні мови, так і при дослідженні вербальної свідомості виявляється діалектика одиничного, особливого і загального. Так, мовна діяльність спирається на одиничне (мовна здатність індивіда), загальне (соціально зумовлена система мовних знаків) і особливе (індивідуальні мовленнєві акти, індивідуальні та групові системи значень). Дотичні ці категорії і до понять семантики: концепт (одиничне), «особистісний сенс» (особливе), «значення слова» (загальне) [2].

Окреслимо коло спільної проблематики психолінгвістики і психосемантики: це проблема розуміння, діагностики мовного розвитку, конотативної функції мови і конотативного значення, континуальності смислоутворення та дискретність одиниць значення; динаміка і трансформації смислів і індивідуальна специфіка мовного мислення; побудова семантичного простору свідомості, механізмів породження, сприймання й розуміння людиною значень і смислів [5].

Разом з тим, психосемантиці і психолінгвістиці як наукам притаманна своя специфіка предмета і методів. У психосемантиці, зокрема, семантична структура мови розглядається у поєднанні зі смисловою сферою особистості. Розуміння значення й смислу постає в традиції діяльнісного підходу [3].

Відмінності методологічних підходів до об'єкта виявляються і у ставленні до першоелементів дослідження, в силу неоднорідності досліджуваних в цих дисциплінах феноменів та виділених в них одиниць аналізу: мислення – думка; мова – слово; логічне міркування – судження; породження мовлення – смислопородження.

На наш погляд, перспективним для обох галузей є: вічна тема зв'язку мовної свідомості та образу світу, дослідження механізмів об'єктивації особистісних смислів в розгорнутому мовленні, питання одиниць і видів номінативних актів, смислотвірні стратегії у вирішенні семантичних задач, зацікавленість суб'єкта в реалізації своєї мовної здібності.

Методичний арсенал, прийнятний для обох дисциплін: семантичний диференціал, асоціативний метод, контент-аналіз, інтент-аналіз тестів, дискурс-аналіз, методика репертуарних решіток (Ф. Франселла, Д. Банністер [4]), метод вимірювання семантичної відстані між поняттями (Ю.А. Орлов, А.П. Журавльов), техніка визначення когнітивної складності мовця (О.Г. Шмельов, В.І. Похилько), методики визначення стратегії смислоутворення і стратегій розуміння тексту, кількісні та якісні характеристики мовлення.

Таким чином, теоретичні й емпіричні напрацювання в галузі психолінгвістики і психосемантики відкривають можливості на їх основі конструювати прикладні підходи до оптимізації мовної компетентності людини та розвитку її мовленевих здібностей.

#### **Список використаних джерел:**

1. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва: Политиздат, 1975. 262 с.
2. Лозова О.М. Психосемантика смислових трансформацій у метафоричному мовленні : монографія. Львів : Сполом, 2022. 144 с.
3. Лозова О.М. Методологія психосемантичних досліджень етносу: монографія. Київ: Слово, 2011. 176 с.
4. Франселла Ф., Банністер Д. Новый метод исследования личности: руководство по репертуарным личностным методикам / пер. Ю.М. Забродина, В. И. Похилько. Москва: Прогресс, 1987. 232 с.
5. Osgood Ch. G. J. Suci. Factor analysis of meaning. *Semantic Differential technique : a source-book*. Chicago. 1969. P. 42–55.

**Пузирьов Є. В.,**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **ТВОРЧІЙ ПІДХІД ДО ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

**Анотація.** У статті надано характеристику свідомої творчої особистості соціального працівника, висвітлено основні аспекти становлення майбутнього соціального працівника в межах соціальної творчості: когнітивний, прогностичний та перетворювальний; визначені головні типи діяльності для формування творчої особистості майбутніх соціальних працівників: науково-логічна, практико-технологічна (побутова), ситуативна (спонтанна, розсудлива).

**Ключові слова:** творча особистість соціального працівника, головні типи творчої діяльності соціального працівника.

### **Puzryov Ye. A creative approach to the training of future social workers**

**Summary.** The article provides a description of the conscious creative personality of a social worker, highlights the main aspects of the formation of a future social worker within social creativity: cognitive, prognostic and transformative; the main types of activities for the formation of the creative personality of future sociologists are determined: scientific-logical, practical-technological (domestic), situational (spontaneous, prudent).

**Key words:** The creative personality of a social worker, main types of creative activity of a social worker.

Сучасні характеристики суспільного життя висувають жорсткі умови до особистісних та професійних якостей соціального працівника. Ефективна робота установ соціального захисту неможлива без висококваліфікованих працівників, які мають досконало володіти усіма необхідними професійними навичками та вміннями.

Система підготовки соціального працівника, яка виникла протягом останніх років і постійно розробляється науковцями, головним чином зорієнтована на оволодіння ним певною системою теоретичних знань, де важливе місце посідають філософія, соціологія, психологія, педагогіка тощо; спеціальних умінь, методик і технологій. Однак успіх професійної

діяльності соціального працівника залежить у великій мірі від його особистісних характеристик: системи цінностей, психолого-педагогічної культури, самосвідомості тощо, про що неодноразово наголошували такі авторитетні українські та зарубіжні дослідники, як В. Андрущенко, В. Васильєв, Є. Климов, А. Капська, Л. Коваль, І. Мигович, А. Мудрик, В. Полтавець, К. Шендеровський та ін. [1, с. 74]. З огляду на ці фактори разом зі світоглядною та професійною підготовкою майбутніх соціологів особливого значення набуває особистісна підготовка, метою якої є формування професійно значущих якостей, її творчої спрямованості.

Творча особистість – це цілісна людська індивідуальність, яка виявляє розвинені творчі здібності, творчу мотивацію, творчі вміння, що забезпечують їй здатність породжувати якісно нові матеріали, технології та духовні цінності. За думкою Б. Новікова, творчість у її філософському розумінні повинна неодмінно розглядатись не в значенні (сенсі, якості) однієї з предикатних характеристик людської діяльності..., але як сутність та істина цієї діяльності... Іншими словами – як найбільш розвинена форма розвитку, як спосіб буття [3, с. 5].

В сучасних умовах творчість розуміється у вузькому значенні слова – як творча діяльність людини, і майже забуто закладене ще на початку століття традиційне розуміння творчості – як механізму розвитку.

Враховуючи те, що професійне становлення особистості є механізмом розвитку в межах професійної діяльності, певним чином можна говорити про приналежність професійного становлення майбутнього соціального працівника до соціальної творчості.

Серед аспектів професійного становлення майбутнього соціального працівника в межах соціальної творчості передусім необхідно виділити когнітивний, прогностичний та перетворювальний [2, с. 67]. У когнітивному аспекті творчість пронизує увесь процес пізнання природи і динаміки професійного становлення майбутнього соціального працівника, властивостей його елементів, зв'язків і взаємодій. Прогностичний аспект включає конструювання моделей майбутньої професійної реалізації. Перетворювальний аспект припускає створення нових форм професійних зв'язків і стосунків, продукування нових способів професійної діяльності, а також становлення майбутнього соціального працівника як суб'єкта професійної діяльності.

Творча особистість формується в процесі соціалізації через механізми адаптації, інтерналізації, тобто переведення у внутрішній світ людини соціальних цінностей, норм, ідеалів та ін. та екстерналізації, тобто об'єктивізації цих норм у поведінці, діях, вчинках.

Майбутнього соціального працівника, орієнтованого на творчу активність, можна визначити як особу, що має більшою чи меншою



мірою високий рівень мотивації досягнення, гнучкість саморегуляції, підвищеною відповідальністю за прийняття й реалізацію рішень, деяку автономність в підході до оцінки результатів діяльності.

Але існує декілька проблем, що виникають при професійному становленні майбутнього соціального працівника: 1) труднощі професійного самовизначення; 2) труднощі професійної персоналізації; 3) труднощі самоорганізації. Ці проблеми можуть бути вирішені за допомогою рефлексії.

За способами дій психологи виділяють наступні основні типи творчої діяльності: науково-логічна, техніко-конструктивна (технічна), музично-рухова, образно-художня (мистецька), вербально-поетична (літературна), практико-технологічна (побутова), ситуативна (спонтанна, розсудлива).

З названих типів творчої діяльності для майбутніх соціальних працівників, на наш погляд, особливо актуальними є науково-логічна, практико-технологічна (побутова), ситуативна (спонтанна, розсудлива). Вони охоплюють собою велике коло видів творчої діяльності, спрямованих на досягнення певних наукових результатів.

Таким чином творчості майбутнього соціального працівника властивий інтегральний характер, оскільки вона являє собою комплексну пізнавально-перетворювальну діяльність, що складається із взаємозалежних компонентів: теоретичних досліджень, експериментів, розв'язання практичних завдань тощо. Для студентів університету цей вид творчості має виключно важливе значення, оскільки крім особистісного вдосконалення надає можливість для розвитку професійно необхідних якостей особистості студента.

### **Список використаних джерел:**

1. Григоренко В. Соціальна робота: теорія і практика. *Творчість як основної ресурс відродження України. Матеріали 11 Міжнародної науково-практичної конференції*. Київ, 12-13 травня 2011 р. Київ: НТУУ «КПІ», 2011.с.74-75.

2. Жирун О.А. Професійне становлення особистості як соціальна творчість. *Творчість як спосіб буття свободи. Матеріали 12 Міжнародної науково-практичної конференції*. Київ, 16травня 2013 р. Київ: НТУУ «КПІ», 2013. с. 67-68.

3. Новіков Б.В. Творчість як спосіб здійснення гуманізації: Монографія. 2-е вид. Київ: НТУУ «КПІ», 2013. 467 с.

## НАПРЯМ 2. ПСИХОЛОГІЯ СВІДОМОСТІ: ПРАВОВІ, ЕТНІЧНІ, ПРОФЕСІЙНІ, РЕЛІГІЙНІ, РЕГУЛЯТОРНІ ТА ІНШІ АСПЕКТИ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-4>

**Біла І. М.,**

*доктор психологічних наук,  
професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

**Мацюк О.,**

*здобувачка ОС «Магістр»  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

### ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГА

**Анотація.** Професійне вигорання веде до виснаження емоційних та особистісних ресурсів людини, а у зв'язку із сучасними викликами дане питання стає розповсюдженим саме серед психологів. Не можна ігнорувати дану проблему, тому що це може призвести до погіршення фізичного та психічного здоров'я.

**Ключові слова:** синдром вигорання, професійне вигорання, емоційне виснаження, профілактика.

**Bila I., Matusiuk O. Prevention of professional burnout of a psychologist**

**Summary.** Professional burnout leads to the depletion of a person's emotional and personal resources, and in connection with modern challenges, this issue is becoming widespread among psychologists. It is impossible to ignore this problem, because it can lead to deterioration of physical and mental health.

**Key words:** burnout syndrome, professional burnout, emotional exhaustion, prevention.

У зв'язку з сучасними викликами сьогодення ми все частіше чуємо слова: стрес, втома, надмірне навантаження, виснаження. Саме ці слова можуть охарактеризувати синдром вигорання.

Згідно з визначенням ВОЗ (2001), синдром вигорання – це фізичне, емоційне або мотиваційне виснаження, яке характеризується порушенням продуктивності праці та втому, безсонням, підвищеною схильністю до соматичних захворювань, а також депресією, вживанням алкоголю або інших психоактивних засобів, що має тимчасовий ефект і тенденцію до розвитку фізіологічної залежності та, навіть, суїцидальної поведінки.

Якщо говорити саме про «професійне вигорання», то – це виснаження емоційних, розумових і енергетичних ресурсів людини, яке розвивається на тлі сильного хронічного стресу в роботі [1]. Розвитку синдрому «професійного вигорання» передують період підвищеної активності, тобто фахівець повністю занурюється у роботу, забуває про власні потреби. Найчастіше з даним синдромом стикаються психологи, соціальні працівники, вчителі, лікарі, тобто представники професії типу «людина – людина».

Питанню «професійного вигорання» приділяють увагу такі науковці, як Х. Дж. Фрейденберг, Г. А. Макарова, К. Маслач, Л. М. Карамушка, В. І. Ковальчук, Е. Л. Носенко, Дж. Грінберг та ін. Наукові здобутки вище зазначених вчених є актуальними та вагомими.

Якщо говорити про профілактику «професійного вигорання» психолога, то потрібно перш за все виявити симптоми, відслідкувати, які саме фактори впливають на виникнення/погіршення стану та визначити способи для покращення стану та подолання «професійного вигорання».

З метою профілактики професійного вигорання можна використовувати методи регуляції психофізичного стану на фізіологічному, емоційно-вольовому та ціннісно-сенсовому рівні [2, с. 141]. Акцентуючи увагу на перекислених зонах ризику, ми пропонуємо зосередитись на кожній окремо, наприклад:

**Фізіологічний рівень регуляції психофізичного стану** (вплив на фізичне тіло):

- дотримання режиму дня;
- достатньо тривалий (не менше 8 годин) і якісний сон;
- збалансоване, насичене вітамінами і мінералами харчування (особливо антистресовими вважаються мінерал магній і вітамін Е, який міститься у кукурудзі, моркві, ожині, горіхах, зернах соняшника, сої) з мінімальною кількістю жирів;
- фізичне навантаження (заняття спортом, ранкова гімнастика, танці, масаж тощо);

– терапія кольором (зелений та синій колір допомагають заспокоїтись, червоний та жовтий надають енергію і бадьорість);

– ароматерапія (запахи апельсину, бергамоту діють на нервову систему збуджуючи, з'являється відчуття приливу сил; запахи лаванди, анісу, шавлії діють заспокійливо, допомагають зняти нервову напруженість);

– дихальні вправи (заспокійливе з подовженим видихом дихання зменшує надлишкове збудження і нервову напруженість; мобілізуюче дихання зі збільшеним вдихом допомагає подолати в'ялість, сонливість);

– водні процедури (контрастний душ перед сном допоможе зняти втоми дня, а зранку додасть бадьорості; взагалі, вода чудово змиває будь-який негатив).

**Емоційно-вольова регуляція психофізичного стану стане на заваді вигорання, якщо:**

– розвивати почуття гумору. Гумор позитивно впливає на імунну систему, активізуючи Т-лімфоцити крові, чудово «перезаряджає» негатив;

– слухати музику (найкраще сприяє гармонізації психоемоційного стану прослуховування класичної музики);

– уміти переключати свою увагу й відволікатися від роботи;

– усвідомлювати власні недоліки, не боятися помилятись, (адже від помилок ніхто не застрахований);

– цінувати переваги й досягнення інших людей;

– приймати помилки людей: навчитися доброзичливо ставитися навіть до людських вад;

– спілкуватися з сім'єю, друзями;

– звертати увагу на дрібні радості щоденного життя;

– будувати приємні стосунки з іншими;

– займатися улюбленою справою, хобі;

– спілкуватися з природою, яка дає людині відчуття приливу сил;

– спілкуватися з тваринами;

– планувати обов'язковий вихідний раз на тиждень, протягом якого робити тільки те, що хочеться;

– уникати тривожних думок або проблем шляхом аналізу (на папері або в бесіді з уважним слухачем);

– займатися медитацією, аутотренінгами, візуалізацією (існують цілеспрямовані візуалізації, наприклад, уявно побувати у квітучому саду, відвідати куточок природи).

**Ціннісно-смысловий рівень регуляції психофізичного стану є найбільш усвідомленим та передбачає розвинуті навички:**

- визначати реалістичні цілі та перспективи. Перспективні наміри варто підкріплювати частковими цілями, які можна виміряти й досягнути, розписати в часі;
  - складати рейтинг пріоритетів, виконувати завдання в міру їх важливості;
  - звертати увагу на власні досягнення, навіть у найдрібніших справах;
  - дивитися на проблеми, щоз'явилися, з різних точок зору;
  - уміти переключати свою увагу й відволікатися від роботи;
  - цінувати переваги й досягнення інших людей;
  - не змішувати професійні справи з особистими (робочі проблеми краще залишати на роботі);
  - навчатися чогось нового, не піддаватися рутині;
  - пізнавати себе, аналізувати свої слабкі й сильні сторони;
  - співпрацювати з колегами;
  - розвивати свої здібності до самопізнання, самореалізації, самодіяльності, рефлексії, самоконтролю, самооцінювання;
  - перестати поспішати: намагання втиснути якнайбільшу кількість заходів чи подій у якнайменший проміжок часу не лише заважає насолоджуватися цими заходами, а й додає постійного емоційного напруження;
  - не оглядатися у минуле – жити теперішнім;
  - вчитися переживати те, чого не можна уникнути.
- Станіслав Єжи Лец писав: «Якщоти не можеш змінити ситуацію – зміни своє ставлення до неї».

### **Щоб попередити професійну деформацію важливо:**

- пам'ятати власні мотиви вибору професії,
- постійно «відстежувати» всілякі прояви стресу,
- створювати здорову систему підтримки і за межами робочої ситуації,
- прагнути жити радісним і фізично активним життям,
- постійно навчатись і розвиватися,
- впровадити на робочому місці принцип супервізії (дивитись на себе зі сторони, говорити про це з колегами).

Отже, «професійне вигорання» – це складний психофізіологічний процес, причиною якого є тривале емоційне виснаження, а також дія постійних стрес-факторів на роботі. У такому стані людина втрачає життєвий тонус під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, зниженні ефективності професійної діяльності, депресії. Для того щоб цього не сталося необхідно прислуховуватися до себе, цінувати себе та свій час, а також для профілактики використовувати

методи регуляції психофізіологічного стану на фізіологічному, емоційно-вольовому та ціннісно-сенсовому рівні.

#### **Список використаних джерел:**

1. Колтунович Т. А. Як не згоріти в полум'ї професії: теорія, діагностика, корекція: навчально-методичний посібник 2-ге вид., перероб. і доп. Чернівці: Видавничий дім «РОДОВІД», 2016. 164 с.

2. Що таке професійне вигорання та як його подолати. URL: <https://happymonday.ua/shho-take-profesijne-vygorannya>

3. Шулдик А. В. Професійне вигорання викладачів вищої школи. *Науковий вісник Харківського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. № 1. Т. 1. С. 138-142.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-5>

#### **Васильківська Н. С.,**

*магістрант кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації  
Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького*

*Науковий керівник: Драгола Л. В.*

*кандидат психологічних наук,*

*старший викладач кафедри психології,*

*глибинної корекції та реабілітації*

*Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького*

### **ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ НАРКОТИЧНОЇ АДИКЦІЇ СУБ'ЄКТА**

**Анотація.** У статті досліджено питання історії виникнення наркотичної адикції суб'єкта: історичні, фізіологічні та психологічні аспекти виникнення. Представлені ідеї відомих діячів в царині психології у дослідженні наркотичної адикції.

**Ключові слова:** адикція, суб'єкт, психічно активні речовини, наркотики.

#### **Vasykivska N. The subject's history of drug addiction**

**Summary.** The article examines the issue of the subject's history of drug addiction: historical, physiological and psychological aspects of its occurrence. The ideas of famous figures in the field of psychology in the study of drug addiction are presented.

**Key words:** addiction, subject, psychoactive substances, drugs.

Тема залежності або адикції тою чи іншою мірою близька кожній людині. Аналізуючи історію людства можна знайти багато доказів того, що ця проблема сягає своїм корінням у сиву давнину. Ще у стародавніх народів різних культур можна спостерігати використання речовин, що змінюють стан свідомості та психіки. Цілі такого використання були досить різні: від релігійних обрядів, до зняття неприємних відчуттів перед боєм. З плином часу, розвитком міграційних процесів та збільшенням частоти контактів різних культурних груп, відбувався також обмін інформацією про різноманітність психотропних речовин.

Перша згадка про психічно активні речовини, а саме сік опіумного маку – «рослини радості», датується ще III тисячоліттям до нашої ери. В літописах стародавніх народів шумерів описується використання опіуму в окультних таїнствах та ритуалах, а також в якості анестетика [4].

Єгиптяни у II тисячолітті до нашої ери готували цілющі настоянки на основі опіумного маку. Одна з таких настоянок під назвою «спен» використовувалась для заспокоєння новонароджених. А у працях Гіппократа згадується використання опіумного маку як знеболюючого та седативного засобу.

Серед племен Південної Америки популярністю користувалося жування листа коки, за допомогою чого місцеві шамани зв'язувалися з духами, позбувалися втоми та почуття голоду.

Поширенню опіумного маку з заходу на схід до самої Індії значною мірою сприяли завойовницькі походи Олександра Македонського [5].

Аналізуючи ранні історичні джерела, які містять згадування про психічно активні речовини, можна помітити, що опис ведеться в позитивному ключі.

Що все ж таки призвело до виникнення адикції? Чи лише завойовницькі походи та розвиток торгівельних відносин сприяв поширенню таких незвичних «ліків»? Чи можливо справа у особливості психіки людини, яка прагне до повторення певних дій, від яких отримуєш задоволення чи отримувал колись?

Вперше на негативний вплив надмірного вживання ліків на онові опіумного маку звернув увагу відомий східний лікар Ібн Сіна, відомий як Авіцена в XI столітті нашої ери. Він помітив, що при тривалому вживанні ліків на основі опіуму відбувається звикання і людина потребує все нових і нових доз.

Якщо ж брати Європу то можна спостерігати спад популярності наркотичних речовин у середньовіччі через заборону «сатанського зілля» зі сходу тогочасною інквізицією. А з розвитком медицини знову зростання популярності використання соку опіумного маку у виготовленні ліків, і як наслідок зловживання такими препаратами [3].

Дуже часто популярності наркотичним речовинам, таким як гашиш та опіум, додавала заборона алкоголю. Саме через це у XIX столітті у багатьох країнах Європи люди, які мали пагубну пристрасть до алкоголю почали шукати нові способи розслабитися і перенестися в іншу реальність. Так у Великій Британії через введення на державному рівні програми «тверезості» активно почала зростати популярність опіуму. І у 60-х роках XIX століття майже 5 % англійців були активними споживачами цього наркотику. В той же час у Франції широкої популярності набув гашиш, особливо серед студентів та літераторів. Виникали так звані «клуби любителів гашишу». XIX століття для Європи стало можна сказати «золотим періодом» для розквіту наркотичної адикції. Цьому сприяли не лише політика держав по відношенню до алкоголю, а і розвиток медицини. Винайдення шприца і морфіну зіграло не останню роль у виникненні так званого морфінізму – залежності від морфію, який винайшов у 1804 році німецький фармацевт Фрідріх Сертюрнер. І безперечно цей винахід мав дуже важливе значення для медицини. Але на той час існувала хибна думка, що залежність можуть викликати лише речовини, які людина вдихає, тобто шляхом куріння того самого опіуму чи гашишу, або ж споживає орально: настоянки опіуму, їжа з домішками гашишу. Шлях введення в організм через кров вважався безпечним і таким, що не викликає звикання. Така популярність споживання психотропних речовин знайшла своє відбиття у творах письменників того періоду: Чарльза Кінгслі, Оскара Уайльда, Чарльза Дікенса, Артура Конан – Дойла та інших. Біографія деяких з них теж містить періоди зловживання наркотичними речовинами і навіть тяжкої залежності [2].

У середині XX століття часів другої світової війни центром світового обігу психотропних наркотичних речовин став Берлін. На користь цього свідчать записи в особистих щоденниках осіб наближених до Гітлера. В колах фашиської еліти того часу, в яких панувала тяга до окультизму та містицизму, просто не можливо було обійтися без вживання психотропних речовин. Існувала думка, що для проведення певного ритуалу необхідний конкретний тип наркотику. І саме це уявлення повертає нас знову до часів древніх шумерів.

Постає питання чому люди приховували свою залежність за ефемерними уявленнями? Певно тому, що не мали повної інформації про дію таких речовин на організм людини, зокрема на її психіку. Адже дослідження феномену адикції як такої і наркотичної зокрема є досить молодим напрямком психіатрії і психології в порівнянні зі світовою історією існування залежності від психотропних речовин. Навіть у сучасному світі людині, яка звертається за допомогою, маючи проблеми



з наркотичною залежністю до кінця важко визнати, що вона має серйозну проблему, яку треба терміново вирішувати.

Вагомий внесок у дослідження наркотичної адикції у XIX столітті зробили Зігмунт Фройд та Вільям Галстед завдяки своїм експериментам з особами, які вживали кокаїн. Не усвідомлюючи наслідків вживання цього наркотичного препарату вони стали піддослідними у своїх власних експериментах, завдяки чому отримали досвід, який допоміг змінити уявлення про наркотичну адикцію для світової психології і медицини. Однак медики вважали, що є особи які схильні фізіологічно до звикання, а З. Фройд вважав, що існують психологічні причини розвитку адикції. Саме його психоналіз на той час став застосовуватися для лікування адикції у тому числі наркотичної. З. Фройд вважав, що у разі перенесення невідомої причини адикції у свідоме, можна позбутися адикції. Його теорія вважалась суперечливою [1].

Одним з відносно сучасних першовідкривачів психології наркотичної адикції був американський психолог Алан Марлатт, який розробив у середині XX століття програму для запобігання рецидиву наркотичної адикції.

Слід розуміти, що наркотична адикція формується у три стадії. Перша стадія – це психологічна залежність, пов'язана з непереборним бажанням вживати задля отримання задоволення. Друга стадія – це фізична адикція, коли порушуються функції організму і у разі припинення вживання починаються сильні больові синдроми. І третя крайня стадія – це хронічна адикція, на якій спостерігається порушення роботи психіки, серйозні фізичні порушення, соціальна деградація. Чим раніше людина звернеться за допомогою тим більше шансів для повернення до нормального життя.

Повний перелік психологічних причин, які спонукають людину вживати психотропні речовини не можливо сформулювати остаточно, оскільки сам цей перелік поповнюється усе новими і новими пунктами. Залишається сподіватися, що людина зможе знайти шлях до себе і не матиме потребу у вживанні наркотичних речовин, а знайде спосіб бути щасливим тут і зараз.

### **Список використаних джерел:**

1. Markel Howard An Anatomy of Addiction / New York: Pantheon. July 2011. С. 6-8, 31, 76.
2. Бодлер Ш., Готьє Т. Искусственный рай. Клуб любителей гашиша. М.: Аграф, 1997. С. 490.
3. Дейвенпорт-Хайнс Ричард В поисках забвения. Всемирная история наркотиков. 1500–2000 / The Pursuit of Oblivion: A global history

of narcotics 1500–2000 / пер. с англ. А. В. Савинова. М.: АСТ; Транзиткнига, 2004. С. 624.

4. Пятницкая И.Н. Клиническая наркология. Медицина, 1975. С. 335

5. Шабанів П.Д., Штакельберг О.Ю., Наркоманія: патопсихологія, клініка, реабілітація. Під редакцією А.Я. Світ медицини. Лань, 2000. С. 368.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-6>

**Матрунчик А. С.,**

*студентка кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

**Томіленко Д. Ю.,**

*студент кафедри історії та філософії  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

*Науковий керівник: Кудря І. Г.,*

*доктор філософських наук, професор,*

*професор кафедри філософії та історії*

*Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **САМІСТЬ ТА РОЛЬ ТЕРАПЕВТИЧНОГО ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ**

**Анотація.** Метою тез є дослідження перспектив зворотного впливу АІ-терапії на традиційну психотерапію в питанні переформатування ролі та самості психотерапевта.

**Ключові слова:** АІ-терапія, психотерапія, самість, роль.

**Matrunchyk A., Tomilenko D. The self and the role of therapeutic artificial intelligence**

**Summary.** The purpose of theses is to explore the field for researching the prospects of the reverse impact of AI therapy on traditional psychotherapy in the matter of reformatting the role and the self of the psychotherapist.

**Key words:** AI therapy, psychotherapy, the self, the role.

Перше питання, яке виникає в рамках обговорення «психолога», що працює на основі штучного інтелекту (АІ) – це питання про причини, з яких факт його існування може вважатись прийнятним та навіть закономірним. Вбачаємо це продовженням початого в ХІХ столітті

напрямку протоколізації терапії. Ймовірно, наслідком цього процесу є робота ентузіастів навколопсихологічної спільноти у сфері ІТ, в тому числі в Україні, що розуміють більшість напрямків психотерапії як такі, що можуть бути без втрат передані машинному навчанню.

Це відбувається паралельно з відсутністю активного обговорення в зокрема українській психологічній спільноті питань, що виникають вслід за появою серйозних закордонних (Replika, Elli, Wysa) та вітчизняних (Elomia) проєктів світового рівня. В той самий час, світова наукова спільнота має вагомі причини турбуватись стосовно ефективності, безпечності та етичності роботи ботів на основі AI.

Replika, що була створена у 2017 році, зараз налічує понад десять мільйонів завантажень тільки в Google Play та активно використовується близько десятма мільйонами користувачів. Зважаючи на швидкість розповсюдження практик AI-терапії, цілком можна стверджувати, що це двосторонній процес, що в перспективі змінює також і терапію традиційну.

Наш інтерес викликають розриви, за вимогами ринку або інтуїтивно створені розробниками AI-психологів, що змушують, в перспективі, вибудовувати нові критерії рамок психотерапії і психотерапевта.

### **Спроби позиціонування**

Критеріїв професійного психолога в рамках різних підходів виявилось недостатньо, щоб сформулювати «насправді корисний», тобто емпірично перевірений ефективний AI.

Вагомим для подальшого аналізу явищем є те, що людина XXI століття часто наділяє властивостями психотерапії стосунки, що традиційно до неї не належать [2; с. 30]/ Хоча ще не так давно, на початку XX століття, Фрейд стверджує, що задачею психоаналізу є просто «перетворення невротичного страждання в звичайне нещастя» [1; с. 14].

Миттєвий успіх розширеного концепту психотерапії яскраво виражений в ідеї, зокрема, чат-бота Replika. AI представлений як друг, проте уявлення про дружбу, що надають розробники, варто поставити під питання, зважаючи на такий опис: «[Replika] для всіх, хто шукає друга без осудження, драми та соціальної тривожності. (...) Покращіть своє *психічне самопочуття* разом з Replika».

В цитованому компаніїю Luka відгуці на Replika [3] можемо помітити, як така форма людських взаємовідносин, як дружба, стає зручною та «корисною» *технікою психотерапії* в цілях реалізації психологічного добробуту індивіда. Тим важливіше для аналізу, що один з основних етичних принципів недопустимості дружніх відносин психолога з клієнтами був розроблений не в останню чергу з мотиву підвищення ефективності психотерапії.

Терапевтична мова передбачає обговорення особистісної сфери, навіть якщо в цих рамках обговорюються питання, наприклад, суспільного блага. У зв'язку з цим психотерапія здебільшого проявляє себе в руслі емотивізму, тобто задане «абстрактне» питання так чи інакше на наступному кроці приводить до питання його впливу на емоційний стан людини.

### **Друг для терапії vs. Терапевт – Клієнт**

Машинне вміння ставити питання про психологічні стани, хоч і в емпатичному тоні – недостатній набір властивостей для повноцінного психотерапевтування, тому розробка «самості» психологічних AI стала необхідною. Причина, яка нами розглядається як головна, не завжди зчитується інтуїціями, що виникають з сучасної психологічної теорії – це пошук в AI-терапевті саме морально-об'єктивістських критеріїв оцінювання клієнта як факту підтвердження того, що перед клієнтом істота, йому подібна.

Розробники психологічного AI різними шляхами розв'язують питання того, як має виглядати стрижень (самість), що формує таке цілісне сприйняття AI. Наприклад, останнього нагороджують властивістю бути жінкою, юдеєм, або мати елітарні естетичні смаки і т. д., орієнтуючись на результати опитувань серед клієнтів. Хіба можливість переформатування самості терапевта в цілях отримання вищої результативності терапії в рамках сучасного психологічного мейнстріму не має розглядатись як значний крок вперед для психотерапії загалом? Оскільки підхід до опитування недиференційованих груп клієнтів збоку компаній може здатись *недостатньо* клієнтоцентричним, альтернативою може виступити такий варіант, що пропонує кожному клієнту сформувати свого терапевтичного друга\коханого\іншого себе індивідуально (Replika).

Чи дивно, що етичний кодекс був знехтуваний розробниками AI-терапевтів, якщо зникає сама стійка роль терапевта як авторитета, самості, що в собі втілює відповідальність за кодекс? Важливим в цьому процесі є те, що перша спроба створити AI-терапевта (1966) – це *симуляція* Карла Роджерса (Eliza). Саме в Eliza чітко помітний розрив між новим типом технології (AI) та «старим» способом сприйняття терапії, вираженого в особистості Карла Роджерса.<sup>1</sup>

Відповідно, в співпраці клієнта та AI-терапевта терапевтичною стає сама ситуація (фігура психотерапевта може бути взагалі відсутня), а не традиційні техніки, що відтворює терапевт. Мейнстрімний психологічний науковий метод може поставити питання до

---

<sup>1</sup> Водночас, саме клієнтоцентричний підхід Карла Роджерса підготував ґрунт для вдалого втілення технології в ринкових умовах.

психотерапії: з якою ціллю потрібно триматись в рамках терапевтичного сеансу, коли емпірично можливо довести, що взаємини з віртуальним терапевтичним другом або матір'ю клієнта, або клієнта з собою, будуть більш результативними по оцінкам самого клієнта?

Психотерапія як ситуація формує доволі небезпечне суспільне положення, не говорячи про небезпеку для самого клієнта. Останній власноруч створює «терапевта», що керується поглядами та рамками, що обрані самим клієнтом (або групами клієнтів). Таким чином, особистісний менеджер, яким в нормі виступає психотерапевт, також стає і об'єктом, до якого звертається клієнт як до друга, брата і т.д. В перспективі AI-терапія формує власну реальність, до якої й адаптує клієнта.

Отже, теперішні методи організації AI-терапії формують надважливі питання для психотерапії загалом, розв'язання яких може бути продуктивнішим у випадку урахування аспектів, що були названі вище. Це проблема формування та ролі самості терапевта (особливо у питанні розділенні відповідальності), ситуації, в якій терапевт (що в AI-терапії часто виступає як друг) проявляє самість, та проблема наукової парадигми, що зробила можливим виникнення AI-терапії у такому вигляді.

### **Список використаних джерел:**

1. Burns, T., Burns-Lundgren, E. Psychotherapy: a very short introduction (Vol. 416). New York: Oxford University Press, 2015. 152p.
2. MacIntyre, A. After virtue. London: Bloomsbury Academic, 2013. 333 p.
3. This app is trying to replicate you. URL: <https://qz.com/1698337/replika-this-app-is-trying-to-replicate-you>

# НАПРЯМ 3. ЗНАКОВІ СТРУКТУРИ СВІДОМОСТІ ТА ВНУТРІШНІЙ СВІТ ОСОБИСТОСТІ: ВІЗУАЛЬНІ І ВЕРБАЛЬНІ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-7>

**Гаваза Л. В.,**

*аспірантка кафедри психології та педагогіки  
Національного технічного університету України «Київський  
політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»*

*Науковий керівник: Ложкін Г. В.,*

*доктор психологічних наук,  
професор кафедри психології і педагогіки  
Національного технічного університету України «Київський  
політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»*

## ДИСТИНКТИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

**Анотація.** Форма соціальної активності людини, в основі якої лежить прагнення підкреслити власну неповторну індивідуальність, продемонструвати особисту унікальність, виділитися та привернути до себе увагу, незважаючи на соціальні норми і несхвалення суспільством, отримала назву дистинктивність.

**Ключові слова:** дистинктивна поведінка, демонстративність, самовираження, винятковість.

### **Navaza L. Distinctiveness as a psychological phenomenon**

**Summary.** The form of social activity of a person, the basis of which is the desire to emphasize one's own unique individuality, demonstrate personal uniqueness, stand out and attract attention to oneself, despite social norms and disapproval by society, was called distinctiveness.

**Key words:** distinctive behavior, demonstrativeness, self-expression, exclusivity.

Дистинктивна поведінка проявляється у всіх галузях життєдіяльності людей, і в тій чи іншій формі. Подібного роду прояви самовираження властиві представникам абсолютно різних культур, але найчастіше розкриваються у молодому віці, в період високих соціальних контактів людини. Найбільш яскраво дистинктивну поведінку виражають ті особи, яким вдається подолати встановленні в суспільстві соціальні обмеження та норми, що змушують більшість людей відчувати стан сорому або

страху [2, с. 228-236]. Очевидно, що прагнення людей відрізнятись від інших, виділятися і підкреслювати свою індивідуальність в багатьох випадках не є результатом якогось раціонального та об'єктивного мотиву, швидше за все пояснюється особистісними особливостями такими як: генетика, темперамент, характер, здібності, виховання, спосіб життя, навколишнє оточення, освіта, культура.

Спосіб такого роду самовираження, самопрезентації поведінки залежить від характеру і рівня мотивації досягнення цілі особистістю, а також від її можливостей і здібностей. Рівень мотивації особистості – це прагнення до досягнення мети того ступеня складності, на яку людина вважає себе здатною. Люди які мають реалістичний рівень мотивації відрізняються впевненістю, наполегливістю в досягненні своїх цілей, в порівнянні з людьми, рівень мотивації яких неадекватний їхнім здібностям і можливостям.

Різні аспекти проблеми дистинктивності особистості знайшли відображення у роботах Лебедева – Любімова, А.М, Абраама Моля, Гарольда Келлі. У нещодавніх дослідженнях Лебедева А.М присвячених вивченню дистинктивної поведінки особистості цей феномен позиціонується як: демонстрування своєї оригінальності, відмінності, несхожості з оточуючими, людина долає сформовані соціальні норми, і створює свої власні, і якщо знаходить послідовників, то отримує статус лідера, кумира, ідеолога, месії, тощо [1, с. 125-141].

Розкриття феномену дистинктивної поведінки останнім часом набуло особливої значущості у зв'язку з домінуванням у поведінці людини таких особливостей як:

- стремління вирізнитися серед інших, викликати захоплення;
- ненасичуване бажання в самоствердженні та самовираженні;
- прагнення вийти за рамки створених норм та умов;
- потреба в визнанні та похвалі;

Спеціальних досліджень орієнтованих на глибоке вивчення феномену дистинктивності в Україні виконано не було. Отже, розслідування явища дистинктивної поведінки на даний момент перебуває на початковому етапі, і тому є сучасним та перспективним науковим направленням для дослідження особливостей дистинктивної поведінки особи і групи.

### **Список використаних джерел:**

1. Лебедев А.Н. Проблемы изучения дистинктивного поведения в социодинамических системах. Материалы итоговой научной конференции Института психологии РАН. Москва, 2006. 125-141 с.
2. Лебедев-Любимов, А. Н. Психология для экономистов учебник и практикум для академического бакалавриата . Москва, 2014. 328 с.
3. Моль А. СОЦИОДИНАМИКА КУЛЬТУРЫ. URL: [http://yanko.lib.ru/books/cultur/mol\\_sociodinamika\\_cult-1.pdf](http://yanko.lib.ru/books/cultur/mol_sociodinamika_cult-1.pdf). (дата звернення: 20.11.2022).

**Калмиков Г. В.,**

*доктор психологічних наук,  
професор кафедри психології*

*Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Доброскок С. С.,**

*здобувач кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

## **КОМУНІКАТИВНА ТОЛЕРАНТНІСТЬ В МОВНІЙ СВІДОМОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

**Анотація.** Комунікативна толерантність і комунікативна інтолерантність, як мовленнєво-мовні феномени і як комунікативно-поведінкові характеристики людини в її суспільних відносинах з іншими, викликають науковий інтерес у багатьох вчених світу. Один зі шляхів осягнення смислів і кордонів толерантності – аналіз форм і проявів її протилежності – інтолерантності або нетерпимості.

**Ключові слова:** комунікативність, толерантність, інтолерантність, розуміння.

### **Kalmykov H., Dobroskok S. Communicative tolerance in the linguistic consciousness of future psychologists**

**Summary.** Communicative tolerance and communicative intolerance, as speech-language phenomena and as communicative-behavioral characteristics of a person in his social relations with others, arouse the scientific interest of many scientists of the world. One of the ways to understand the meanings and boundaries of tolerance is to analyze the forms and manifestations of its opposite – intolerance or intolerance.

**Key words:** communication, tolerance, intolerance, understanding.

Явища комунікативної толерантності (далі КТ) і комунікативної інтолерантності (далі КІ) взаємозворотні. Чим толерантніший індивід, тим він менш інтолерантний і навпаки, про що свідчать доповіді науковців, проголошені на міжнародних наукових конференціях, проведених за останні кілька років [1].

Ці контрастні комунікативно-мовленнєві явища є прерогативою передусім психолінгвістики і безумовно значимими через неухильно зростаючу в суспільствах кількість причин для їх прояву. Серед таких підстав, приводів і мотивів – процеси глобалізації, уніфікації, урбанізації і масової міграції, що відбуваються у світовому просторі. Саме вони актуалізують *дискусійні проблеми* толерантності/інтолерантності і потребують як глибокого їх вивчення, так і переосмислення власне



поняття «*комунікативна толерантність*» з огляду на те, що сучасні дослідники, як і корифеї психології і лінгвістики, пропонують різноманітні й інколи навіть суперечливі визначення цього поняття, але зрозуміло, при збереженні певних спільних тенденцій і базових закономірностей у розумінні самої толерантності незалежно від її видів.

Суто психолінгвістичних підходів до системної обсервації цих опозиційних комунікативно-мовленнєвих явищ, як засвідчують результати аналізу даної проблеми, явно бракує.

Для нас дослідницький інтерес становить таке: як в наукових проєктах із комунікативної толерантності/комунікативної інтолерантності, виконаних за останні роки в різних країнах, представлені *психолінгвістичні аспекти*, враховуючи, що і комунікативна толерантність, і комунікативна інтолерантність, є передусім, характеристиками екстерналізації й інтерналізації в породжувальних процесах суб'єктивної мовлення – адресантів і адресатів комунікативних актів.

Отримані результати аналізу проведених досліджень з КТ і КІ засвідчив таке: не можна погодитися з положеннями і висновками окремих, проаналізованих нами, досліджень із комунікативної толерантності, у яких термінословосполучення «КТ» використовується не термінологічно. У цих розвідках КТ абсолютно необґрунтовано і довільно розглядається в інтеракційному ракурсі, оминаються дійсно комунікативні – мовленнєво-мовні – якості, властиві комунікативній толерантності і комунікативній інтолерантності [1; 2]. В описаних дослідженнях відбувається своєрідна підміна понять, яка призводить до термінологічної і понятійної неупорядкованості, штучного зміщення наукових категорій КТ і КІ в русло іншої наукової проблематики, до дослідницької дезорієнтації вчених, особливо тих, хто тільки розпочинає свою наукову кар'єру.

Авторитетним арбітром у цьому полемічному питанні можуть стати, як ми вважаємо, психолінгвістичні теорії і концепції, зокрема психологія мовленнєвого спілкування, теоретичні підходи до комунікації, оскільки в цих працях КТ і КІ розглядаються в притаманному цим феноменам, психолінгвістичному значенні: з конкретизацією поняття «взаємодія» в мовленнєво-мовному – комунікативному – сенсі без ототожнення його із взаємодіями і відносинами, тобто з інтеракцією у властивому їй, широкому розумінні цього терміна [3; 5; 6].

Проблематика КТ і КІ почала обговорюватися на сторінках світових журналів, які входять до наукометричних баз «Scopus» і «Web of Science Core Collection», порівняно недавно (2014-2021), незважаючи на актуалізацію проблематики толерантності Декларацією принципів толерантності (ЮНЕСКО, 1995) ще з кінця ХХ століття.

Ми розглядаємо КТ як неупереджене, терпиме, комплементарне, асертивне, раціональне продукування висловлювання, яке не викликає у комунікантів з іншою точкою зору поляризованої – нетерпимої – реакції, небажаного несхвального ставлення. КТ – це і терпиме аудювання – неупереджене, спокійне, можливо нейтральне, позбавлене

суб'єктивного ставлення, безоціночне, безособове розуміння сказаного іншим навіть і тоді, коли експлікована мовцем думка не збігається з наявною в слухача (реципієнта) думкою.

КІ тлумачимо як негативно зафарбовану комунікативну якість особистості, яка характеризує вербально виражене нетерпиме і упереджене її ставлення до висловлених іншими, незвичних для неї поглядів, оцінок, міркувань, наративів, переконань, віросповідань, різновидів національних мов, якими користуються комуніканти, вжитих мовних засобів і використаних мовленнєвих форм експлікації інтенцій тощо. КІ – це й одна з деструктивних форм суб'єктів комунікації, що проявляється як в намаганні, так і реальних агресивних мовленнєвих діях (говорінні й аудіюванні) перцептивно не прийняти і вербально знищити неспівпадаючу з власною позицією екстерналізовану думку іншого (інших), емоційно необґрунтовано наполягати на власному судженні як на єдино правильному. КІ – крайнє негативне експресивно-мовленнєве явище, контрпродуктивний заперечувальний дискурс і контрпродуктивна вербальна перцепція, що викликає дискомфортний стан комунікатора і комуніканта. Це відверто дисгармонійна смислова, семантична і вербальна взаємодія, яка ґрунтується на несхвальних інших думках і не сприяє взаєморозумінню. КІ спричиняє не бажане конфліктне ставлення того, стосовно кого вона проявляється, зумовлюючи (в більшості випадків) аналогічну зворотну реакцію [4].

КТ спільно з КІ утворюють значеннєву опозицію, семантичні полюса якої перебувають в стані амбівалентності (протилежності).

Систематичний огляд досліджень із комунікативної толерантності і комунікативної інтолерантності та тематичний системний їх аналіз дає підстави констатувати наступне. У сучасній науці необґрунтовано ототожнюються феномени: а) «КТ», «КІ» і «толерантності/інтолерантності в спілкуванні» (в його широкому значенні); б) «КТ», «КІ» й «інтерації». Через неправомірне синонімічне використання поняття «КТ», «КІ» у розвідках, реально не пов'язаних з комунікативною толерантністю/інтолерантністю, вони втрачають свою комунікативну суть і підміняються дослідженнями або із інтерації, або спілкування. Більшість проаналізованих нами сучасних досліджень, заявлених їх авторами як такі, що вирішують проблему комунікативної толерантності/інтолерантності насправді, є переважно інтераційними за змістом їхніх розвідок. І лише окремі автори проаналізованих нами наукових проєктів, представляють результати своїх наукових здобутків як комунікативні, що пов'язані з мовленнєво-мовною толерантністю суб'єктів взаємодії [4].

#### **Список використаних джерел:**

1. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении. Москва: Информ.-издат. дом «Филинь», 1996. 472 с.

2. Воронцова Т. А. Типология речевого поведения (коммуникативно-прагматический аспект). Cuadernos de Rusística Española, 2009. № 5. С. 21–31.

3. Донсков Л. А. Багироков Х. З. Психолингвистические основы коммуникативной толерантности языковой личности. Вестник Адыгейского государственного университета. 2017. № 1. С. 34–38.

3. Калмиков, Г.В., Доброскок, С.С., Чижма, Д.М. Ендеберя, І.В., Кихтюк, О.В. Комуникативна толерантність vs комуникативна інтолерантність як генеративна проблема. *Psycholinguistics*. Vol 30(1). 2021. С. 26-58. <https://psycholing-journal.com/index.php/journal/article/view/1253>

5. Муллағалиева Л. К. Язык толерантности : монография. Уфа : БГПУ, 2012.

6. Провиркина И. И. Генезис понятия толерантная речевая коммуникация. Вестник Российского университета дружбы народов, Серия: вопросы образования: языки и специальность. 2007. № 1. С. 52–57.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-9>

**Калмиков Г. В.,**

*доктор психологічних наук,  
професор кафедри психології*

*Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

## **ПСИХОТЕРАПІЯ У МОВНІЙ СВІДОМОСТІ ПСИХОЛОГІВ: ПОГЛЯДИ І ДИСКУСІЇ**

**Анотація.** Стаття висвітлює сучасне наукове уявлення про клінічну і неклінічну психотерапію, її напрями, види і методи; перспективні шляхи розвитку психотерапевтичної науки і лікувальної практики як психологічного впливу, здійснюваного психолінгвістичними (дискурсивними) засобами.

**Ключові слова:** психотерапія, свідомість, клінічна психотерапія, неклінічна психотерапія.

### **Kalmykov H. Psychotherapy in the linguistic consciousness of psychologists: views and discussions**

**Summary.** The article highlights the modern scientific understanding of clinical and non-clinical psychotherapy, its directions, types and methods; promising ways of development of psychotherapeutic science and therapeutic practice as a psychological influence carried out by psycholinguistic (discursive) means.

**Key words:** psychotherapy, consciousness, clinical psychotherapy, non-clinical psychotherapy.

Психотерапія, яка започаткувалася в надрах медицини, традиційно, містить в своєму визначенні слово «лікування». Психологи через це неодноразово намагалися ввести у науковий обіг свій власний термін, аналогічний психотерапії, як наприклад – «психокорекція». Однак він не прижився в психотерапії та набув зовсім іншого значення, пов'язаного з психологією розвитку і педагогічною психологією. Зате доречним став уведений психологами термін «психологічне консультування» в значенні короткострокової психотерапії (1-7 зустрічей), в результаті якої мав би бути отриманий конкретний психотерапевтичний ефект. Однак, психологічне консультування, як відомо, не передбачає постановки діагнозу, тобто того, що пацієнт отримує в результаті медичного консультування. В психології, як вважає більшість психотерапевтів, не варто і немає особливої необхідності і практичного сенсу ставити психологічний діагноз. Важливо допомогти вирішити проблему психологічного характеру, знайти доречні слова і фрази, які лікують, а не калічать душу людини, мобілізують її внутрішні сили, актуалізують глибоко приховані індивідуальні ресурси підсвідомих і свідомих пластів психіки. І саме в цьому, психолінгвістичному – мовленнєво-мовному – аспекті психотерапії її майбутнє. Тільки психолінгвістика здатна озброїти психотерапію та її фахівців метамоделями психотерапевтичних дискурсів, які спроможні найдоцільніше й найдоречніше впливати на почуття, підсвідомість/свідомість і поведінку людини в кожному конкретному випадку, забезпечити прояв нових, більш значущих, патернів сприймання, мислення і дій.

Від початку свого становлення психотерапія, як лікування словом, була за своїм змістом і методами психолінгвістично орієнтованою, хоча й для багатьох її засновників психолінгвістичний аспект психотерапії не був предметом їхнього аналізу й усвідомлення. З огляду на відсутність у фундаторів психотерапії об'єктивізації мовленнєво-мовних – психолінгвістичних – феноменів, вони розвивали психотерапію лише як психологічний напрямок науки і практичної діяльності психотерапевтів і психоаналітиків, не усвідомлено, інтуїтивно будуючи при цьому психотерапевтично зорієнтовані фрази і дискурси та вибираючи доречні в цьому сенсі слова.

Сучасна психотерапія – це розроблена наукою і перевірка на практиці система планомірних психологічних впливів на психіку людини з метою поліпшення її психічного і фізичного стану за допомогою таких засобів, як: мовлення психотерапевта, паузи, жести, міміка, музика, вербальні, невербальні й інші засоби.

В психологічній науці найбільш поширеним визначенням психотерапії є така дефініція: психотерапія – це система лікувального впливу на психіку і через психіку на організм людини. Психотерапія

часто визначається і як діяльність, спрямована на позбавлення людини від різних проблем психологічного характеру (емоційних, особистісних, соціальних тощо). Але при цьому в цих і багатьох інших визначеннях психотерапії їх автори не згадують, який засіб є провідним засобом психологічного впливу на психіку людини, з якими іншими засобами він гармонійно співіснує. Хоча при найпростішому аналізуванні стає зрозумілим, що провідним засобом впливу були і залишаються нині мовленнєво-вербальні засоби. Тому це твердження має стати, на наш погляд, головним принципом психотерапії. Також необхідно наголосити на тому, що не існує психотерапії в її узагальненому значенні. Психотерапія – це загальне поняття, а кожний вид психотерапії потрібно спеціально виокремлювати, оскільки він завжди відноситься до якоїсь конкретної школи: чи до психоаналізу, чи групового аналізу, чи когнітивно-поведінкової психотерапії, чи психодрами, чи іншого напрямку, і має свої специфічні засоби впливу.

Психотерапія відрізняється від інших методів лікування такими специфічними особливостями:

1) при її проведенні застосовуються *методи психологічного впливу*, спрямовані на зміни в особистості (на відміну від засобів, що використовуються в медицині, фармакології, педагогіці, соціології та юриспруденції);

2) у психотерапії професійно використовують різні методи психологічного впливу, тобто підготовленими фахівцями і персоналом, які діють усвідомлено і цілеспрямовано, вміють науково обґрунтовувати свої дії, відтворювати їх під час психотерапії з різними пацієнтами та оцінювати їх.

Особливо важливим завданням для ефективного і безпечного розв'язання конкретних психотерапевтичних проблем є, передусім, коректне, з огляду на ефективне вирішення проблем пацієнта/клієнта, розмежування повноважень клінічної психотерапії і неклінічної психотерапії.

*Клінічна (медична) психотерапія* – напрям психотерапії (частина медицини), заснований на матеріалістичному підході, де біологічному фактору розвитку захворювання відводиться визначальна роль [2; 3]. Відповідно лікування здійснюється з урахуванням клінічної картини, диференціальної діагностики, продуманої системи показань/протипоказань [1; 5].

Клінічний підхід в цілому об'єднує в собі традиції класичної психіатрії і дозволяє вирішувати проблеми діагностики та реабілітації пацієнтів, що спрямовані на активацію їх потенційних резервів в адаптації і пристосуванні [4].

Доведення ефективності *немедичної психотерапії*, на відміну від поширеної думки, що психотерапія є об'єктом дослідження лише медицини, ґрунтуються на даних багаточисельних мета-аналізів, описаних в [6].

*Результати дослідження.* Результативність і раціональність неклінічної психотерапії аргументується як отриманими результатами численних мета-аналізів, так і багаторічною ефективною практикою фахівців у цій галузі та позитивними відгуками клієнтів.

*Висновки.* Отже, неклінічна психотерапія достойно зайняла свою нішу в системі психологічної допомоги людям, піднялася до рівня самостійної галузі психологічної науки, почала виконувати високу гуманітарну місію в суспільстві як людинознавчо спрямована наукова течія, як прагматична, плідотворна і корисна діяльність лікування словом та іншими засобами, зокрема невербальними, природними, художніми, музичними тощо. Хоча, без сумніву, вербальні – психолінгвістичні – засоби посідають центральне місце в системі психотерапевтичних засобів.

Перспективний розвиток психотерапії як науки і практики лікування словом пов'язуємо передусім з психолінгвістикою, яка дає змогу виокремити ефективні мовленнєво-мовні стратегії і дискурсивні тактики психологічного впливу; переконливо довести значення неклінічної психотерапії у вирішенні завдань психологічної допомоги, надати вагомій аргументи на користь психології при вирішенні довготривалих дискусій про те, чи дійсно психотерапія це лише галузь медицини, чи вона може бути й галуззю психології.

Тому перспективи подальшого розвитку психотерапії пов'язуємо з аналізом ролі мовленнєвої особистості психотерапевта в психотерапевтичному альянсі.

#### **Список використаних джерел:**

1. Бурно М.Е. Клиническая психотерапия. 2-е изд. доп. и перераб. Москва. Академический Проект: Деловая книга. 2006. 800 с.
2. Жмуров В.А. Большая энциклопедия по психиатрии. 2-е изд. Москва. Джангар. 2012
3. Карвасарский, Б. Д. Клинические основы психотерапии. Психотерапия: учебник для студентов медицинских вузов и врачей общей практики. Питер. 3-е. изд. доп. 2007. С. 64-68. ISBN 978-5-469-01672-4.
4. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. Москва. АСТ. Санкт-Петербург. Прайм-Еврознак. 4-е изд. 2009. 811 с.
5. Незнанова Н.Г. Клиническая психотерапия в общей врачебной практике (практическое руководство) / за ред. Н.Г. Незнановой. Питер. 2008

6. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Никитина И.В., Пуговкина О.Д. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: современное состояние проблемы. (Часть 1). *Социальная и клиническая психиатрия*. № 3. Т. XIX. 2009. С. 92-100.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-10>

**Калмикова Л. О.,**

*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Харченко Н. В.,**

*доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Мисан І. В.,**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології і педагогіки дошкільної освіти  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

## **НОВАЦІЯ В КЛАСИФІКАЦІЇ МОВ СВІТУ: ПРОБЛЕМИ МОВНОЇ СВІДОМОСТІ І МОВНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ**

**Анотація.** Автори статті пропонують суспільні функції мов, які раніше виступали базисом для функціонально-типологічної класифікації, замінити індивідуальними, суб'єктивними, персоніфікованими, особистісними функціями цих мов. У центрі класифікаційного підходу постає Людина як мовна особистість – суб'єкт комунікативно-мовленнєвої діяльності, носій мовної свідомості і мовної компетенції.

**Ключові слова:** мовна свідомість, мовна компетенція, новація, новітня класифікація мов світу.

**Kalmykova L., Kharchenko N., Mysan I. Innovation in classification of the world languages: problems of language awareness and language competence**

**Summary.** The authors of the article propose to replace the social functions of languages, which made previously the basis for functional-typological classification, by individual, subjective, personified, personal

functions of these languages. In the center of the classification approach, Man appears as a linguistic personality – the subject of communicative and speech activity, the bearer of linguistic consciousness and linguistic competence.

**Key words:** language awareness, language competence, innovation, the latest classification of the world languages.

Бурхливий розвиток психолінгвістики спричинив появу інших можливостей щодо виокремлення підстав для функціональної класифікації мов.

Найбільший інтерес для успішного розвитку сучасної науки, як нам уявляється, може представляти новітня – *психолінгвістично-функціональна класифікація*, – номінована нами цим словосполученням через її спроможність відображати тісний зв'язок із людиною, її здатністю користуватися мовними засобами, використовувати арсенал індивідуальної мови в різних її функціях. Зазначена класифікація є новацією серед існуючих функціонально-класифікаційних систем [5].

Для того, щоб розкрити суть класифікації мов світу, об'єднаних за їх *функціональним призначенням з урахуванням новітніх підходів*, доцільно передусім звернутися до висловлювання Ноєма Хомського, який концентрує увагу на тому, що є багато питань, які ми можемо ставити про мову, і найфундаментальніші з них: «Що таке мова?», «Яким умовам має відповідати краща теорія мови?» [5, с. 92]. Н. Хомський під природною мовою розуміє «Я-мову» («I-language»), внутрішній для людини біологічний об'єкт. Учений пише: «Під мовою я буду розуміти Я-мову, біологічний об'єкт, внутрішній та інтенційний для індивіда. Тобто нас цікавить фактична природа системи, а не тільки її зовнішні прояви. Адаптуючи термінологію Девіда Марра для систем обробки інформації, таке вивчення Я-мови може відбуватися на рівні розрахунків, алгоритмів або механізмів, які між собою, безперечно, пов'язані» [5, с. 92].

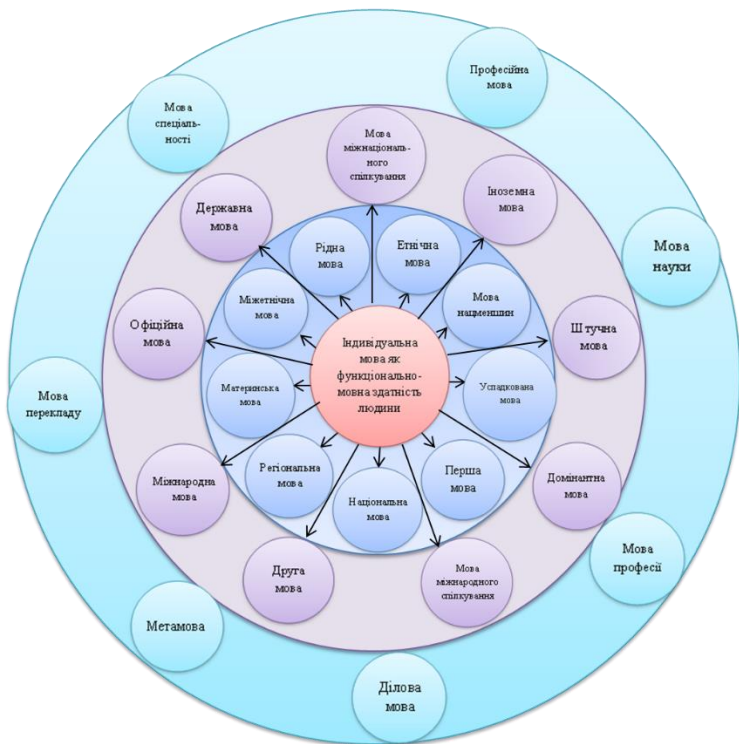
Підставою для реалізації авторської інтенції щодо розробки класифікації стали психолінгвістичні функції мов, пов'язані з комунікативно-мовленнєвою діяльністю людини у різних суспільних сферах. Родовим поняттям у цьому випадку виступає термін для позначення такого різновиду мов, як «функціонально-центровані мови». Цей термін охоплює суму членів класифікації – різновидів функціонально-центрованих мов, – які дорівнюють обсягу цього родового поняття. У зв'язку з цим, подаємо новий підхід до мови як індивідуального *біопсихолінгвосоціального* явища. Відповідно з інших теоретико-методологічних позицій, а саме: функціонально-мовленнєво-мовних – підходимо до вибору підстав для здійснення функціонального групування етномов. Такою підставою стають їх функції в генеративній



системі людини. Індивідуальні мови, які виконують багатоманітні функції в дискурсі індивідів, оформлюємо в самостійне психолінгвістичне поняття «функціонально-центровані мови» та виділяємо його в окрему групу, в яку входять «первинно функціональні мови» і «вторинно функціональні мови» [1]. Пропонуємо використовувати терміни «первинно– і вторинно функціональні мови» для номінації та групування всіх національних мов світу (абстрагуючись від конкретних етнічних мов) за їх функціональною роллю у психолінгвальному світі людини.

Таким чином, тлумачимо мови як компетенції (здатності) людини породжувати висловлювання, сприймати і розуміти інформацію будь-якою національною мовою, використаною в різних її функціях (психолінгвістичний підхід). З урахуванням цього підходу в якості підстави для створеної нами функціональної класифікації мов світу виділяємо функції, які можуть бути реалізовані тими чи тими носіями етномов у їхній життєдіяльності (Рис. 1).

Як засвідчує рис. 1, у центрі розробленої нами моделі – функціональна мовленнєво-мовна здатність (компетентність) носія будь-якої національної мови. Ця властивість психіки зумовлює здатність людини використовувати етномови в різних функціях: простіших, представлених у першому концентрі, і складніших, поданих у другому та третьому концентрах.



**Рис. 1. Модель класифікації мов світу за функціонально-психолінгвістичним критерієм**

Згідно з тими функціями, які виконуються етномовами в організації психічної активності людини в різних сферах її життя, виокремлюємо такі *первинно функціональні види мов*: регіональна мова, рідна мова, міжетнічна мова; мови національних меншин, національна мова, материнська мова, успадкована мова, етнічна мова, перша мова. Вони реалізують переважно функції комунікації і пізнання, хоча мають і свої особливі, властиві тільки кожному конкретному виду мови, функції. До *вторинно функціональних мов* відносимо такі види функціонально-центрованих мов, які виконують складніші функції у комунікативно-мовленнєвій активності індивіда порівняно з первинно функціональними мовами. Це, зокрема, мова міжнародного спілкування, державна мова, офіційна мова, міжнародна мова, домінантна мова, мова міжнародного спілкування, іноземна мова,

штучна мова, друга мова. Функції, найскладніші за своїми когнітивними і комунікативними показниками, виконують наступні вторинно функціональні мови: ділова мова, мова професії, мова науки, метамова, мова перекладу, мова спеціальності, професійна мова. Внутрішня мова людини, яка використовується індивідом на імпліцитному внутрішньомовленнєвому (латентному) етапі генерації мовлення (говоріння, аудіювання, читання, письмо), інтимно й незримо пов'язана з кожним різновидом функціонально-центрованої мови [2].

Номінації різних видів первинно– і вторинно функціональних мов презентують провідні для них функції. Всі види функціонально-центрованих мов, окрім провідних функцій, є ще й багато- і різнофункціональними. Ми об'єднуємо їх в одну типологічну групу за *вищими психічними функціями*, що доконуються завдяки мовній свідомості, мовній компетенції і мовленнєвій компетентності людини, що реалізується в її генеративній (породжувальній) системі засобами індивідуальної мови незалежно від тієї чи тієї етнічної мови.

Отже, новітнім підходом у виборі підстав для функціональної класифікації національних мов світу є запропонована нами парадигма, яка ґрунтується на генеративних (породжувальних) процесах – говоріння й аудіювання [2]. На перший план висуваються загальнолюдські критерії як основи для групування мов. *Людина-мовець, її мовленнєва здатність використовувати мови світу в різних функціях в індивідуальній повсякденній комунікативній практиці постає у ролі таких нових підстав для функціональної класифікації*. Відтак докорінним чином змінюється підхід до існуючої класифікації мов світу, який до цього часу не використовувався у світовій науці.

### Список використаних джерел:

1. Калмикова Л., Харченко Н., Мисан І. «Я-мова» і.е. «Індивідуальна мова»: проблема функціональної генералізації. *Psycholinguistics*. 2021. Вип. 29(1). С. 59-99. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2021-29-1-59-99>
2. Калмикова Л., Харченко Н., Волженцева І., Калмиков Г., Мисан І. Актуалізація проблематики внутрішнього мовлення в психолінгвістиці комунікації: результати систематичного огляду і метааналізу. *Psycholinguistics*. 2020. Вип. 28(1). С. 83-148. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2020-28-1-83-148>
3. Chomsky N. Some Core Contested Concepts. *Journal of Psycholinguist Research*. 2015. Vol. 44. P. 91–104. <https://doi.org/10.1007/s10936-014-9331-5>
4. Kalmykova L., Kharchenko N. Mysan, I. Philosophy of Language and the Language of Philosophy: A New Approach to Functional Classification of

the World's Languages. *Philosophy and Cosmology*. 2020. Vol. 25. P. 89–108. <https://doi.org/10.29202/phil-cosm/25/8>

5. Kalmykova L., Kharchenko N., Mysan I. Традиційні та інноваційні підходи до функціональної класифікації етнічних мов світу: проблеми мовної особистості – суб'єкта комунікативно-мовленнєвої діяльності. *Lingua Montenegrina*. 2021. God. XIV/2. Br. 28. P. 65-81.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-11>

**Кириченко В. В.,**

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри соціальної та практичної психології*

*Житомирського державного університету імені Івана Франка*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ БЕЗПЕКИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ВІЙНИ**

**Анотація.** В умовах повномасштабної війни проблеми інформаційної безпеки є важливими для збереження психічного здоров'я людини та підтримки об'єктивного світосприйняття. Геополітичні протистояння давно уже перейшли з полів бойових дій на шпальти газет, телеекрани та соціальні мережі.

**Ключові слова:** медіасередовище, інформаційна війна, глобалізація, картина світу.

### **Kyrychenko V. Psychological aspects of personal safety in the conditions of information warfare**

**Summary.** In the conditions of a full-scale war, the problems of information security are important for preserving a person's mental health and maintaining an objective worldview. Geopolitical confrontations have long since passed from the battlefields to the columns of newspapers, TV and social networks.

**Key words:** media environment, information war, globalization, worldview.

Інформаційна безпека суспільства є одним з пріоритетних напрямків розвитку обороноздатності держави. У сучасному світі, повитому мережевими комунікаціями та засобами трансляції інформації, силова тактична перевага на полі бою може важити менше ніж технологічна та ідеологічна. Психологічна безпека інформаційного середовища в

останній час знижується за рахунок різкого зміщення акцентів як і у освітній галузі, так і у галузі культури та мистецтва. Інформаційний зміст освіти насичується знаннями, які допомагають пізнавати світ і все менше залишається знань, які вчать цей світ відчувати. Регуляція доступу до інформаційної продукції, на жаль, є умовною, а саме поєднання змістових блоків – абсолютно непродуманим, як у плані гармонії змісту та форми, так і в плані дозованості її споживання.

Порушення психосоціального розвитку можуть бути спровоковані особливостями медіа діяльності суспільства, порушеннями екологічної безпеки інформаційної продукції, «неконтрольованістю» інформаційної активності окремих членів суспільства та соціальних угруповань. «Важлива функція культури полягає у створенні ідеальних форм. Культура може притягнути, а може відштовхнути чи не помітити. Іншими словами, між ідеальною і реальною формами існують різні потенціали, що і породжують рушійні сили розвитку» [1]. Сприйняття та обробка інформації вимагає розвитку психосоціальної готовності особистості до усвідомлення та адекватної реакції на неї. Відкритість і доступність медіапростору для різних вікових категорій населення вимагає від комунікатора зваженого підходу до виготовлення інформаційної продукції, яка має бути доступною у межах «порогового сприйняття» саме тієї цільової аудиторії, на яку вона розрахована.

«Суспільне багатоголосся», яке характеризує сучасне суспільство, на думку Т.М. Титаренко, уможливує існування різних ідей, думок, поглядів, які не є шкідливими самі по собі, а лише у випадку виникнення антагонізму між уже сформованими світоглядними уявленнями людини та новими знаннями [3]. Шкідливою є не сама інформація, а реакція на неї, яка є настільки передбачуваною – наскільки адекватно та повно зрозуміє повідомлення кінцевий адресат. Тому проблема екологічної безпеки інформації напряму пов'язана з проблемами регуляції доступу до неї та, що найголовніше, з проблемами несанкціонованого доступу, оскільки лише у цьому випадку (доступу до неї нецільової аудиторії) можлива неконтрольована, непередбачувана реакція.

Суспільно-політичне протистояння, яке базується на існуванні суперечностей та явно вираженого конфлікту міжрегіонального, міждержавного та глобального характеру, може призвести до прямого фізичного та психічного насилля. Основою будь-якого військового протистояння є боротьба за ресурси та можливість володіння ними. В якості об'єктів, які можуть становити предмет конфлікту, виступають як матеріальні (природні) ресурси, так і духовні, інтелектуальні надбання, ідеологічні переконання. Мотиваційний потенціал ведення війни завжди потужніший, якщо за зовнішніми ресурсними причинами її виникнення стоять високі ідеологічні переконання, які світоглядно диференціюють

людей на «своїх» та «чужих». Військове протистояння може відбуватися у фізичній, економічній, культурній, соціально-політичній та інформаційній площині. Інтеграційні та глобалізаційні процеси ХХІ ст., які попри усе (боротьбу за ресурси, перенаселення планети) набувають гуманістичного забарвлення, формують у суспільстві гостре однозначно негативне ставлення до фізичного насилля. Будь-яка фізична агресія має бути виправданою, особливо коли вона здійснюється у межах територіально і соціокультурно цілісної спільноти. На думку В.О. Моляко, «незліченна армія «інформаційних військ» та «бандформувань» не просто стоїть біля воріт, а перейшла і переходить межі нашої свідомості, захоплює тили підсвідомості, «беручи в полон» або просто знищуючи «міста і села» наших нейронів» [2, с. 16].

Для військового агресора головним є поширення сфери впливу на нові території, а не фізичне їх загарбання та знищення населення. Інформаційна війна сучасності – це війна, передусім, світоглядна, боротьба за розум людини та її переконання, які є вищими регуляторами соціальної активності. Знищення соціальної та економічної інфраструктури регіону не має економічної доцільності, тому такі війни «без пострілів та жертв» мають не лише гуманітарну спрямованість, а й передусім – ресурсну ефективність. Ресурсною основою проведення інформаційних воєн є засоби масової інформації, які дають можливість контролювати медіасередовище. Виникнення ряду психологічних проблем напряму пов'язане з «беззахисністю» людини перед медіасередовищем, яке поступово під тиском транснаціональних процесів глобалізації, перетворюється на гігантську, незалежну субстанцію. У ХХІ ст. світом править медіа.

### **Список використаних джерел:**

1. Кириченко В.В. Особистість у сучасному інформаційному суспільстві – Житомир: Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2020. 245 с.
2. Психологічні закономірності творчого сприймання інформаційних індикаторів реальності: монографія / В. О. Моляко, І. М. Біла, Н. А. Ваганова [та ін.] ; за ред. В. О. Моляко. Київ : Педагогічна думка, 2015. 145 с.
3. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.

**Костюченко О. В.,**

*доктор психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **СПРИЙМАННЯ В ОСНОВІ УСВІДОМЛЕНОГО ПСИХІЧНОГО ВІДОБРАЖЕННЯ СВІТУ**

**Анотація.** У статті теоретично аналізується проблема перцептивної репрезентації світу, розглядаються особливості проявів перцептивних компонентів образу світу. Зауважено на тому, що образ сприймання частіше розглядається як репрезентація окремого об'єкта, а не оточуючої реальності в цілому.

**Ключові слова:** сприймання, образи сприймання, перцептивна репрезентація світу.

### **Kostiuchenko O. Perception is the basis of a conscious mental representation of the world**

**Summary.** The article theoretically analyzes the problem of perceptual representation of the world, considers the peculiarities of the manifestations of perceptual world' image components. It is noted that the image of perception is more often considered as a representation of a separate object, and not of the surrounding reality as a whole.

**Key words:** perception, images of perception, perceptual representation of the world.

Зростання суб'єктивної невизначеності світу й інтелектуальна розгубленість сучасників змінюють сприймання, яке водночас змінює їхнє уявлення про те, що є позитивним чи негативним у навколишньому світі, формуючи до нього ставлення. Вихідними положеннями щодо сутності перцептивної діяльності є розуміння сприймання як джерела знань людини про навколишній світ, як складного процесу структурного поєднання інформації про окремі якості предмета і створення його цілісного образу. Аналіз психологічних досліджень (Б. Ананьєв, О. Леонтєв, О. Лурія, В. Зінченко, С. Рубінштейн, Б. Ломов, К. Коффка, В. Келер, М. Вертгеймер, Р. Арнхейм та ін.) свідчить, що саме в ефективному інформуванні про властивості об'єктів середовища та організації дій людини відповідно до зміни умов її життя відіграє значну роль об'єктивне перцептивне відображення.

Зауважимо, що образ сприймання і образ уявлення об'єкту – це явище свідомості, яке безперервно піддає ревізії власний зміст, в тому числі той, який моделює саме цей зміст. За думкою Д. Майерса (2001),

«...ми сприймаємо світ не таким, яким він є насправді, а таким, яким нам здається» [4, с. 265]. Х. Шиффман (2003) вважає, що наше сприймання світу «...не є безпосереднім, прямим сприйманням, а конструюється нами ...» [10, с. 380-382]. Про те ж повідомляє В. Петренко (2005), засвідчуючи «ідею опосередкування, заломлення існуючого сприймання через якісь структури знань, ідею накладення на теперішнє слідів минулого, узагальненого і впорядкованого» [6, с. 24].

Сприймання, або перцептивний образ вважається: «... активним і творчим процесом процес, який створює усвідомлене психічне відображення предмета та ситуації в цілому у вигляді цілісного знання; «...» опосередкований індивідуальним досвідом суб'єкта, що розглядається як рішення їм свого роду перцептивної задачі» [2, с. 13]; «будується відповідно до властивостей оточуючого нас предметного світу, але цей образ є також результатом активної взаємодії суб'єкта зі світом, взаємодії, опосередкованої предметною діяльністю» [2, с. 281]; «... цілісним когнітивним процесом в якому фіксується, оцінюється й інтерпретується об'єктивна реальність у різних модифікаціях» [5, с. 7]; «... актом психічного моделювання змін стану людського тіла, що включає в себе конструювання особливих психічних репрезентацій цих змін і розгляд свідомістю утворених конструктів як репрезентацій навколишньої реальності» [7, с. 162].

Образ сприймання частіше розглядається як репрезентація окремого об'єкта, а не оточуючої реальності в цілому. Поняття «репрезентація» (фр. *representation* – відтворення, показ) охоплює уявлення або образ, репродукція презентації, або повторення, заміщення [9], позначає: представництво від когось, чогось; кодування і накопичення сенсорної інформації в мозку; представлення одного в іншому і за допомогою іншого. Тому обговорювані в психології образи навколишнього світу метафорично можна представити як суму картин в музеї, а не сам музей, в якому, крім картин, є стіни, вікна, двері, підлога, персонал, інші глядачі тощо.

Отже, є всі підстави припустити, що при сприйнятті людиною навколишньої реальності в її свідомості одночасно присутні дві різні групи психічних явищ. Перша – те, що прийнято називати образом сприймання навколишнього світу, або те, що Дж. Гібсон (1988) назвав «видимим полем» [1]. Другу групу існуючих у свідомості явищ можна назвати моделлю-репрезентацією навколишнього світу («видимий світ» за Дж. Гібсоном).

Наразі в психології відповідно образ сприймання розглядається як репрезентація цього самого навколишнього «предметного світу». С. Поляков протиставляє цьому те, що «... саме наша свідомість буде сенсорні гештальти – образи сприймання, які й конституують для нас строго певним чином недоступний нам ніяк інакше «світ у собі»». Саме наша свідомість у своїх репрезентаціях конститує, вибудовує для нас недоступну нам ніяк інакше оточуючу об'єктивну реальність у вигляді



«предметного світу» і виділяє в ньому предмети, їх властивості, дії, відносини тощо» [7, с. 279]. Питання про те, що грає найбільшу роль у процесі формування наших образів сприймання: зовнішній світ чи свідомість, невіршений, а тому носить неконструктивний характер.

Черговим доказом існування моделей-репрезентацій як таких є те, що в літературі давно і широко обговорюється під назвами «картина світу», «образ світу», «видимий світ» тощо (А. Леонтьєв, 1983, С. Смирнов, 1985; Дж. Гібсон, 1988; А. Леонтьєв, 2001 та ін.). Необхідно розрізнити актуальну модель-репрезентацію реальності або «сприйманий світ» (постійно добувається актуальною моделлю-репрезентацією цього ж світу) і перцептивну полімодальну репрезентацію тієї ж реальності (сукупність перцептивних образів і відчуттів, які репрезентують сприйняту людиною в даний момент реальність і її саму в ній, що змінюються в процесі своєї поточної взаємодії одне з одним). Зазвичай вони жорстко скоординовані і взаємно доповнюють одне одного. Актуальна модель-репрезентація реальності явно виконує адаптаційну роль, дозволяючи діяти ще якийсь час в реальності навіть без візуальних образів її сприймання. При цьому візуальна частина моделі-репрезентації оточення, яка спливає в свідомості, актуалізується тактильними, кінстетичними, вестибулярними та іншими відчуттями, що дозволяють впізнавати навколишнє оточення.

У процесі сприйняття кожна конкретна модель-репрезентація актуалізується у свідомості специфічним «набором» «своїх» сенсорних вражень, які, мабуть, виступають у ролі «ключа», що відкриває «замок» певного виду. Навіть якщо вони (сенсорні враження) наступного разу дещо інші, ніж були колись, але в чомусь специфічні, вони здатні «відкрити» той же «замок».

Систему перцептивної репрезентації представлено через: шість феноменів (класів) сприймання (Ф. Олпорт) [8, с. 67-76], шість характеристик перцептивних феноменів (Ч. Осгуд), властивостей сприймання Ф. Олпорта [8, с. 113]; властивостей образу сприймання (О. Гусєв) [2, с. 25-28], на основі чого підтверджується, що виокремлені дослідниками якості образу сприймання є фактичними якостями сприйманого об'єкту: предметність, реальність, об'єктивованість, дистантність, об'ємність та ін., тобто образ сприймання і є сам сприйманий об'єкт.

Нами впорядковано властивості образів сприймання (або перцептивні психічні феномени) [3], що досліджувались різними авторами: усвідомленість (Ф. Brentano) або предметність (Ф. Олпорт, А. Гусєв); реальність або достовірність для нашого «Я»; полімодальність (А. Логвиненко), селективність, узагальненість, правильність, рухливість, керованість, індивідуальність (Ш. Надірашвілі); об'єктивованість (або об'єктивність); (С. Поляков); дистантність (В. Любімов); модальність; означеність, константність (Р. Таулесс,

О. Волков, Л. Натадзе, Ф. Клікс та ін.); цілісність і специфічна структурованість за принципом «фігура-фон» (В. Келер, М. Вертгеймер, К. Коффка та ін.); категоріальність (Дж. Брунер); виникнення образів сприймання в тісному зв'язку з наявною у свідомості кожної людини суб'єктивною «картою світу», або глобальною моделлю-репрезентацією світу, зумовленою попереднім досвідом і культурною приналежністю; залежність від наявної у спостерігача установки, контекстного «налаштування» (Дж. Гібсон, Х. Узнадзе, І. Фейгенберг), а також їх залежність від емоційного та мотиваційного стану сприймаючого; відносна незалежність від нашого «Я», що виражається в неможливості їх зміни довільним зусиллям свідомості; різна ступінь розуміння образу сприймання; відчуття знайомості – незнайомості та ін.

Таким чином, враховуючи вище сказане, можна стверджувати, що існує психічне «налаштування», точніше, внутрішнє сенсорне «уявлення світу», яке впливає на поточне сприйняття навколишньої реальності. Можна лише припустити, що наші перцептивні враження безперервно підлаштовуються під якісь існуючі в нашій свідомості «типові» звичні репрезентації реальності. Наше сприймання вхоплює якісь головні моменти, опорні пункти навколишньої реальності, і образ сприймання добудовується за допомогою образів уявлення та спогадів відповідної моделі-репрезентації до цілісного об'єкту.

#### **Список використаних джерел:**

1. Гібсон Дж. Экологический подход к зрительному восприятию. Москва: Прогресс, 1988. 462 с.
2. Гусев А.Н. Ощущение и восприятие. *Общая психология*; Т. 2. Москва: Акад., 2007. 416 с.
3. Костюченко О.В. Перцептивні основи образу світу у студентів. Київ: Інтерсервіс, 2013. 444 с.
4. Майерс Д. Социальная психология; пер. с англ. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 752 с.
5. Моляко В.О. Концепція творчого сприймання. *Актуальні проблеми психології: Проблеми психології творчості*: зб. наук. пр.; за ред. В.О. Моляко, 12(5-1). Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2008, 7–14.
6. Петренко В.Ф. Основы психосемантики. Санкт-Петербург: Питер, 2005. 480 с.
7. Поляков С.Э. Феноменология психических репрезентаций. Санкт-Петербург: Питер, 2011. 688 с.
8. Психология ощущений и восприятия; под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и др. 2–е изд., исп. и доп. Москва: ЧеРо, 2002. 610 с.
9. Радионова С. А. Социология : энциклопедия; сост. А. А. Грицанов и др. Минск : Мир энцикл., 2003. 1312 с.
10. Шиффман Х. Ощущение и восприятие. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 928 с.

# НАПРЯМ 4. КОГНІТИВНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ, РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-13>

**Азаренков О. Г.,**  
*завідувач відділення психологічного забезпечення  
відділу кадрового забезпечення  
Донецького державного університету внутрішніх справ*

## СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ

**Анотація.** У статті йдеться про вивчення уявлень майбутніх правоохоронців про загрози їх майбутньої професійної діяльності, що є когнітивним чинником для виникнення стресу, і можливою перешкодою для розвитку стресостійкості і завершення процесів успішної професіоналізації.

**Ключові слова:** професіоналізація, самовизначення, стресор, стресостійкість, правоохоронці.

### **Azarenkov O. Stress resistance as a component of professionalization of future law enforcement officers**

**Summary.** The article deals with the study of the perceptions of future law enforcement officers about the threats to their future professional activity, which is a cognitive factor for the occurrence of stress, and a possible obstacle to the development of stress resistance and the completion of successful professionalization processes.

**Key words:** professionalization, self-determination, stressor, stress resistance, law enforcement officers.

Дуже важливим етапом соціалізації для особистості є професійне самовизначення. Специфіка діяльності в особливих та екстремальних умовах праці висуває додаткові вимоги до особистісних та індивідних якостей майбутніх поліцейських, таких як ситуації підвищеної фізіологічної та психологічної напруги, швидкий темп виконання обов'язків, велика відповідальність за професійні дії. Для розвитку професійно важливих особистісних якостей та формування

стресостійкості в закладах вищої освіти МВС України створюються специфічні умови навчання курсантів, які суворо регламентують: правила поведінки й спілкування в курсантських колективах, вибудовування відносин на принципі субординації, проживання в приміщенні казармового типу, примусове обмеження спілкування з сім'єю та близьким оточенням, чітке визначення часу, який виділяється для власних потреб та інше.

Р. Лазарус першим звернув увагу наукової спільноти на когнітивний аспект при виникненні стресу у людини. Він стверджував що психологічний стрес розвивається в результаті оцінки значущості ситуації для суб'єкта, його інтелектуальних процесів та індивідуальних особливостей, тобто, «природа стресу залежить не від стимулів і не від людини, а визначається їх взаємодією. Стрес залежить від того, як людина оцінює події та адаптується до них» [1]. Таким чином, на думку автора, в основі регуляції взаємодії навколишнього середовища і особистості лежить «первинна» і «вторинна» когнітивна оцінка ситуації. Лазарус розділяє первинну оцінку ситуації на три типи, від яких залежить емоційна реакція на подразник: нейтральна для особистості ситуація, тяжка ситуація і третій тип поділяється на шкоду (ситуація вже відбулася) і загрозу (очікування шкоди).

Після первинної оцінки і в випадку коли чинники (стресори) навколишнього середовища інтерпретуються індивідом як загрози, вмикається «вторинна» оцінка ситуації, розглядається співвідношення інтенсивності дії стресора, ступеня загрози, яка виходить від стресора та наявних у особистості ресурсів для подолання такої ситуації. Отже, відчуття стресу цілком суб'єктивне, як і поведінка направлена на подолання стресових ситуацій.

Це підтверджують дослідження I. Janis, в яких дослідником було встановлено дуже слабкий зв'язок між об'єктивною серйозністю майбутнього хірургічного втручання і ступенем страху, що відчували пацієнти, які очікували на хірургічну операцію [3]. В схожих дослідженнях Ландберга и Терелла була порівняна оцінка стресогенності різних подій життя людей з високим рівнем нейротизму і іншими, в результаті було встановлено, що перші значною мірою оцінюють події як більш хвилюючі і тривожні [2].

Метою нашого дослідження, яке було проведено в кінці 2021 навчального року в Донецькому національному університеті внутрішніх, було з'ясувати уявлення курсантів про загрози їх майбутньої професійної діяльності, що є когнітивним аспектом для виникнення стресу, перешкодою для розвитку стресостійкості і завершення процесів професіоналізації. Вибірку дослідження склали 620 курсантів.

В уявленнях курсантів випускних курсів про умови і обов'язки майбутньої професійної діяльності були помірно виражені такі стрес-фактори: ненормований робочий день, праця у вихідні, відсутність часу на особисте життя, дуже інтенсивний режим праці, негативне ставлення до поліцейського з боку населення, ситуації де потрібно задіяти силові дії.

В уявленнях курсантів першого курсу щодо стрес-факторів у роботі поліцейського зазначені: відповідальність за життя людей, власні вчинки та загроза для власного життя і здоров'я.

Висновок. Отже, можемо констатувати, що в очікуваннях курсантів старших курсів щодо майбутньої професії виражені аспекти організаційного стресу, на першому курсі виражені аспекти гострого стресу, де значними стрес-факторами курсанти вважають відповідальність за свої дії чи бездіяльність та побоювання за власну безпеку.

Рівень психологічного стресу під час дослідження майже у всіх курсантів був низький або середній. Це дозволяє зробити висновок про те, що система специфічних умов навчання в університеті розрахована таким чином, щоб особистість змогла поступово адаптуватися до умов майбутньої професійної діяльності. Стресори, дію яких відчувають курсанти на різних етапах навчання, мають обмежений, короткотривалий вплив на особистість і з часом інтегруються в систему необхідних для професійної діяльності поліцейського якостей.

#### **Список використаних джерел:**

1. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal and coping. N.Y.: Springer Publishing Company, 1984. P. 445.
2. Lundberg U., Theorell T. Scaling of life changes: Differences between three diagnosis groups and between recently experienced and non-experienced events // Journal of Hun.ar. Stress. 1976. 2. P. 7-17
3. Janis I.L. Psychological Stress. N.Y.: Wiley, 1958.

**Бахвалова А. В.,**

*асистентка кафедри загальної психології, факультету психології  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

*Науковий керівник: Юрчинська Г. К.,*

*кандидат психологічних наук,*

*доцент кафедри загальної психології, факультету психології  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

## **ЗВ'ЯЗОК САМООЦІНКИ ТА ОБ'ЄКТИВНИХ ФАКТОРІВ**

**Анотація.** Подане дослідження присвячено перевірці гіпотези про відсутність зв'язків між самооцінкою та об'єктивними факторами. У результаті було виявлено, що як загальна, так і професійна самооцінка мають значущі кореляційні зв'язки із об'єктивними факторами, зокрема, із рівнем доходів.

**Ключові слова:** професійна самооцінка, загальна самооцінка, журналісти, рівень доходів.

### **Bakhvalova A. The relationship between self-esteem and objective factors**

**Summary.** The presented study is dedicated to researching the hypothesis that there is no relationship between self-esteem and objective factors. As a result, it was found that both general and professional self-esteem have significant correlations with objective factors, in particular, with the income level.

**Key words:** professional self-esteem, general self-esteem, journalists, income level.

Один з відомих американських дослідників проблеми самооцінки, Дж. Браун, зазначив, що «самооцінка практично не корелює із жодною об'єктивною змінною в житті. Люди, які є розумними, красивими, популярними тощо, мають не вищу самооцінку, ніж ті, кому бракує цих якостей» [2, с.6]. Те саме стосується і протилежної ситуації, а саме соціально незахищених груп, меншинств, людей із певними вадами, судимостями тощо: їх самооцінка не є нижчою, ніж у представників об'єктивно більш благополучних груп.

Водночас є різні види самооцінки, які передбачають наявність різних Я-образів: актуального, минулого, теперішнього, а також образи Я відповідно до різних сфер життя. Однією із найпопулярніших для дослідження є такий вид самооцінки як професійна самооцінка. Зокрема, саме від неї залежить успішність суб'єкта діяльності, отже професійна

самооцінка все ж таки корелює із певними об'єктивними факторами [3]. Звідси виникає питання: як узгоджуються висновки Дж. Брауна із результатами подібних досліджень? Чи дійсно об'єктивні змінні, що корелюють із професійною самооцінкою, водночас ніяк не будуть пов'язані із загальною самооцінкою особистості?

Для відповіді на це питання скористаємося даними проведеного емпіричного дослідження. Загальна вибірка становила 110 осіб – професійні журналісти, середнім віком 31 рік. У ході аналізу використовувалися результати за наступними методиками: Шістнадцятифакторний опитувальник Кеттелла, методика дослідження професіоналізму журналіста Л.А. Закірзянової, методика дослідження професійно важливих якостей журналіста А.В. Бахвалової, методика «Мотивація до кар'єри» А. Ное, Р. Ное, Д. Баххубер, методика «Інтегральна задоволеність працею» Н. Фетискіна.

Загальна самооцінка встановлювалася відповідно до шкали MD Шістнадцятифакторного опитувальника Кеттелла, а професійна – на основі показників чотирьох інших вищезгаданих методик (більш детальна інформація щодо утворення інтегрального показника професійної самооцінки подана у відповідній статті [3]).

Крім того, об'єктивні фактори успішності журналіста досліджувалися за допомогою методу анкетування, що на етапі обробки даних передбачало трансформацію отриманих результатів у порядкові шкали відповідно до міри згоди із поданими твердженнями. Зокрема, для професії журналіста були виокремлені наступні об'єктивні фактори, що відображають досягнення: професійні відзнаки та нагороди, величина аудиторії, економічний фактор (заробіток), отримання журналістом запитів на матеріали від ЗМІ, публікації у відомих іноземних ЗМІ, взаємодія із аудиторією, тобто одержання відгуків від неї щодо власних матеріалів.

У таблиці 1 подані результати кореляційного аналізу між загальною самооцінкою (шкала MD) та виокремленими об'єктивними факторами (коефіцієнт Спірмена, двосторонній).

Таблиця 1

**Кореляційні зв'язки між загальною самооцінкою та об'єктивними факторами**

	Сила кореляції	p-рівень
Рівень доходів	,283	<b>,003</b>
Нагороди	,145	,137
Об'єм аудиторії	,107	,272
Відгуки аудиторії	,072	,463
Запити від ЗМІ	-,051	,601
Публікації у іноземних ЗМІ	-,095	,329

Як результат, значимою виявилася лише одна кореляція: між самооцінкою та рівнем доходів. Отже, кореляційний зв'язок, нехай і слабкої сили, між самооцінкою та одним зі згаданих об'єктивних факторів, все ж, наявний. Цей зв'язок має цілком логічне підґрунтя, якщо згадати основну формулу самооцінки: «Самооцінка = успіх розділений на рівень домагань» або «Самооцінка – це досягнення поділені на очікування» [1]. А рівень заробітку є одним із найочевидніших показників досягнень, принаймні якщо говорити про загальноприйнятий стереотип успішної людини.

Наступним етапом є встановлення кореляційних зв'язків між тими самими об'єктивними факторами та професійною самооцінкою досліджуваних (табл. 2).

Таблиця 2

**Кореляційні зв'язки між професійною самооцінкою та об'єктивними факторами**

	<b>Сила кореляції</b>	<b>p-рівень</b>
Рівень доходів	,385	<b>,000</b>
Нагороди	,099	,313
Об'єм аудиторії	,194	<b>,046</b>
Відгуки аудиторії	,322	<b>,001</b>
Запити від ЗМІ	,052	,597
Публікації у іноземних ЗМІ	,055	,573

Професійна самооцінка має значущі зв'язки з більшою кількістю факторів, однак найсильніший із них, знову ж таки, із рівнем доходів; на другому місці за силою – із відгуками аудиторії, на третьому – із об'ємом аудиторії. Підкреслимо, що усі зв'язки є позитивними: збільшення доходів, кількості відгуків та об'єму аудиторії пов'язане із ростом професійної самооцінки. Не торкаючись питання причинно-наслідкових зв'язків можемо сказати, що як у загальної, так і у професійної самооцінки є значущі зв'язки із об'єктивними факторами.

Наостанок підкреслимо зв'язки між двома основними змінними цього дослідження: кореляція між загальною та професійною самооцінкою становить 0,326,  $p < 0,01$  (коефіцієнт Пірсона, двосторонній). Тобто професійна самооцінка може виступати різновидом загальної та її частиною, однак не є тотожною їй.

Який висновок ми можемо зробити? Чи вступають отримані результати у протиріччя із висновками Дж. Брауна? Повертаючись до цитати американського дослідника відзначимо, що він говорив про ті характеристики, які є частиною особистості людини (її вигляд, індивідуально-психологічні властивості тощо), а ми, у свою чергу, розглядали ті, що є еквівалентом її досягнень. Оскільки самооцінка як



феномен тісно пов'язана з успіхом та досягненнями, то її кореляції із об'єктивним вираженням успішності (об'єктивними факторами) є цілком обґрунтованими і, на нашу думку, не суперечать висновкам Дж. Брауна.

У перспективі – встановлення опосередковуючих ланок між виявленими кореляційними зв'язками; зокрема, такими ланками можуть виступати індивідуально-психологічні властивості суб'єкта праці.

#### **Список використаних джерел:**

1. Alpay E. Self-concept and self-esteem. *Technology, and Medicine*. 2000. 7 (2), p. 1-5.
2. Brown J. D., Marshall M. A. Self-esteem: It's not what you think. Unpublished manuscript. Seattle. 2002.
3. Бахвалова А.В. Зв'язок між професійною самооцінкою журналістів та їх успішністю. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Том 32 (71), №5. С. 45-50.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-15>

**Дробот О. В.,**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

**Бекіров І. Е.,**

*магістрант кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

### **ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ В ПОСТІНДУСТРІАЛЬНОМУ СВІТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ**

**Анотація.** У тезах розглядається проблема формування ціннісно-сміслової сфери особистості у постіндустріальному світі, парадигмі постмодерну та глобалізації. Проводиться теоретичний аналіз досліджень сенсів, цінностей як складових цієї сфери, існуючих концепцій формування особистості у сьогодиньшньому інформаційному просторі, безпеки векторів розвитку.

**Ключові слова:** сенс, цінності, ціннісно-сміслова сфера, формування особистості, постмодерн, постіндустріальне суспільство, глобалізм.

**Drobot O., Bekirov I. The formation of the value-meaning sphere of the individual in the post-industrial world: theoretical analysis**

**Summary.** Theses consider the problem of formation of the value-meaning sphere of the individual in the post-industrial world, the paradigm of post-modernity and globalization. A theoretical analysis of the research of meanings, values as components of this sphere, existing concepts of personality formation in today's information space, danger vectors of development is carried out.

**Key words:** meaning, values, value-meaning sphere, personality formation, postmodern, postindustrial society, globalism.

Ми живемо в час майже повної доступності інформації. Її кількість з кожним днем стрімко зростає, а в місці з нею зростає і кількість фейків, «інформаційних пустушок», гучних заголовків, роздмухування значущості з нічого. Держави активно використовують методи інформаційної боротьби. Це особливо актуально у світлі військової агресії РФ проти України. Пропагандистські штампи, підміна понять, заперечення вчинених дій – усе це стало повсякденністю для багатьох людей у всьому світі. У зв'язку з цим виникає низка важливих питань: яке майбутнє чекає на сьогоднішню людину, а найголовніше – як це впливає на формування ціннісно-сміслової сфери сучасної людини.

Серед вчених, які займалися проблемою сенсів особистості, можна виділити В. Франкла. У працях вченого поняття сенсу є ключовим, а його психотерапевтичний підхід під назвою «логотерапія» і зовсім зосереджується на допомозі людині знайти ці сенси в своєму житті. Багато уваги сенсу приділяли філософи-екзистенціалісти, серед яких були М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, А. Камю. У сучасному світі проблему ціннісно-сміслової сфери розробляли вчені В.Ф. Петренко та Д.О. Леонтьєв. Постіндустріальне суспільство, його недоліки та переваги досліджували соціологи Д. Белл, М. Кастельс. Концепцію парадигми постмодерну у своїх трудах розвивали Ж. Деррида, М. Фуко, Ж. Бодріяр.

*Сенс* (значення) – відношення між двома видами речей: знаками та тими речами, які вони позначають, виражають чи відображають [9, р. 32]. Сенс є дуже важливою складовою людського світосприйняття та світогляду. В. Франкл взагалі виділяє в людині потребу в сенсі, говорячи про те, що ця потреба є «найлюдською з усіх людських потреб» [8, с. 291]. Про це може свідчити і те, наскільки глибоким є питання про сенс життя, наскільки довго це питання залишається невичерпним в

історії людства, а відповідь на нього кожному доводиться шукати самотійно.

В свою чергу, *цінність* – це будь-яке матеріальне або ідеальне явище, яке має значення для людини чи суспільства, заради якого вона діє, витрачає сили, час, гроші, здоров'я тощо, заради якого вона живе [5, с. 707]. Ціннісні орієнтації – це складне утворення, що вбирає в себе рівні форми взаємодії суспільного та індивідуального в особистості, специфічні форми усвідомлення особистістю навколишнього світу, свого минулого, теперішнього і майбутнього, а також сутності свого власного «Я». Наявність сформованої системи ціннісних орієнтацій забезпечує гармонію внутрішнього світу особистості, сприяє систематизації її знань, норм, стереотипів поведінки та самоствердженню, реалізації соціальних очікувань [3, с. 12-14]. М. Рокіч розглядав цінності як різновид стійкого переконання, що певна мета чи спосіб існування кращий за інший [6].

А. Абульханова-Славська та А.В. Брушлинський приписують смисловим концептам особливу роль у створенні системи ціннісних орієнтацій. Орієнтуючись на власні змісти, особистість вирішує завдання необхідності включення до системи певних цінностей, підтвердження чи зниження значимості будь-якої цінності для особистості, необхідності дотримуватися будь-яких цінностей чи не дотримуватися, якщо вони втратили свою актуальність [1, с. 232].

Відомий філософ Л. Вітгенштейн, вивчаючи зміст, у межах мовної системи, визначав, що «... Тільки у контексті речення сенс має значення» [10, р. 39]. Це можна застосовується в рамках психології, оскільки свідомість та мова тісно переплетені.

У зв'язку з цим важливим стає розуміння того, як людина намагається знаходити свої сенси в постіндустріальній ері, в парадигмах постмодерну та інформаційної епохи, коли контекст може взагалі зникати, розчинятися серед великої кількості інформації, інтерпретацій одного й того самого, релятивізму, знеособлення, симулякрів.

Простір епохи постмодерну, на думку О.Р. Сігнаєвської [7], вибудовується за двома основними траєкторіями: як симуляція (симулякр – порожній знак, «брехлива копія копії» (Ж. Делез)), тобто сучасність паразитує на символах минулого часу і, ґрунтуючись на пануванні ідеології релятивізму, наповнює їх «своїми смислами», які відрізнятимуться від початкових, найчастіше руйнуючи їхній концепт, наповнюючи протилежними смислами. По-друге, як гіперреальність (віртуальність – сурогат реального життя). Зазначені знакові характеристики епохи постмодерну: розвиток інформаційних технологій, непізнаваність, розмитість смислового контексту, соціальна аномія – призводить до того, що людина створює свій «Світ людини», в

якому перша (справжня) реальність скасовується та абсорбується другою (віртуальною) реальністю [7].

Дерріда свідчив про децентрацію суб'єкта: він розглядав світ як об'єкт усвідомлення, результати чого фіксуються голосом чи письмово. З погляду автора, «людина не існує поза тексту», вона – соціально-культурний феномен, «сукупність мовних практик» [2].

Немаловажним у формуванні ціннісно-сислової сфери особистості стає і феномен глобалізму. М.А. Козловець [4] пов'язує проблему глобалізації з проблемою самоідентифікації, адже взаємообмін різним культурним досвідом може іноді призвести до втрати власних особистісних, національних особливостей культури, розмиття ідентичності, і як наслідок – втрати ціннісних орієнтирів та смислів у сучасної людини. Проте водночас це дозволяє особистості створювати нові сенси, формувати свою суб'єктність у сучасному світі.

Отже, проаналізований матеріал надав змогу узагальнити ключові позиції щодо теоретичних засад дослідження формування ціннісно-сислової сфери особистості в постіндустріальному світі: сучасний світ кидає людині безліч нових викликів: інформатизація, технократизація, втрата ідентичності, симулякри та симуляції, релятивізм, втрата орієнтирів, знеособлення людської особистості. І тому формування ціннісно-сислової сфери особистості стає надважливою проблемою сучасного і майбутнього життя людини.

### **Список використаних джерел:**

1. Абульханова-Славська К.А., Брушлінський О.В. Філософсько-психологічна концепція С.Л. Рубінштейна: До 100-річчя від дня народження. Москва, 1989. 248 с.

2. Дерріда Ж. Про граматику / Пер. с фр. и вст. ст. Н. Автономовой. Москва, 2000. 512 с.

3. Долинська Л.В. Психологія ціннісних орієнтацій майбутнього вчителя: [навч. посіб.] / Л.В. Долинська, Н.П. Максимчук. Кам'янець-Подільський, 2008. 124 с.

4. Козловець М.А. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації: монографія. Житомир, 2009. 558 с.

5. Лісовий В. Цінність // Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (гол. редкол.) та ін. Київ, 2002. 742 с.

6. Рокич М. Методика «Дослідження ціннісних орієнтацій» URL: <http://psycabi.net/testy/320-metodika-rokicha-tsennostnye-orientatsii-test-miltona-rokicha-issledovanie-tsennostnykh-orientatsij-m-rokichaoprosnik-tsennosti-ro-rokichu> (дата звернення: 09.12.22)

7. Сігнаєвська О. Р. Світ людини: сенси та цінності епохи постмодерну // Вісник ЧелГУ. 2012. №4 (258). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/mir-cheloveka-smysly-i-tsennosti-epohi-postmoderna> (дата звернення: 09.12.2022).

8. Франкл В. Логотерапія та екзистенційний аналіз: Статті і лекції. Москва, 2020. 2-е изд. 344 с., с. 291
9. Richard E. Morehouse. Beginning Interpretive Inquiry. 2012. 152 p.
10. Wittgenstein L. Tractatus Logico-Philosophicus. 1999. 75 p.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-16>

**Дробот О. В.,**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

**Микитенко О. Б.,**

*магістрантка кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Навчально-наукового гуманітарного інституту  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **ПОЗИТИВНЕ МИСЛЕННЯ ТА КОГНІТИВНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ**

**Анотація.** У тезах представлено аналіз ролі позитивного мислення особистості в формуванні когнітивної сфери молоді. Наводяться характеристики вправ-стимуляторів позитивного мислення, аналізуються результати проведення тренінгу позитивного мислення, надаються висновки щодо когнітивної сфери особистості у молоді.

**Ключові слова:** позитивне мислення, когнітивна сфера, молодь, позитивна мова, пізнання.

**Drobot O., Mykytenko O. Positive thinking and cognitive sphere of personality**

**Summary.** The scientific research deals with the deepening of knowledge and the role of positive thinking in the minds of young people in modern conditions. The characteristics of exercises-stimulators of positive thinking are given, the results of the training of positive thinking are analyzed, conclusions about the cognitive sphere of personality in young people are analyzed.

**Key words:** positive thinking, youth, motivation, positive language, consciousness, cognition, cognitive style.

Когнітивна сфера особистості включає в себе психічні процеси такі як відчуття, сприймання в системі інтелектуальних властивостей особистості, де особливу роль відіграє мислення як пізнавальний психічний процес. Позитивне мислення розглядалося в працях вчених Титаренко Т. М., Байбакова І. Гасько О., Киричука Л. М., Мацко Л. А., Синоренко Ж. В. та Калошина В. Ф. В умовах сучасності значимість позитивного мислення виросла, адже чимало науковців відзначають погіршення стану здоров'я молоді, особливо психологічного. Як зазначає Титаренко Т. М., внутрішній гармонійний стан молодих особистостей порушується під впливом невизначеності майбутнього, відсутності життєвого досвіду подолання негативу [6, 201].

Досліджуючи питання позитивного мислення у молоді, ми обрали наступну вікову категорію – від 18 до 25 років. Особи у даному віці схильні до песимістичних думок. За даними Мацко Л. А. 70% студентів відчувають негативні емоції частіше ніж позитивні у період навчання, емоційне виснаження, відсутність мотивації, розумову втому від перевантаження роботою, навчанням та побутовими проблемами [5, с. 179].

Позитивне мислення це такий різновид мислення, який здобувається і розвивається особистістю поступово, носить творчий характер, у поєднанні з формуванням «Я-концепції», життєвого сценарію, самоактуалізації та рефлексії. Вивчаючи шляхи подолання стресових ситуацій, ефективного спілкування, способів інтерпретації дійсності через відсторонення від негативних переживань, вчені теоретики (Дж. Діспенза, К. Ленгольд, Н. В. Пейл) позитивного мислення дійшли висновку про те, що формування оптимістичного світогляду можливе за умови використання стимулів, командної роботи та специфічних вправ-ритуалів, таких як: методи рефлексії, селф-терапії «ритуали хаосу» від Тари Шустер, методу щоденних записів та само-фокусу [1].

Фромм Е. вважав, що особистість на рівні життєвих цінностей може тяжіти до однієї з тенденцій – біофілії чи некрофілії. При цьому, у людини з біофільною орієнтацією переважатиме любов до живого, в той час, як людина-некрофіл звертатиметься до мертвого: «З психологічної і моральної точки зору немає більш різючої протилежності, ніж та, що існує між людьми, що люблять смерть і людьми, що люблять життя: некрофілами і біофілами. Є люди, що звернені цілком до мертвого, про них говорять як про душевнохворих. Є інші, хто цілком віддаються живому, створюється враження, що вони досягли вищих цілей, доступних людині». Фромм Е. говорить про «біофілну етику», вважаючи, що добро – це усе, що слугує життю [7].

Вище зазначене підштовхує до думки про зміну ставлення до позитивного мислення як до складного явища, та його ототожнення з процесом розв'язання внутрішньої задачі та досягнення результату у

вигляді гармонізації та отримання стану благополуччя особистості. Тому було створено 2 тести: «Мотивуючий контроль» та тест «Віддзеркалення» з метою виявлення внутрішніх та зовнішніх чинників впливу на мислення молоді в цілому. Результати вище зазначених тестів, у яких взяло участь дев'ять людей, доводять, що вісім опитуваних починають мислити позитивно в результаті самоактуалізації, використання позитивної мови та занятті цікавою для них справою [3, с. 50].

Киричук Л. М. доводить, що основними засадами позитивного мислення є матеріальність думки та ментальні закони. Позитивне мислення як один із способів саморегуляції, яке характерне тим, що людина свідомо контролює свої думки і не дозволяє укорінюватися негативним думкам та емоціям. Враховуючи це, людині властиво вірити у кінцевий успіх, залишатися оптимістом за будь-яких обставин. Дані ознаки характерні позитивній Я-концепції особистості і повинно стати звичкою [4, с. 151].

Байбакова І. та Гасько О. у своїй праці описують значимість позитивного мислення та позитивної мови. Позитивна мова починається з виділення значення слова «позитивний» як стверджувального, вигідного, надійного, суттєвого, активного, цілком впевненого у собі. Людина вимовляє протягом дня близько двадцяти тисяч слів. Слова, мова – не лише найважливіший засіб комунікації, а й форма мислення, спосіб організації власних уявлень про себе та навколишній світ. Стиль мовлення впливає на те, як сприймаємо реальність і реагуємо на неї. Наприклад, слова можуть змінити кров'яний тиск, частоту серцебиття, викликають різні емоції і, як наслідок, дії. Побудова словесних конструкцій може бути мотивуючою [2, с. 9].

Було проведено тренінг позитивного мислення, з метою поглиблення знань про позитивне мислення, поглиблення вивчення позитивного мислення як психологічної категорії, розглянути шляхи формування позитивного мислення задля покращення психологічного здоров'я молоді. Тренінг-дослідження складався з тринадцяти підрозділів, де було на різних етапах визначено вплив позитивного мислення на формування когнітивної сфери молоді. Тренінг проходив онлайн через інтернет-платформу Instagram.

Отже, можна зробити висновок про суттєвий вплив позитивного мислення на когнітивну сферу, цінності особистості, де було виявлено фактори формування та розвитку позитивного мислення через мову та погляди на життя.

#### **Список використаних джерел:**

1. Peale N. V. The Power of Positive Thinking for Young People. Publisher Vermilion. 1990. 224 p.

2. Байбакова І., Гасько О. Позитивне мислення, позитивна мова, позитивний дискурс. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. Серія : Філологічні науки. Мовознавство*. Луцьк. 2012. № 24. С. 8–11.

3. Калошин В. Ф. Позитивне мислення як чинник професійного самовизначення в умовах ПТНЗ: Методичний посібник, 2012. – 114 с.

4. Киричук Л. М. Когнітивна структура дискурсу позитивного мислення. *Філологічні студії*. 2004. № 4. С. 149 – 155.

5. Мацко Л. А., Синоренко Ж. В. Позитивне мислення та засоби його формування у студентів технічного ВНЗ. *Вісник ВПШ*. №3. 2010. С. 176 – 181.

6. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності. *Либідь*, 2003. 374 с.

7. Е. Фром. Мати або бути. Київ, 2021. URL: [https://hromadlib.files.wordpress.com/2015/12/fromm\\_2010\\_have.pdf](https://hromadlib.files.wordpress.com/2015/12/fromm_2010_have.pdf).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-17>

**Ельканов Д. К.,**

*аспірант кафедри практичної психології  
Київського університету імені Бориса Грінченка  
практичний психолог  
Броварського ліцею № 8*

*Науковий керівник: **Матвієнко Л. І.,**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

## **ДО ПРОБЛЕМИ ПЕРЕЖИВАННЯ СТРЕСУ ЦИВІЛЬНИМ НАСЕЛЕННЯМ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ**

**Анотація.** У статті розглядається питання переживання стресу цивільним населенням внаслідок війни. Наводяться результати досліджень зазначеної проблеми та аналізуються отримані результати.

**Ключові слова:** стрес, дистрес, психоемоційний стан, психологічна травма, гібридна війна.



## **Elkanov D. To the problem of war related stress experienced by the civilians**

**Summary.** The article examines the issue of war-related stress on the civilian population. The results of the study of the specified problem are presented and the obtained results are analyzed.

**Key words:** stress, distress, psycho-emotional state, psychological trauma, hybrid war.

Питання дослідження впливу стресу на фізичний та психоемоційний стан людини не є новим у галузі психологічного знання. Починаючи з видання Г. Сальє праці «Фізіологія й патологія стресу» було започатковано довгий шлях вивчення даного феномену різними галузями науки [8]. В сучасних реаліях Російсько-Української війни питання впливу стресу на буденне життя громадян України стоїть особливо гостро. В наслідок війни населення країни зіштовхується з низкою травматичних для психіки подій, що пов'язані з загрозою життю, отриманням серйозних тілесних ушкоджень, насильства, присутністю при загибелі чи пораненні знайомих та членів сім'ї, зіткнення з травматичною інформацією, для яких є характерними надмірна руйнівна сила, наявність відчуття безпорадності та втрати контролю. Всі ці події призводять до переживання важкого стресу й дезадаптації людини, унеможливаючи її нормальну життєдіяльність. Люди зіштовхуються з різними типами криз ( кризи втрати близьких, переживання насильства, приниження гідності, свободи тощо) [6].

Важливим аспектом проблематики дослідження стресу пов'язаного з війною – є приділення значно більшої уваги переживанням військовослужбовців та учасників бойових дій. Більшість уваги в дослідженнях відводиться дослідженню впливу бойового стресу на психіку бійця у формі бойової психічної травми. У даному контексті психічна травма розглядається як адаптивна реакція психіки на ненормальні обставини викликані зовнішнім середовищем. Результати даних досліджень показують статистику при якій приблизно 80% військовослужбовців, що були учасниками бойових дій під час антитерористичної операції на сході країни знаходилися у стані бойового стресу, в наслідок чого у 25% з даної сукупності розвинулася різна ступінь прояву посттравматичних стресових розладів. Також, згідно з дослідженнями 98% військових, що брали участь в бойових діях проявляють потребу в наданні кваліфікованої допомоги й підтримки в наслідок впливу стрес-факторів бойового типу [5].

М.А. Козігора в результатах дослідження проявів симптомів моральної травми у військовослужбовців та цивільного населення 2022 року зазначає, що найбільшого морально-травматичного впливу в

наслідок повномасштабного вторгнення Росії в Україну зазнають не тільки військовослужбовці, що безпосередньо беруть участь у бойових діях, а й цивільне населення країни [7].

Також, аналізуючи вплив пов'язаного з війною стресу на цивільне населення неможливо ігнорувати масову втрату робочих місць. О.В. Терещук аналізуючи аспект втрати роботи цивільним населенням в наслідок військової агресії РФ зазначає, що подібна ситуація спричиняє виникнення специфічного стану психіки пов'язаного з викривленням сприйняття оточуючої дійсності. Даний стан викликає погіршення психічного та фізичного самопочуття та актуалізує аутодеструктивне самоставлення й поведінку особистості [10].

Враховуючи гібридність Російсько-Української, також, потрібно враховувати дестабілізуючий інформаційний вплив на свідомість населення. А. Н. Хвисюк, М. В. Маркова, А. Р. Марков, Е. В. Кришталь, Н. К. Агишева, А. Г. Луценко, Б. Л. Гульман, Л. В. Зайцева, С. А. Мартиненко, Т. П. Даниленко та Г. С. Росинский зазначають, що подібний вплив ЗМІ впливає на когнітивний, емоційний та світоглядні сфери особистості й підвищує ризик розвитку та поширення соціально-стресових розладів або клінічно сформованої дезадаптації та інших розладів невротичного характеру [9].

Також, важливо обговорити проблеми вимушених в наслідок війни мігрантів та внутрішньо переміщених осіб. Процес зміни місця проживання – є додатковим сильним фактором стресу. Людям доводиться адаптуватися до нових умов, що містять організаційні, культурні, етнічні, політичні, правові та психологічні аспекти. До того ж на якість адаптації впливає й те на якому рівні вона здійснюється та наскільки вона зачіпає внутрішню структуру особистості. Часто вимушеним мігрантам доводиться зіштовхуватися з явищем культурного шоку й проблемою акультурації, в наслідок чого вони потребують різних форм підтримки ( інформаційної, інструментальної емоційної тощо) [4].

Також, важливим для розуміння впливу стресу та травми війни на цивільне населення є аналіз попередніх досліджень зарубіжних дослідників.

Ізраїль як країна що зіштовхується з військовими діями протягом довготривалого часу на разі володіє однією з найрозвиненіших систем психологічної підтримки не лише військовослужбовців а й цивільного населення. Насамперед система допомоги цивільному населенню в умовах бойових дій передбачає роботу добровільних штабів кризових ситуацій, пунктів термінової допомоги та пунктів оповіщення населення [6].

Марія М. Ллабре, Фаузія Хаді, Аннет М. Ла Грека та Бетті С. Лай у своєму дослідження психологічного дистресу у молодих дорослих, що

знали травми, пов'язаної з війною у ранньому дитинстві стверджують, що вплив психологічного дистресу пов'язаного з війною у дітей не зменшується з часом. А соціальна підтримка може функціонувати як чинник впливу на рівень прояву дистресу у дорослих, що в ранньому віці зазнали моральної травматизації внаслідок війни. Також, дослідники наголошують на важливості ранньої діагностики та використання соціальної підтримки під час роботи з постраждалими дітьми [2].

Й. Янкович, С. Бремнер, М. Богич, Д. Лечіч-Тошевські, Д. Айдукович, Т. Францішкович, Г.М. Галеацці, А. Кучукаліч, Н. Моріна, М. Поповські, М. Шуцволь, С. Прибе у в результатах міжнародного дослідження травми та суїцидальності серед постраждалих від війни громад зазначають, що наявність досвіду війни та, зокрема ув'язнення в середньому на 10,2% збільшують ризик суїцидальності всередині громад [1].

Особливо цікавими є результати дослідження факторів, пов'язаних з посттравматичним стресовим розладом та депресією серед переселенців у Хорватії, які пережили досвід війни. Дослідження Марини Летіца-Крепулі, Ебру Салчіоглу, Тані Франчишкович та Метін Басоглу показує, що переміщені особи які пережили численні травматичні події (Бойові дії, тортури, серйозні поранення, смерть близьких людей і втрату майна) відчули значно більший негативний вплив війни на сімейну, соціальну, економічну, та освітню сфери в порівнянні з особами, що жили в умовах війни проте не зазнали впливу травматичних подій. Як найважливішу детермінанту психологічних наслідків в дослідженні виділяють відчуття стресу, викликаного війною. Дослідники загострюють увагу на важливості використання травмо-орієнтовного підходу у процесі реабілітації людей постраждалих внаслідок війни [2].

Отже, на основі проведеного аналізу можна зазначити, що вивчення проблеми переживання стресу цивільним населенням внаслідок війни є актуальним для сучасних реалій Російсько-Української війни й матиме пряму користь в формуванні подальшої системи адаптації й зменшення рівня негативних невротичних проявів та симптомів ПТСР серед громадян України.

### **Список використаних джерел:**

1. J. Jankovic, S. Bremner, M. Bogic, D. Lecic-Tosevski, D. Ajdukovic, T. Franciskovic, G.M. Galeazzi, A. Kucukalic, N. Morina, M. Popovski, M. Schu"tzwohl, S. Priebe. Trauma and suicidality in war affected communities. *European Psychiatry* Volume 28 Issue 8

2. Maria M. Llabre, Fawzyiah Hadi, Annette M. La Greca, and Betty S. Lai. Psychological Distress in Young Adults Exposed to War-Related Trauma in Childhood/ 2015 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22986125/>

3. Marina Letica-Crepulja, Ebru Salcioglu, Tanja Frančičković, Metin Basoglu Factors associated with posttraumatic stress disorder and depression in war-survivors displaced in Croatia Croatian Medical Journal, 01 Dec 2011. p. 709-717.

4. Блинова О.Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномену акультурації / О.Є. Блинова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – Херсон: Гельветика, 2016. – Випуск 3. – Том 1. – С. 111-117.

5. Блінов О. А. Психологія бойового стресу : автореф. дис. ...д-ра психол. наук : [спец.] 19.00.04 «Медична психологія» / Блінов Олег Анатолійович ; Ін-т психології імені Г. С. Костюка. – Київ, 2020. – 45 с.

6. Кабусь Н. Д. Зарубіжний досвід надання соціально-психологічної допомоги військовослужбовцям та цивільному населенню в зоні збройних конфліктів / Н. Д. Кабусь, І. М. Мартинюк, Т. Д. Погребняк // Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф., Харків, 20–21 трав. 2022 р. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди [та ін.] ; за ред. А. В. Боярської-Хоменко, О. В. Попової. – Харків : [б. в.], 2022. – С. 40–43.

7. Козігора М.А. Прояви симптомів моральної травми у військовослужбовців та цивільного населення під час війни. *Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки*. 2022. № 2. С. 20-27

8. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.

9. О. М. Хвисяк, М. В. Маркова, А. Р. Марков, Є. В. Кришталь, Н. К. Агішева, О. Г. Луценко, Б. Л. Гульман, Л. В. Зайцева, С. А. Мартиненко, Т. П. Даниленко, Г. С. Росінський Клінічна специфіка й особливості психопатогенезу дезадаптивних станів у цивільного населення в умовах соціального стресу і конспіраційної війни [Текст] / О. М. Хвисяк [та ін.] // *Укр. вісн. психоневрології*. Харків, 2017. Том 25 Вип. 1. С. 29-36

10. Терещук О.В. психологічні особливості переживання стресу безробітними в умовах військової агресії. Modern research in world science. Proceedings of VII International Scientific and Practical Conference Lviv, Ukraine. 2-4 October 2022. ст. 667-670

**Князєв В. М.,**

*аспірант*

*Академії праці, соціальних відносин і туризму*

*Науковий керівник: Мілютіна Є. Л.,*

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри психології розвитку*

*Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

## **ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТА САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ ІЗ СИНДРОМОМ ДЕФІЦИТУ УВАГИ ТА ГІПЕРАКТИВНОСТІ**

**Анотація.** Синдром дефіциту уваги та гіперактивності (СДУГ) являє собою нейробіологічний обумовлений розлад, однак чинники середовища соціально-психологічного характеру можуть впливати на інтенсивність основних проявів. Значний вплив вони можуть мати на розвиток такого психічного утворення, як Я-концепція та пов'язані із ними процеси самооцінювання.

**Ключові слова:** СДУГ, самооцінка, Я-концепція, корекційно-розвивальна робота.

### **Knyazev V. Peculiarities of Self-concept formation and Self-esteem in children with ADHD**

**Summary.** ADHD is a neurobiologically determined disorder, however environmental factors of a socio-psychological nature can influence the intensity of the main manifestations. They can have a significant impact on the development of such a mental formation as self-concept and related self-evaluation processes.

**Key words:** ADHD, Self-esteem, Self-concept, corrective and developmental work.

СДУГ – нейробіологічний, що тісно пов'язаний із дефіцитами нейротрансмітерних систем, що впливають на процес формування виконавчих функцій в онтогенезі. За етіологією СДУГ має переважно генетичне походження, і лише у невеликій кількості випадків це може бути пов'язано із іншими біологічними чинниками [3]. У той же час вважається, що значний вплив на інтенсивність проявів СДУГ значною мірою може впливати середовище, посилюючи, або ж знижуючи інтенсивність основних симптомів. Однак, наразі немає чітких даних

відносно того, чи можуть чинники середовища, зокрема соціально-психологічного характеру, впливати на розвиток СДУГ.

Було виявлено низку чинників психосоціального характеру, які можуть виступати у якості прогностичних критеріїв СДУГ. Не дивлячись на той факт, що ці чинники не можуть самостійно призвести до розвитку СДУГ, встановлено, що вони мають значний вплив на важкість симптомів СДУГ та можуть сприяти розвитку супутніх опозиційних симптомів [1]. Материнська депресія, нижчий дохід сім'ї та домашня обстановка, що не стимулює розвиток, були пов'язані з підвищеним ризиком СДУГ [9]. Більш негативний підхід до виховання, що асоціюється з більшою кількістю заборон та загальним директивним впливом та меншою кількістю похвали спостерігався у батьків дітей із СДУГ. Однак вплив цього чинника це є однозначним та потребує подальшого вивчення [2]. Також відмічається, що симптоми СДУГ у дітей можуть взаємодіяти з власними симптомами СДУГ у батьків, що буде призводити до погіршення взаємодії між батьками та дитиною [11].

Сукупність соціально-психологічних та біологічних чинників, що впливають на дитину в процесі її індивідуального розвитку, значної мірою впливають на процеси формування в неї складні та інтегративних психічних конструктів. Одним з таких конструктів, що тісно пов'язаний із розвитком у дитини свідомості, виступая Я-концепція.

Я-концепція – це сукупність когнітивного образу людини про себе, когнітивний компонент особистості [6]. Він включає описове визначення себе та ідей, переконань і установок щодо себе і своїх компетенцій у різних галузях. Позитивна самооцінка значною мірою пов'язана із успішністю, ефективним використанням навичок власної справи, безпечними і здоровими соціальними відносинами і динамічним рухом через послідовні стадії розвитку [7]. Самооцінка відрізняється від Я-концепції як вираження власної Я-концепції, а також цінності та значущості, яку людина надає собі, – того, як вона себе почуває про те, хто вони. Одним з видів сприймається компетентності, яка розвивається з часом, може бути почуття самоефективності [7], яке відноситься до переживання себе як здатного продукувати певні інтерактивні соціальні показники. Це поняття має певну схожість із поняттям «соціальну компетентність» – компетентність, що є необхідною для досягнення соціальних результатів. У той час як я-концепція – це когнітивний образ людини про себе та свої компетенції, самоефективність – це переживання себе як здатного виробляти ці компетенції.

Наразі є дані, згідно із якими рівень екстернізованої агресивної поведінки у дитини мало змінюється від дитячого садка до восьмого класу [10] та відносною стабільності поведінкових проблем з часом,

особливо агресії та соціальної ізоляції, починаючи з раннього віку до дошкільного, як від дошкільного до шкільного і підліткового. Таким чином, виникає занепокоєння з приводу того, чи така стабільність поведінкових проблем може мати негативний кумулятивний вплив на самооцінку в міру дорослішання дітей.

Було виявлено, що у дітей з СДУГ порушена самооцінка та самооцінка. Зокрема, що погана самооцінка, особливо щодо академічної компетентності, безпосередньо сприяла розвитку руйнівної, антигромадської поведінки у ранньому підлітковому віці [8]. Інші дослідження виявили, що діти з неухвальною типом СДУГ схильні до більшої інтерналізуючої поведінки та мають нижчу самооцінку, ніж діти з гіперактивним типом, які демонструють екстерналізуючу поведінку та мають більш високу самооцінку [5]. У той же час це дослідження показало, що діти із СДУГ, які одночасно були неухвальними та демонстрували екстерналізуючу поведінку, мали нижчу самооцінку, ніж діти, які були виключно неухвальними або гіперактивними в поведінці, що екстерналізується.

У жінок та дівчат із СДУГ було виявлено більше проблем із депресією та тривогою, а також знижена самоефективність і здатність справлятися з труднощами, а також менше агресії та екстерналізуючої поведінки [4]. Ці дані можуть вказувати на певні та більш виражені проблеми самооцінки та Я-концепції у дівчат із СДУГ. Однак, на даний момент це питання не достатньо вивчено та потребує подальших досліджень.

**Висновки.** На актуальність даної теми викликана мультифакторністю проявів СДУГ у дитячому віці та не до кінця виявленими особливостями, як негативних, так і позитивних, впливів соціального середовища на формування особливостей Я-концепції у дітей із СДУГ.

Необхідність більш детального дослідження у цій галузі також видається важливою у зв'язку із зростанням кількості дітей із СДУГ які демонструють негативну самооцінку та пов'язані із цим негативні поведінкові прояви.

#### **Список використаних джерел:**

1. Barkley R. Etiologies of ADHD. In: Barkley RA, editor. Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment. New York, NY: The Guilford Press; 2015. pp. 356–390 pp.
2. Danforth J.S., Anderson L.P., Barkley R.A., Stokes T.F. Observations of parent-child interactions with hyperactive children: Research and clinical implications. *Clinical Psychology Review*. 1991;11(6):703–727 pp.

3. Faraone S.V., Perlis R.H., Doyle A.E., Smoller J.W., Goralnick J.J., Holmgren MA, Sklar P. Molecular genetics of attention– deficit/hyperactivity disorder. *Biological Psychiatry*. 2005;57:1313–1323 pp.
4. Gershon J. A meta-analytic review of gender differences in ADHD. *Journal of Attention Disorders*. 2002;5(3):143–154 pp.
5. Graetz B.W., Sawyer M.G., Baghurst P. Gender differences among children with DSM-IV ADHD in Australia. *Journal of the American Academy of Children & Adolescent Psychiatry*. 2005;44(2):159–168 pp.
6. Houck G.M., Spelman A.M. Development of self: Theoretical understandings and conceptual underpinnings. *Infants and Young Children*. 1999;12:1–16 pp.
7. Houck G. The measurement of child characteristics from infancy to toddlerhood: Temperament, developmental competence, self-concept, and social competence. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*. 1999;22:101–127 pp.
8. Pisecco S. The effect of academic self-concept on ADHD and antisocial behaviors in early adolescence. *Journal of Learning Disabilities*. 2001;34(5):450–461 pp.
9. Sagiv S.K., Epstein J.N., Bellinger D.C., Korrick S.A. Pre- and postnatal risk factors for ADHD in a nonclinical pediatric population. *Journal of Attention Disorders*. 2013;17(1):47–57 pp.
10. Vazsonyi A., Keiley M. Normative developmental trajectories of aggressive behaviors in African American, American Indian, Asian American, Caucasian, and Hispanic children and early adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2007;35:1047–1062 pp.
11. Wymbs B.T., Wymbs F.A., Dawson A.E. Child ADHD and ODD behavior interacts with parent ADHD symptoms to worsen parenting and interparental communication. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2015;43(1):107–119 pp.



**Красілова Ю. М.,**

*кандидат психологічних наук, дослідник  
факультету гуманітарних та соціальних наук  
Університету Миколаса Ромеріса (м. Вільнюс, Литва)*

**Проскурня А. С.,**

*кандидат психологічних наук, дослідник  
факультету гуманітарних та соціальних наук  
Університету Миколаса Ромеріса (м. Вільнюс, Литва)*

### **ФОРМИ І МЕТОДИ РОБОТИ СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА З ПИТАНЬ ПРОФІЛАКТИКИ ВЖИВАННЯ НАРКОТИКІВ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ**

**Анотація.** Розглянуто основні нормативні документами, що визначають місце профілактичної роботи в системі освіти України. Досліджено форми і методи роботи соціального педагога з питань профілактики вживання підлітками наркотичних речовин. Визначено, що важливим напрямком роботи соціального педагога є популяризація переваг здорового способу життя.

**Ключові слова:** соціальний педагог, підлітки, наркозалежність, профілактика вживання наркотиків.

#### **Krasilova Yu., Proskurnia A. Forms and methods of work of social pedagogue on prevention of drug use among adolescents**

**Summary.** The main normative documents that determine the place of preventive work in the education system of Ukraine are considered. The forms and methods of work of a social pedagogue on the prevention of drug use by adolescents are investigated. It is determined that an important area of work of a social pedagogue is to promote the benefits of a healthy lifestyle.

**Key words:** social pedagogue, adolescents, drug addiction, drug use prevention.

Серед багатьох викликів нашого суспільства однією з найгостріших проблем є вживання наркотиків, масштаби та наслідки якої майже не мають собі рівних. Актуальність проблеми профілактики вживання наркотиків серед підлітків визначається зростанням наркозалежних підлітків та зниження віку, з якого починають вживати наркотичні засоби та психотропні речовини, проникненням наркотичних та

психотропних речовин до закладів освіти та популяризацією наркотичних речовин серед підлітків та молоді.

Основними нормативними документами, що визначають місце профілактики в системі освіти України, є:

– Національна доктрина розвитку освіти, в якій визначено, що одним із пріоритетних напрямів державної політики щодо розвитку освіти є пропаганда здорового способу життя у молоді.

– Закон України «Про освіту», яким визначено, що однією із засад державної політики у сфері освіти та принципами освітньої діяльності є формування культури здорового способу життя, екологічної культури і дбайливого ставлення до довкілля.

– Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, яка передбачає, зокрема, формування здорового способу життя, як складової виховання, збереження і зміцнення здоров'я дітей та молоді, забезпечення їх збалансованого харчування, диспансеризації.

– Державні стандарти загальної середньої освіти, які затверджуються рішенням Уряду України та переглядаються не менше одного разу на 10 років.

– Стандарти вищої освіти, які розробляються для кожного рівня вищої освіти в межах кожної спеціальності відповідно до Національної рамки кваліфікацій і використовуються для визначення та оцінювання якості вищої освіти та результатів освітньої діяльності закладів вищої освіти (наукових установ), результатів навчання за відповідними спеціальностями.

Аналізуючи Національний звіт за 2021 рік щодо наркотичної та алкогольної ситуації в Україні (за даними 2020 року), можна зазначити, що виявлено незначне зменшення вживання кокаїну. Так на кінець 2020 року під наглядом через вживання кокаїну перебувало 274 особи, в той же час на кінець 2019 року таких осіб було 346. Також виявлено зростання вживання опіоїдів: 41 095 осіб – на кінець 2020 року проти 40 324 осіб – на кінець 2019 року. Частка підлітків, які вживали хоча б один раз в житті які-небудь наркотичні речовини, склала 18%, а серед дівчат зросла в 1,5 рази у порівнянні з 2015 роком (з 12,7% у 2015 році до 18,1% у 2019 році) [2, с. 13].

Тому, одним із надзвичайно важливих напрямків роботи соціального педагога є популяризація серед дітей та підлітків переваг здорового способу життя, а саме актуалізація профілактики наркозалежності.

Ми дослідили форми і методи роботи соціального педагога з питань профілактики вживання підлітками наркотичних речовин у Київській гімназії № 287, Спеціалізованій школі № 304, СЗШ № 50, Коцюбинському гуманітарному ліцею № 6, Ірпінській ЗОШ № 18. Київської області. Вибірка склала 25 осіб, серед яких були: 5 соціальних

педагогів, 5 заступників директорів з виховної роботи, 5 психологів та 10 класних керівників.

Результати дослідження показали, що соціальний педагог відіграє дуже важливу роль у формуванні негативного ставлення до наркотиків так як саме він виконує первинну (у деяких випадках вторинну) профілактику вживання наркотиків серед підлітків, а саме:

- роз'яснення учням гігієнічних і моральних аспектів шкідливості вживання наркотичних і психоактивних речовин. Роз'яснення причин виникнення наркоманії і токсикоманії;

- розкриття суті наркоманії як захворювання і картини ранніх ознак цього захворювання;

- характеристика соціальних, економічних, етичних, психічних, юридичних наслідків вживання наркотиків;

- виявлення учнів, які за методом «рівний-рівному» могли б інформувати своїх однолітків та проводити з ними заходи;

- нетрадиційні форми виховної роботи по профілактиці психоактивних речовин: змагання команд КВК, ігрові програми.

Проаналізувавши результати інтерв'ю, ми у дослідженні визначили, що система роботи соціального педагога в даному напрямі включає:

- діагностичну функцію. Проведення досліджень щодо здорового способу життя;

- консультативну функцію (індивідуальні консультації учнів, вчителів, батьків);

- профілактичну функцію: інтерактивні, тренінгові заняття («Я обираю здоровий спосіб життя» «Шляхи подолання конфліктів»);

- бесіди, години спілкування («Шкідливі звички та їх попередження», «Твоє здоров'я – в твоїх руках»);

- факультативний курс «Профілактика ризикованої поведінки і ВІЛ/СНІДу» за проектом «Школа проти СНІДу» (10 –11 клас);

- виступи на батьківських зборах щодо профілактики негативних явищ («Виховання свідомого ставлення до свого здоров'я як найвищої соціальної цінності»).

Отже, можна сказати, що одним із надзвичайно важливих напрямків роботи соціального педагога є популяризація серед дітей та підлітків переваг здорового способу життя, а саме актуалізація профілактики наркозалежності.

### **Список використаних джерел:**

1. Закон України Про освіту. Відомості Верховної Ради, 2017, № 38-39, ст. 380. Електронний ресурс: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

2. Звіт щодо наркотичної та алкогольної ситуації в Україні за 2021 рік (за даними 2020 року) Електронний ресурс: <https://www.emcdda.europa.eu/system/files/attachments/14398/dani-zvitu-2021-2020-rik-national-report-ukraine-original.pdf>

3. Указ Президента України Про національну доктрину розвитку освіти. Прийнятий від 17.04. 2002. Електронний ресурс: Електронний ресурс: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/347/2002#Text>

4. Указ Президента України Про національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021. Прийнятий від 25.06.2013. Електронний ресурс: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/344/2013#Text>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-20>

**Османова А. М.,**

*кандидат психологічних наук,  
завідувачка кафедри психології*

*ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини  
«Україна»*

**Герасименко Ю. С.,**

*практичний психолог*

*Центру інклюзивних технологій навчання  
ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини  
«Україна»*

## **ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК САМОВИЗНАЧЕННЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІНКЛЮЗИВНИХ ГРУП**

**Анотація.** Треба зазначити, що в умовах сьогодення є актуальним формування самовизначення у студентської молоді в інклюзивному просторі, що впливає на формування цілей, самооцінки, взаємодії з соціальним середовищем у студентів з інвалідністю та інших. На прикладі тренінгів, які були проведені серед студентів-психологів в Університеті «Україна», був визначений психологічний інструментарій, який є ефективним у роботі орієнтованій на вказані цілі.

**Ключові слова:** самовизначення, тренінг, інклюзивні групи, студенти-психологи.

## **Osmanova A., Herasymenko Yu. Formation of self-determination skills in students of inclusive groups**

**Summary.** It should be noted that in today's conditions, the formation of self-determination among student youth in an inclusive space is relevant, which affects the formation of goals, self-esteem, interaction with the social environment among students with disabilities and others. On the example of trainings that were held among psychology students at the University «Ukraine», a psychological toolkit was determined, which is effective in work oriented towards the specified goals.

**Key words:** self-determination, training, inclusive groups, psychology students.

Криза, яка спричинена повномасштабним вторгненням Росії на територію України, змушує шукати нові ресурси для стійкого розвитку особистості. Одним з таких ресурсів може слугувати система освіти, яка враховує інклюзивний підхід до кожного учасника навчального процесу. На сьогодні важливою метою у сфері інклюзивної освіти є розвиток та підтримка самовизначення у здобувачів вищої освіти, що впливає на їхнє світосприйняття, життєві цілі, їхнє формування та постановку, самооцінку та відношення з навколишнім світом. Саме таку мету було поставлено перед Центром інклюзивних технологій навчання. Використовуючи психологічний інструментарій були отримані певні результати.

На базі Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна» нами був проведених ряд тренінгових занять для студентів спеціальності 053 «Психологія», серед яких мали місце різні психотерапевтичні та методологічні підходи. В якості прикладу психологічного інструментарію були використані такі вправи як:

1. «Питання до самого себе», психотерапевтична вправа, зорієнтована на подолання блокуючих елементів шляхом створення нових перспектив у ситуаціях пресингу, а також сприяюча підвищення самооцінки, відчуття себе, та сприймання себе, як особистості. Очікуванням від цієї психотерапевтичної вправи було формування навички аналізу та побудови стратегії вирішення психологічних та інших проблем, розуміння себе.

2. «Мої досягнення», психотерапевтичний інструмент, який направлений був на самопізнання студентами себе, розуміння своїх цілей, формування впевненості в собі, а також елемент планування та постановки майбутніх цілей. Очікуванням від цього інструменту було формування розуміння та ідентифікації як повноцінної особистості, яка може бути успішною та цікавою, як для себе, так і для інших.

3. «Чарівна Валіза», де основною метою було отримання зворотнього зв'язку, розуміння студентами набутих знань та сформованих навичок, які були б актуальними для формування самовизначення їх особистості. Очікуванням від цієї вправи було сформувати навичку студентів взаємодіяти та використовувати набуті знання для поліпшення психоемоційного стану та самопочуття.

Окрім позитивного психотерапевтичного ефекту, вказані вправи мали суттєвий вплив на світогляд студентів, їх пізнання себе, мали ефекти розвитку соціалізації та встановлення комунікативних зв'язків.

До проходження тренінгів студенти відмічали деякі психологічні проблеми, такі як невпевненість в собі (яка пов'язана в більшості випадків з наявними нозологіями), невизначеність та невміння ставити мету, низьку самооцінку та складності в спілкуванні з іншими людьми.

Після проходження ряду тренінгів студенти відмічали, що їх психоемоційний стан поліпшився, зменшився рівень загальної тривожності, підвищилася самооцінка та сприйняття себе, що значно вплинуло на самовизначення їхньої особистості. Варто відмітити, що набуті навички студенти використовують в житті, що подовжує терапевтичний ефект та їх самопочуття.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-21>

**Сова Т. В.,**

*студентка 6 курсу групи ППм 1-21-1.4д*

*факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти*

*Київського університету імені Бориса Грінченка*

*Науковий керівник: Циганчук Т. В.,*

*кандидат психологічних наук,*

*доцент кафедри практичної психології*

*Київського університету імені Бориса Грінченка*

## **ВПЛИВ ДИСТАНЦІЙНОЇ РОБОТИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ**

**Анотація.** У статті розглядається питання змін у психічному стані особистості під час дистанційної роботи як принципово нової форми діяльності під впливом подій останніх років. Наводяться результати досліджень зазначеної проблеми та аналізуються отримані результати.

**Ключові слова:** тривога, апатія, зміни, психічний стан, робітники, дистанційна робота.

## **Sova T. The impact of distance work on the psychological state of personality**

**Summary.** The article examines the issue of changes and adaptation during online work, the new form of activity after all of the difficult situations during past years. The results of researches of the specified problem are resulted and the received results are analyzed.

**Key words:** anxiety, psychological state, coworkers, distance work, adaptation.

Різкі зміни в суспільстві супроводжуються ідеологічною кризою людей, що призводить до психологічної напруженості та соціальної нестабільності. Це є причиною пошуку ефективних шляхів заглиблення у внутрішні конфлікти, що впливають на самопочуття людини.

З психологічної точки зору, діяльність людини зумовлена складною взаємодією двох психологічних тисків: емоцій і волі. Перший зазвичай несвідомий, погано регульований або повністю автоматичний, і він викликає занепокоєння. Другий – свідомий, довільний і породжує силу волі. Їх взаємодія полягає в тому, що кожен з них проявляється не тільки безпосередньо в самій діяльності, а й один в одному.

Фундаментальним поняттям у психології є поняття ментальної образності. Психічний образ гарантує досягнення певних цілей, а його зміст визначається цими цілями. Найпоширенішою властивістю ментальних образів є їх адекватність реальності, із загальною функцією регуляції діяльності.

У жодній сфері розумової діяльності слово «стан» не вживається так часто і так доречно, як в емоційному житті. Емоції чітко демонструють тенденцію забарвлювати конкретно переживання та діяльність людей, надаючи їм тимчасову спрямованість і створюючи якісну специфіку розуму. До емоційних станів належать настрої, емоція, пристрасть, тривога, страх, стрес.

Стани мають свою внутрішню структуру. Вона описана в працях В.О. Гансена і В.М. Юрченка, Ю.Є. Сосновікової та інших вчених. Вони виділили стани на чотирьох структурних рівнях: психосоціальному, психологічному, психофізіологічному та фізіологічному.

Експериментальні дослідження підтверджують важливу роль у структурі стану соціально-психологічного та психічного рівнів. На кожному з цих рівнів можна розглянути суб'єктивні й об'єктивні характеристики станів.

Суттєвою ознакою психічного стану є те, що він характеризує психічну діяльність, надає їй специфіку. Особливості завжди підкреслюють конкретну особливість. Особливість стану в основному відноситься до особливості психічного процесу.

Поняття «психічний стан» пов'язане з певною винахідливістю досвіду та поведінки, що загалом виявляється як психічна діяльність, що впливає на її динаміку та процеси в часі. Це залежить від загальної всебічної оцінки ситуації, тоді як для стимульного аспекту ситуації воно також охоплює значення мінімальних стимулів, які повертають деякі «ключі», пов'язані з емоційною пам'яттю (минулими емоційними переживаннями).

Під впливом психологічних станів, що виникають у процесі життєвих стосунків, конфліктних ситуацій, роботи, можна також реконструювати або навіть змінювати відносно стійкі риси особистості. Психічні стани надзвичайно різноманітні і екстремальні. Останнє поняття означає, що кожному психічному стану відповідає протилежний стан (асертивно-невпевнений, активно-пасивний, фрустрований-толерантний тощо).

Формування і процес психічного стану людини залежить від психічних і нейрофізіологічних якостей особистості, попереднього психічного стану, життєвого досвіду (у тому числі за професією), віку, фізичного стану, конкретних обставин тощо.

Кількісні та якісні показники процесу негативного психологічного стану індивідів у різних ситуаціях безпосередньо залежать від рівня навичок емоційної саморегуляції та сформованості вольової якості. Психічний стан може позитивно впливати на діяльність індивіда і може значно знижувати її ефективність.

Враховуючи конкретні обставини віддалених працівників, ми зосереджуємось на втомі, настрої, страху, стресі, емоціях, тривожності, гніві, соромі та щасті.

Категорія втоми наочно показує зв'язок між психічним станом і діяльністю людини. Втома – тимчасове зниження працездатності внаслідок діяльності людини. У стані втоми відбуваються функціональні, миттєві зміни.

На сьогоднішній день не існує загальновизнаного визначення змісту та семантики поняття «психічний стан». Підсумовуючи існуючі погляди автора на це поняття, можна визначити його так: Психічний стан – це загальна характеристика функціонування розуму людини протягом певного періоду часу, що відображає її досвід на рівні пізнавальних процесів, і який вид діяльності. в емоційно-вольовій сферах, які мають біологічне або соціальне значення.

Встановлено, що ефективність цілеспрямованої діяльності людини залежить не лише від знань, умінь і навичок, якими володіє суб'єкт діяльності, не лише від рівня розвитку його професійно важливих якостей, а й від психічного стану, що передує та супроводжує його діяльність. Співвідношення між психічним станом і діяльністю – позитивне і негативне: психічний стан визначає ефективність діяльності, а



ефективність – це не тільки раціональна оцінка людини, а й емоційний досвід людини, тобто результати діяльності впливають на психічний стан.

Здійснено емпіричне дослідження психічного стану особистості в умовах дистанційної роботи. Дослідження включало 5 етапів, а також формувальний та констатувальний експерименти. В результаті емпіричного дослідження були виявлені такі психологічні особливості досліджених в умовах дистанційної роботи. Рівень психічних станів погіршився. Так, ми можемо говорити про те, що працівникам складно перейти на новий формат роботи. До таких висновків ми дійшли за допомогою власної анкети. Дослідження, які мають трохи вищі показники, можуть вказувати на те, що серед чинників, що вплинули на психічні стани є розуміння процесу дистанційної діяльності та не потреби в живому спілкуванні.

Було досліджено рівень психічних станів та види психічних станів особистості які мають вплив на професійну діяльність. Отже, ми можемо констатувати, що психічні стани досліджуваних в умовах дистанційної роботи змінились, в опитаних з'явилися тривожні стани, поганий сон, знизилась зосередженість, відчувається агресивність та апатія. Спираючись на отримані результати дослідження ми можемо зробити висновок, про те, що рівень психічних станів досліджених в основному має низькі та середні результати. Це свідчить про те, що опитувані не були готові до нових умов праці, що негативно відобразилось на деяких психічних станах. Було визначено та розроблено ряд психологічних рекомендацій та вправ, що сприяють підвищенню психічних станів, контролю неадаптивних станів та навички самоорганізації під час дистанційної роботи.

Аналіз показує нам надзвичайну складність психічних станів особистості в умовах дистанційної роботи. Очевидно, що дослідження цих процесів ще далекі від завершення і потребують нових концептуальних уявлень, які дадуть важливі теоретичні та практичні результати.

### **Список використаних джерел:**

1. Глоточкин А.Д., Пирожков В.Ф. Психические состояния человека, лишённого свободы. М., 1968. С. 7-10.

2. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. СПб.: Питер., 2005. 412 С.

3. Пейсахов Н.М. Здатність до самоврядування. URL: [http://www.rcio.rsu.ru/psy/psy\\_ipk/](http://www.rcio.rsu.ru/psy/psy_ipk/) (дата звернення 19.06.2022).

4. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науковопрактичної конференції (18 жовтня 2019 року) уклад. З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. 312 С.

**Шинкарьова Л. В.,**

*аспірантка*

*Київського університету імені Бориса Грінченка*

## **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА РОЛЬ СІМ'Ї У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДТРИМЦІ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ**

**Анотація.** У статті розглянуто роль психологічної підтримки сім'ї у контексті адаптації учасника бойових дій до умов цивільного життя після виконання бойового завдання. Визначено, що функції сім'ї виступають значним ресурсом для бійця як на фізичному, так і психологічному рівнях. Особливо значна роль в адаптації та підтримці військовослужбовця належить його дружині, яка може розділити відповідальність з чоловіком, дати йому час для адаптації, підтримати та пояснити стан, реакції бійця іншим членам родини. Описано основні рекомендації для рідних військовослужбовця на момент його повернення додому.

**Ключові слова:** психологічна підтримка, учасник бойових дій, сім'я, функції сім'ї, дружина учасника бойових дій.

### **Shynkarova L. The psychotherapeutic role of the family for combatants**

**Summary.** The article considers the role of psychological support of the family in the context of the adaptation of a combatant to the conditions of civilian life after the execution combat mission. It was determined that family functions are a significant resource for a fighter on both physical and psychological levels. The wife is expected to play a significant role in the adaptation and support of the serviceman. She can share responsibility with her husband, give him time to adapt, support, and explain the soldier's condition and reactions to other family members. Described basic recommendations for relatives of a serviceman at the time of his coming back home.

**Key words:** psychological support, combatant, family, family functions, the wife of a combatant.

Повномасштабне вторгнення РФ в Україну збільшило кількість учасників бойових дій та занурило країну в ситуацію війни. За даними Міністерства у справах ветеранів України, станом на 12 вересня 2022 року в Україні налічується майже 500 тисяч учасників бойових дій. Відповідно, великий обсяг роботи, пов'язаної з кризовим консультуванням, емоційною та психологічною допомогою, покладений

на психологічні служби, які надають підтримку як військовослужбовцям, так і їх рідним. Тому актуальним для сьогодні є питання емоційної та психологічної підтримки учасників бойових дій та їх родин.

Тема психологічної підтримки сім'єю бійця по завершенню бойового завдання в українському психологічному просторі нова, проте актуальна. Зокрема, питання адаптації військового і роль його сім'ї описане у працях В. Маслюка, О. Орловської, Н. Тарабріної. Тему порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців та їх взаємодії з рідними досліджували М. Маркова та Г. Росінський. Н. Умеренкова присвятила свої роботи розкриттю теми психологічних особливостей комунікативної поведінки дружин у сім'ях комбатантів. З огляду на нові обставини в країні дана тема потребує подальшого дослідження та розробки ефективних стратегій підтримки учасників бойових дій та їх рідних.

Часто військовослужбовці не звертаються самостійно за допомогою, тому велика роль в їх емоційній підтримці належить саме сім'я та іншим бійцям, що мають досвід бойових дій. Сім'я є малою соціальною групою, яка допомагає організувати спільний побут, заснована на подружньому союзі та родинних зв'язках. Саме сім'я є підґрунтям для економічного, духовного та соціального розвитку суспільства [4; 5].

Однією з проблем країн, в яких відбуваються бойові дії, є порушення шлюбних зв'язків та високий рівень розлучень. Учасники бойових дій мають психологічні наслідки у результаті проживання травматичних подій, які можуть впливати як на них, так і на їх рідних, зокрема, дружин. За даними Науково-дослідницького центру гуманітарних проблем Збройних Сил України, 80 % військовослужбовців, що були учасниками АТО, мали психологічні травми на момент демобілізації. Водночас, саме у 2015-2016 роках 80 % розлучень, зафіксованих в Україні, були в сім'ях демобілізованих бійців [1; 2].

Після повернення військовослужбовця додому, у нього може скластися думка, що рідні та знайомі не розуміють його та не зможуть прийняти його минулий досвід. Виникає бажання віддалитися від рідних та продовжити спілкування з військовими, знову повернутися до виконання бойового завдання. В такій ситуації саме родина відіграє важливу роль в адаптації бійця до цивільного життя.

Попереду на Україну чекає повернення великої кількості бійців з фронту до цивільного життя. Відповідно розпочнеться процес сімейної адаптації, коли члени сім'ї учасника бойових дій почнуть пристосовуватись до нових умов існування після завершення виконання військової діяльності бійцем [3]. Важливим є завдання якісної психоедукації рідних військовослужбовця щодо станів та реакцій, які

можуть проявлятися у нього, адже нерозуміння особливостей реакцій бійця, його поведінки можуть призводити до конфліктів та відчуття непотрібності чоловіка в сім'ї. Після повернення з фронту для бійця важливими є прийняття, підтримка.

Сім'я може мати різні функції, які безпосередньо направлені на задоволення потреб її членів. Сімейні функції реалізуються через рольовий розподіл та виконуються в процесі взаємодії членів сім'ї [5]. Зокрема, О. Столярчук, говорячи про сімейні функції, виокремлює традиційні: господарсько-економічна, репродуктивна, сексуальна, освітньо-виховна, рекреативна (пов'язана з організацію відпочинку, дозволя сім'ї, відновлення здоров'я), комунікативна, регенеративна (що передбачає успадкування соціального становища, статусу або майна). Також в сучасній сім'ї дослідниця виокремлює психотерапевтичну функцію, що має в собі визнання одне одного, турботу та підтримку, допомогу в самореалізації та особистісному розвитку [4].

Таким чином, бачимо різні функції сім'ї, що можуть забезпечити підтримку бійця на різних рівнях життєдіяльності. Зокрема, організація спільного побуту, турбота про забезпечення базових потреб, допомога в ресоціалізації до цивільного життя. І саме сім'я може забезпечити потребу в любові та прийнятті бійця, що також є важливим при поверненні з фронту.

Велику роль в адаптації військовослужбовця відіграє саме дружина, адже вона першою помічає зміни чоловіка, які можуть проявлятися як на фізичному, так і на емоційному та ціннісному рівнях. Дружина виконує функцію провідника між бійцем та оточенням: батьками, дітьми, сусідами, колегами та друзями. Тривалий час після повернення чоловіка жінка може продовжувати самостійно приймати рішення, тим самим, дати час для відновлення та поступового занурення військового в цивільне життя. Водночас перерозподіл сімейних ролей, з опорою на ті задачі до яких боєць готовий долучитися, пришвидшує процес адаптації та відчуття своєї необхідності для сім'ї.

О. Орловська розробила рекомендації для сімей учасників бойових дій для більш ефективного процесу адаптації після повернення з фронту. Дослідниця говорить про необхідність прийняття змін військовослужбовця, можливість переоцінки його системи цінностей. Також зазначає, що за період участі в бойових діях могли сформуватися нові «правила життя», які необхідно обговорити при поверненні додому. Важливо, дати час бійцю для адаптації. Також має бути розуміння, що для ефективної роботи з психологом необхідне саме його бажання. У свою чергу дружина й інші члени сім'ї можуть створити атмосферу довіри в родині, поважати особисті кордони військовослужбовця та окреслити свої. Важливо при поверненні до цивільного життя проявляти

повагу до бійця, відмовитися від різких дій, звуків, дати йому простір і умови для адаптації [3].

Узагальнюючи, треба сказати, що сім'я є важливою підтримкою для військового. Саме емоційний контакт, прийняття змін військовослужбовця та терпимість з боку рідних допомагають швидше пристосуватися до цивільного життя. Перспективами подальшого дослідження є вивчення емоційного стану дружин бійців у ситуації повномасштабного вторгнення, основних перешкод, з якими зустрічаються жінки, особливостей ефективного спілкування дружини з чоловіком, що має досвід участі в бойових діях.

### Список використаних джерел:

1. Caregiver burden and burnout in partners of war veterans with post-traumatic stress disorder / Klarić M., Francisković T., Pernar M. [et al.]: *Coll Antropol.* 2010 Mar; 34 Suppl 1. P. 15–21. PMID: 20402290
2. Маркова М. Росінський Г. Порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців учасників АТО: психопатологічний, психологічний, психосоціальний і сімейний виміри проблеми: *Український вісник психоневрології.* 2018. Т. 26 № 1 (94). С. 78–82.
3. Орловська, О. До проблеми сімейної адаптації учасників бойових дій. *Молодий вчений,* 2020. № 7 (83), С. 26-29. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-7-83-6>
4. Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб. / О. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. С. 136.
5. Рішко Л. Вплив рольових очікувань на характер сімейного спілкування подружжя *Науковий вісник Ужгородського національного університету.* Серія: Педагогіка. Соціальна робота, 2011. № 23, С. 147-149.

## НАПРЯМ 5. ПСИХОДІАГНОСТИКА СВІДОМОСТІ, МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-23>

**Власенко О. О.,**

*кандидат економічних наук, доцент,  
докторант*

*Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

### **ЦІЛЕУТВОРЮВАЛЬНО-ІНТЕНЦІЙНИЙ ПОКАЗНИК У ПСИХОДІАГНОСТИЦІ ОПАНУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ**

**Анотація.** У статті розглядається процес формування професійного повідомлення у внутрішньому мовленні майбутніх менеджерів. Доводиться необхідність оцінки їх спроможності правильно визначити ціль запланованого професійного мовленнєвого повідомлення та його план. Визначена важливість цілеутворювального-інтенційного показника в опануванні професійно-мовленнєвої компетентності майбутніми менеджерами.

**Ключові слова:** професійно-мовленнєва компетентність, менеджер, внутрішнє мовлення, цілеутворювально-інтенційний показник.

**Vlasenko O. The goal-forming and intentional indicator in the psychodiagnostic of mastering the professional speech competence of future managers**

**Summary.** The article examines the process of forming a professional message in the internal speech of future managers. The need to assess their ability to correctly determine the purpose of the planned professional speech message and its plan is proved. The importance of the goal-forming-intentional indicator in mastering professional speech competence by future managers is determined.

**Key words:** professional speech competence, manager, internal speech, goal-creating-intentional indicator.

Визначення цілей – це одне з перших завдань управління. Мета – це *квінтесенція* поведінки та діяльності будь якої особистості. Ціль дії завжди конкретна. Правильне її визначення та формування є головним в

менеджменті, як і в будь-якої діяльності. Правила формування та організації професійного мовлення є такими ж самими. Як зазначав О. Леонт'єв, «мовленнєва діяльність розглядається як окремий випадок діяльності, як один з її видів (поряд з трудовою, пізнавальною, ігровою тощо), що має свою якісну специфіку, але підпорядковується загальним закономірностям формування, будови та функціонування будь-якої діяльності» [3, с. 11].

При формуванні професійного повідомлення спочатку відбувається процес внутрішнього мовлення особистості. При цьому, на думку Л. Виготського, процес внутрішнього мовленнєвого мислення йде «шляхом – від мотиву, що породжує певну думку, до оформлення самої думки, до опосередкування її у внутрішньому слові, потім – в значенні зовнішніх слів і, нарешті, в словах» [1, с. 381].

Л. Виготський виокремив п'ять фаз породження мовленнєвого висловлювання: мотивацію; мовленнєву інтенцію; внутрішнє програмування висловлювання; реалізацію внутрішньої програми; втілення думки у слово [1].

Мовленнєва інтенція – це результат мислення, що спрямований на вигаданий або реальний об'єкт пізнання. Як зазначила Л. Калмикова, це «осмислений чи інтуїтивний намір адресати, який визначає внутрішню програму мовлення й спосіб її втілення». На цьому етапі «формується зміст мовлення, визначаються межі висловлювання, його план, композиція, добираються факти, аргументи» [2, с. 53].

Цей етап продукування професійного мовлення характеризується: по-перше, спробою передбачити результат, який спровокує висловлювання, уявленням наслідків тієї діяльності, що учинить адресат; по-друге, визначення внутрішньої програми мовлення, яка виокремлює задум висловлювання.

Цілі професійного висловлювання менеджера повинні бути:

- реальні та конкретні, тобто повинні відображати реальні, а не абстрактні цілі;
- обґрунтовані, тобто повинні відображати реальний стан речей, передумов, що можуть привести до бажаної цілі;
- вимірювані, тобто такі, які можна оцінити та виміряти, навіть із суб'єктивної точки зору;
- чітко сформовані, тобто повинні бути однозначні для сприйняття, із зрозуміло визначеними критеріями оцінювання;
- гнучкими, тобто мати можливість змінитися під впливом зміни певних обставин.

Головне завдання цілеутворювального показника професійного мовлення – це оцінка спроможності менеджера правильно визначити ціль запланованого професійного мовленнєвого повідомлення. Цей показник відображає його здатність правильно визначати кінцеву мету професійно-центрованого висловлювання та відповідно формувати його задум.

Від правильності визначення цілі залежить наступний показник оцінки професійного мовлення менеджера – здатності до інтенції професійного мовлення.

Інтенція професійного мовлення менеджера відображає його здатність до складання у своєму внутрішньому мовленні плану формування професійного повідомлення у відповідності до цілі висловлювання.

До факторів, що обумовлюють професійну мовленнєву інтенцію відносяться:

- розуміння цілі продукування професійно-центрованого висловлювання;
- вибір мови та професійних мовленнєвих виразів;
- вибір стилю професійного мовлення;
- наявність досвіду в аналогічній ситуації професійного мовлення;
- наявність професійних знань для вирішення даної ситуації;
- наявність аналітичних знань та здібностей особистості;
- наявність внутрішніх психо-емоційних чинників, що можуть впливати як конструктивно так і деструктивно.

Таким чином, цілеутворювальний-інтенційний показник є одним з перших показників, що характеризують здатність менеджера будувати мовленнєвий план професійного повідомлення у внутрішньому мовленні.

При низькому рівні цього показника менеджер не спроможний у своєму внутрішньому мовленні спланувати, а відповідно потім, належним чином, відтворити професійне повідомлення. Цей показник у першу чергу оцінює аналітично-мовленнєві здібності менеджера, що підкріплені відповідними професійними знаннями. Тому наявність у менеджера здатності вести цілеутворювальну інтенційну діяльність у внутрішньому мовленні свідчить про важливу передумову опанування професійно-мовленнєвої компетентності.

### **Список використаних джерел:**

1. Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. Мышление и речь. Проблемы психологического развития ребенка. Москва : Изд-во АПН РСФСР, 1956. 519 с.

2. Калмикова Л.О. Психологія мовлення і психолінгвістика: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Калмикова Л.О., Калмиков Г.В., Лапшина І.М., Харченко Н.В. ; За заг. ред. Л.О.Калмикової. Київ. ПереяславХмельницький педагогічний інститут, в-во «Фенікс», 2008. 245 с.

3. Леонтьев А. А. Основы психолингвистики. Санкт-Петербург : Лань, 2003. 287 с.



## НАПРЯМ 6. РОЗВИТОК СВІДОМОСТІ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ОНТОГЕНЕЗУ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-24>

**Біла І. М.,**

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки  
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

### ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЩАСТЯ ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ

**Анотація.** Важливою і необхідною категорією людського буття є щастя. Його детермінантами є суб'єктивні та об'єктивні чинники. Рівнем суб'єктивного відчуття щастя можливо керувати за допомогою методів та методик. Ефективною методикою вправління навички бути щасливим є Карти психологічних правил та практик «Навігація щастя».

**Ключові слова:** щастя, чинники щастя, методика, Карти «Навігація щастя».

#### **Bila I. Psychological factors of happiness and well-being**

**Summary.** Happiness is an important and necessary category of human existence. Its determinants are subjective and objective factors. The level of subjective feeling of happiness can be managed with the help of methods and techniques. Maps of psychological rules and practices «Happiness Navigation» are effective methods of practicing the skill of being happy.

**Key words:** happiness, factors of happiness, methodology, Maps «Happiness Navigation».

Щастя є важливою і необхідною категорією людського існування. «Шукаємо щастя по країнах, століттях, а воно скрізь і завжди з нами, – як риба в воді, так і ми у ньому, і воно біля нас шукає нас самих. Нема його ніде від того, що воно скрізь. Воно схоже до сонячного сяйва – відхилили лише вхід у душу свою», – говорив Григорій Сковорода.

Безумовно, щастя пов'язане з відчуття повноти буття, радості і задоволеності життям, що лежать в основі оптимального, здорового та ефективного функціонування особистості, як інтегрального результату,

який базується на визнанні пріоритету як громадських, так і особистих інтересів.

Відомо, що у 1972 році одним з батьків-засновників Європейського Союзу і четвертим президентом Європейської комісії Сікко Маншольтом навіть було введено термін «валове національне щастя» (GNH), а гімном Євросоюзу стала інструментальна частина пісні «Ода до радості»: музика Людвіга ван Бетховена (Симфонія № 9).

Детермінуючими чинниками щастя, згідно наших досліджень, є об'єктивні та суб'єктивні фактори, що різною мірою визначається як обставинами життя людини, так і своєрідністю особистості. Компонентна модель щастя включає когнітивну, емоційну, особистісну, соціальну та фізіологічну складову й передбачає задоволеність людиною своєю життєдіяльністю, домінування позитивного емоційного стану, який базується на інтеграції усіх вищевказаних компонентів [2].

Стан щастя – це, в першу чергу, власна відповідальність за своє благополуччя й віра, що в житті є все для щастя. У цьому сенсі, нам імпонує формула щастя, запропонована М. Селігманом. Виглядає вона наступним чином:  $Щ = I + O + B$  (Щастя = індивідуальний діапазон людини + обставини (соціум) + вольовий контроль особистості), де I – індивідуальний діапазон, рівень щастя, заданий генетично, що виявляється протягом всього життя досить стабільно та визначає загальний рівень щастя на 50%. O – це зовнішні обставини, які супроводжують у житті: сім'я, діти, релігія, щоденна діяльність, – все це забезпечує рівень щастя на 10%. B – обставини, які виникають у результаті вольового контролю, свідомих дій та зусиль, і визначають рівень щастя на 40%. Тому, цілком логічно передбачити можливості керувати рівнем суб'єктивного відчуття щастя. Такі можливості відкриваються на основі досягнень в галузі нейробиології.

Відомий експеримент, проведений американськими психологами-біхевіористами Джеймсом Олдсом і Пітером Милнером в 1954 році, заснований на дослідженні відчуття задоволення і нейронних корелятив, пов'язаних з його отриманням. В результаті експерименту було відкрито важливий відділ мозку, названий «центр задоволення» [3]. В експерименті брали участь шури, які сиділи в спеціальному ящику з імплантованими в області лімбічної системи електродами. Фіксувалась реакція тварини на можливість самостійно регулювати відчуття задоволення за допомогою натискання на важіль. Прагнучи знову і знову отримувати задоволення шур натискав на важіль, ігноруючи дії необхідні для виживання (наприклад, відмовляв собі в їжі), поки не померав від виснаження.

Експерименти з імплантацією електродів в мозок людини в районі «центру задоволення» було визнано не етичними, проте, вивчення «центрів задоволення» привело до відкриття речовини, що виділяється в головному мозку в процесі отримання задоволення, – дофаміну

(і можливості підсилити її продукування, наприклад, за допомогою фізичних вправ). Ці дослідження відкрили можливість до об'єктивного виміру відчуття щастя за допомогою магнітно-резонансної томографії, зокрема, статистичний аналіз виявив кореляцію рівня щастя з кількістю сірої речовини в одній області правої півкулі, прекунеусі. Було встановлено, що прекунеус має зв'язки з іншими структурами мозку і залучений до інтегрування інформації про поточні внутрішні відчуття, пам'ять про минуле і плани на майбутнє. Нове відкриття стало передумовою для розробки методів та методик, що розвивають відчуття щастя у людей.

На сьогоднішній день існують різні методи тренування на щастя, розвитку навичок оптимізму та інших корисних компетентностей – тренінг особистої самоефективності, тренінг вирішення проблем, прийняття рішень, постановки досяжних цілей, тренінг наполегливості, лідерства або навичок спілкування, і т.д. Всі ці навички виявляються в широкому спектрі різних повсякденних ситуацій, визначаючи в цілому ефективність поведінки. Формуючи у людини подібні навички, психолог дає людині можливість пережити досвід успішного подолання труднощів, на основі чого у неї формуються позитивні очікування та звички.

Щоб змінити сумарний результат щастя на нашу користь, важливо використовуючи вольовий контроль та прикладаючи зусилля, тренувати звичку (яка згодом трансформується у якість особистості) бути щасливим.

Ефективною методикою вправління навички бути щасливим є Карти психологічних правил та практик «Навігація щастя» – простий інструмент вольового саморозвитку, персональної еволюції, подолання стану стресу та тривоги, формування позитивної картини світу, позитивного настрою та мислення [2].

У наборі «Навігації щастя» – 72 карти, кількість яких не випадково враховує 72 початкові стани буття, і передбачає рефлексію, інтроспекцію, медитативний процес вивчення себе, своїх можливостей та формування позитивної картини світу.

На кожному лицьовому боці картки представлено позитивні установки-висловлювання відомих, успішних людей, що мають на меті орієнтацію на приклад поведінки не псевдоавторитетів (якими зараз рясніють усі соціальні мережі), а на досвід, перевірений часом успішних, щасливих людей, їх стратегій та тактик. Ці ідеї та правила щасливого життя діють як установки на рівні підсвідомості й мотивуючи, налаштовують на впевненість, спокій, благополуччя і щастя.

Рандомним, випадковим способом (стратегія випадкових підстановок, В. Моляко), обираючи карту (або цифру, під якою значиться карта) і зачитуючи рекомендовану стратегію, респондент сприймає її зміст як керівництво до дії. Тобто, цитата автора – це саме те, актуальне послання, яке визначає напрямок саморозвитку індивіда на

даний момент – це те, що саме його актуально, потрібно на даний час! («Все випадкове – закономірне!»).

Слід зазначити, що всі, без винятку, висловлювання – це продуктивні, апробовані стратегії успіху та щастя. Вибираючи їх, суб'єкт тренує позитивні настанови – навігатори підсвідомості, що спрямовують усю подальшу діяльність у конструктивне русло.

На зворотному боці обраної карти представлені практики-вправи на увагу, турботу про себе, усвідомленість, подяку, оптимістичність та розвиток позитивного мислення. Для ефективності та користі установку-цитату треба повторювати вголос і подумки кілька разів на день, а практику – практикувати регулярно, формуючи звичку.

Відомо, що корисні звички формуються шляхом багаторазових повторень. У ході тренувань формується патерн корисної поведінки, формується навичка робити щось, що корисно для здоров'я психіки та тіла. Щоб досягти найкращого результату варто поставити нагадування на телефон-будильник. Щоб сконцентруватися на установці та практиці, обирати нову картку можна щоранку або ж на початку тижня. А можна вибирати кілька карток одночасно, щоб визначити намір та вправлятися протягом тижня – місяця.

Кarti «Навігація щастя» представлені в зручному форматі, в портативній упаковці, що дозволяє їх використовувати в будь-яких умовах. Їх можна зберігати в гаманці-косметичці, прикріпити на видне місце, магнітом на холодильник (дзеркало, дошку), використовувати як закладку в книзі тощо.

Щоденне, регулярне тренування, використання психологічних карток або ж інших ефективних методик (про них – у наступних публікаціях) допоможе налаштуватися на позитив, знайти натхнення, побудувати свою картину щасливого життя та сформувати продуктивний стиль його проживання.

### **Список використаних джерел:**

1. Біла І.М. Психологічні карти «Навігація щастя» Матеріали Третьої Міжнародної Наукової Конференції «Щастя та сучасне суспільство» (19-20.03.2022, Львів).

2. Bila I., Hoian I. Happiness as a psychological formation. *Innovation in the scientific, technical and social ecosystems*. 2022. 1(3), 70–82. Retrieved from <https://istse-jaeger.com/index.php/istse/article/view/19>

3. Olds, J., Milner P. Positive reinforcement produced by electrical stimulation of septal area and other regions of rat brain. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*. 1954. 47(6), 419-427.

**Логвись О. Я.,**

*аспірантка кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка*

**Слободянюк О. Л.,**

*асистентка кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка*

*Науковий керівник: Радчук Г. К.,*

*докторка психологічних наук, професорка,  
завідувачка кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка*

## **РЕФЛЕКСИВНІСТЬ У СТРУКТУРІ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ**

**Анотація.** У статті розглянуто питання про розвиток лідерських якостей педагога. Проаналізовано важливість розвитку рефлексивності у педагогічній діяльності, а саме у студентів-педагогів. На основі наукової літератури обґрунтовано використання понять «рефлексія» та «рефлексивність» особистості. За результатами проведеного емпіричного дослідження представлено показники розвитку рефлексивності у студентів майбутніх педагогів.

**Ключові слова:** лідерські якості, педагог, рефлексивність, самоактуалізація, позитивне самоствавлення.

### **Lohvys O., Slobodianiuk O. Reflexivity in the structure of leadership qualities of future teachers**

**Summary.** In article considered the issue of the teacher's leadership qualities development. Analyzed the importance of the development of reflexivity in pedagogical activity. Substantiated the use of the concepts of individual «reflection» and «reflexivity» in the scientific literature. Based on the conducted empirical research, are presented indicators of the development of students' (future teachers) reflexivity.

**Key words:** reflexivity, leadership qualities, teacher, self-actualization, positive self-attitude.

Актуальність дослідження лідерських якостей майбутніх педагогів обумовлюється важливістю становлення особистості майбутнього фахівця з потребою у професійному зростанні, здатністю до

самоактуалізації та самовдосконалення. Розвиток лідерських якостей майбутніх педагогів у закладі вищої освіти розглядається низкою вчених як безперервний процес удосконалення суб'єктних якостей, зміни його суб'єктивних характеристик, потреб, установок, ставлень, здібностей, що інтегрують внутрішній світ, діяльність, особистісне в психіці та є джерелом проявів власної активності студента.

Гострою та важливою є проблема впливу простору суспільних потреб на характер лідерства, яка постає, коли йдеться про педагога. Його лідерство має конкретні прояви, які випливають із самої мети феномену освіти, потреби суспільства в системній підготовці підростаючих поколінь до успішного життя та діяльності в нашому складному та мінливому світі. Його варіативність впливає на динаміку простору соціальних потреб, а тому педагог як носій лідерських якостей має адаптуватися до цих змін. Саме тому, розвиток лідерських якостей зумовлений та є причиною самопізнання, самоаналізу, саморегуляції, самоактуалізації педагога [3].

На основі теоретичного та емпіричного досліджень у цілісній структурі лідерських якостей педагога ми виокремлюємо чотири компоненти: мотиваційно-ціннісний, емоційно-комунікативний, організаційно-регулятивний та рефлексивно-оцінювальний. [7].

Проаналізувавши рефлексивно-оцінювальний компонент, бачимо, що він відображається у рефлексивній позиції особистості педагога у контексті професійної діяльності. Одним із важливих показників даного компоненту у структурі лідерських якостей майбутнього педагога, на нашу думку, є рефлексивність. Особистісна рефлексивність розглядається як усвідомлення себе як суб'єкта професійної діяльності, наявності професійно значущих особистісних якостей, рівня їх сформованості, визначення способів їхнього розвитку і корекції [6; 8].

Звернемося до більше детальнішого аналізу понять «рефлексія» та «рефлексивність» у науковій літературі.

У працях Р. Бернса пояснюється зв'язок рівня професіоналізму педагога із його здатністю до рефлексії. Він наголошував, що «учителю потрібне поглиблення знання про себе й про інших, бо навчання – це передача іншим часток свого Я» [1].

За А. Реан, рефлексія у педагогічній професії вивчається як розуміння вчителем учнів. С. Васківська, М. Заброцький розглядали рефлексію як процес самоусвідомлення вчителя. В. Семиченко пропонує розуміти рефлексію як механізм переосмислення змістів свідомості, зокрема педагогічних стереотипів [4].

У дослідженнях науковців (С. Кондратьєва, Ю. Кулюткіна, М. Заброцького, С. Максименка, Г. Сухобської та ін.) зазначається, що педагогічна діяльність є рефлексивною, яка постійна спрямована на

процес практичної взаємодії педагога з учнями, а саме: на процес адекватного розуміння та цілеспрямованого регулювання думок, почуттів та вчинків учнів; на процес проектування діяльності учнів; на процес самоаналізу і самооцінки вчителем власної діяльності і самого себе як її суб'єкта.

На думку З. Адамської, рефлексивність – це системне утворення суб'єктності, яке проявляється у сукупності уявлень спеціаліста про особливості ефективної професійної діяльності, про себе як суб'єкта учбово-професійної діяльності; у професійній самооцінці та самооцінці професійно значущих якостей [3].

Науковець А. Карпов вважає, що рефлексія як інтегральна психічна реальність існує у трьох модусах: процесу стану та властивості особистості, а отже, рефлексивність представляється як якісно особлива властивість індивіда. Автор вважає, що: «рефлексія – це одночасно і унікальна властивість, притаманна лише людині, і стан усвідомлення чого-небудь, і процес репрезентацій психіці власного змісту. Рефлексивність, в свою чергу, системна психічна властивість, яка є інтегрованим симптомокомплексом більш простих психічних властивостей, що характеризуються власною динамікою, способами розгортання (рефлексивними стратегіями)» [2].

Саме тому, змістом рефлексивності є цілісна особистість та її здатність до спрямування власної діяльності на саму себе.

Рефлексивність як властивість, означає осмислення передумов, закономірностей і механізмів власної діяльності, звернення до свого внутрішнього світу, досвіду, життєдіяльності, постійний аналіз уявлень про своє Я у взаємозв'язку із засвоєнням позиції професіонала зумовлює усвідомлене, ціннісно-визначальне ставлення до своєї майбутньої професії, до себе у ній. Вона є одним із головних інструментів розвитку механізмів самоорганізації, самовдосконалення особистості майбутнього педагога. Здійснюючи рефлексивний аналіз, особистість забезпечує стабілізацію ставлення до себе як до джерела особистісного зростання, а тому визначає професійну діяльність як вагомий аспект власної особистісної і професійної реалізації [4; 8].

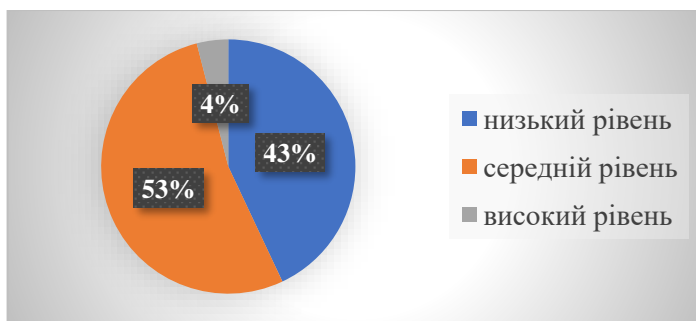
Згідно нашого емпіричного дослідження, за допомогою опитувальника рефлексивності А. Карпова, нами досліджено показники рівня рефлексивності у майбутніх педагогів. У дослідженні взяло участь 216 респондентів, які навчаються на педагогічних спеціальностях.

Проаналізувавши результати (рис. 1), констатуємо перевагу середнього рівня рефлексивності у більшій частині досліджуваних (53%), що свідчить про поверхове усвідомлення, некритичне розуміння своїх внутрішніх особливостей, міркувань, своєї поведінки та діяльності, професійних дій, свого настрою, нерозвинуту здатність їх аналізувати.

Також це характеризується приблизним розумінням позиції, поведінки й мотивів інших людей, аналізуються лише ті ознаки, що впадають у вічі.

У 43 % досліджуваних цей показник взагалі на низькому рівні. Низький рівень рефлексивності характеризується низьким рівнем особистісної рефлексії (нечітке усвідомлення та погане розуміння своїх внутрішніх особливостей, міркувань, поведінки й діяльності, своїх професійних дій, настрою; невміння їх аналізувати); низьким рівнем міжособистісної рефлексії (особистість слабо розуміє позицію, поведінку та мотиви інших людей, із труднощами їх аналізує); показники різних аспектів самооцінки (самоповага, самоінтерес, саморозуміння, самоприйняття, впевненість у собі; вміння керувати собою) «не виражені», що свідчить про низький рівень розуміння себе і оточуючих; поверхові знання щодо окремих аспектів рефлексії.

І лише для 4 % респондентів притаманний високий рівень розвитку рефлексивності, що характеризується високим рівнем усвідомлення та критичного й змістовного саморозуміння своїх внутрішніх особливостей, міркувань, поведінки та діяльності, своїх професійних дій, настрою; вміння їх аналізувати. А це, відповідно, високий рівень міжособистісної рефлексії, що проявляється у розумінні позиції, мотивів та поведінки інших людей, умінні їх аналізувати. Для таких студентів характерним є адекватна висока самооцінка, самоприйняття, впевненість у собі; вміння керувати собою.



**Рис. 1. Розподіл розвитку рефлексивності у студентів (n=216)**

Тому, проаналізувавши показник рефлексивно-оцінювального компоненту лідерських якостей майбутніх педагогів, можна стверджувати, що більшість досліджуваних, в основному, реально оцінює себе майже у всіх ситуаціях, задоволена собою і усвідомлює себе носіями позитивних соціально бажаних характеристик, не занижує свої



вольові характеристики. Проте значному відсотку досліджуваних притаманні неприйняття себе, незалежно від оцінки своїх недоліків і переваг, незацікавленість в особистісних змінах і недостатній рівень здатності до самоаналізу.

Отже, на підставі теоретичного аналізу та отриманих емпіричних даних, можна зробити висновки, що високий рівень розвитку рефлексивності – здатність до самоаналізу, осмислення та переосмислення власних дій, вчинків, системи стосунків з навколишнім світом – є важливим критерієм успішної діяльності майбутніх педагогів.

### **Список використаних джерел:**

1. Kirby P. Development of the reflective teaching instrument. *Journal of research & development in Education*. 1989. v. 22. № 4. P. 45–50.

2. Slobodianiuk O. Reflexivity as an integral indicator of social intelligence. *Modern engineering and innovative technologies*. Germany, 2020. Issue12, Part 4. P.101-107

3. Адамська, З. Особливості розвитку рефлексивних компонентів у структурі суб'єктності майбутніх психологів. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. Кам'янець-Подільський, 2019. № 17. С. 14-24.

4. Желанова В.В. Таксономія типів професійної рефлексії педагога: міждисциплінарний контекст. Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка. Збірник наукових праць. Вип. 27. Київ, 2017. С. 9–14.

5. Пономарьов О. С. Феномен лідерства в контексті суспільних потреб. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2015. № 4. С. 11-19.

6. Радчук Г. Аксіопсихологія вищої школи. Монографія. Тернопіль : ТНПУ, 2014. 380 с.

7. Радчук Г.К; Логвись О.Я. Лідерські якості в цілісній структурі особистості педагога. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Херсон, 2021. № 4. С. 93-100.

8. Ульяніч І.В. Психологічні умови формування рефлексивної компетентності вчителів-початківців : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Слов'янськ, 2011. 219 с.

**Львовчкіна А. М.,**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри соціальної роботи факультету психології  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

## **ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ЯК ОСНОВИ ЕКОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

**Анотація.** Розглядається екологічна свідомість як вищий рівень психічного відображення природного, штучного, соціального середовища і свого внутрішнього світу. Екологічна свідомість розвивається у екологічній діяльності та проявляється у екологічній культурі. Особливістю формування екологічної свідомості підлітків є формування її, переважно, через діяльність у довіллі.

**Ключові слова:** екологічна свідомість, екологічна діяльність, підлітковий вік.

### **Lovochkina A. Formation of ecological consciousness as the basis of ecological culture in adolescence**

**Summary.** Environmental consciousness is considered as a higher level of mental reflection of the natural, artificial, social environment and one's inner world. It develops in ecological activities and manifests itself in ecological culture. A peculiarity of the formation of the environmental awareness among teenagers is its formation, mainly through activities in the environment.

**Key words:** environmental awareness, environmental activity, adolescence.

Перш за все, говорячи про поняття «свідомість», варто зазначити, що екологічної свідомості, також як і економічної, юридичної, енергетичної свідомості тощо, строго кажучи, не існує. Існує свідомість як така, що може бути спрямована на довіллі, енергетику або економіку. Тобто, у кожен певний час ми звертаємо значну увагу, а значить і свідомість, – на певний об'єкт або групу об'єктів.

Категорія свідомості як така у психологічній науці визначається як вищий рівень психічного відображення та саморегуляції, властивий лише для людини. Свідомість характеризується активністю та інтенціональністю, тобто спрямованістю на предмет. Отже, свідомість – це завжди усвідомлення чогось. У свою чергу, екологічна психологія вивчає, зокрема, психічне відображення (усвідомлення) людиною

природного, штучного та соціального середовища, і предметом вивчення у цьому випадку є екологічна свідомість.

Екологічна свідомість – це вищий рівень психічного відображення природного, штучного, соціального середовища і свого внутрішнього світу; рефлексія місця та ролі людини в екологічному світі, а також саморегуляція цього відображення. Для екологічної свідомості властиві всі ознаки свідомої діяльності людини. Однак її особливістю є те, що вона ініційована екологічним змістом. Зазначимо, що, на відміну від екологічної свідомості, що визначається як вищий рівень психічного відображення і яка притаманна кожній людині, що знаходиться у свідомому стані, еколого-орієнтована свідомість є новоутворенням, що з'являється як результат поєднання спеціально створених умов в освітньому просторі та екологічної діяльності суб'єкта навчання.

Сприятливим для розвитку еколого-орієнтованої свідомості є, зокрема, підлітковий вік, коли підліток проявляє цікавість не тільки до оточуючих, особливо – до своїх ровесників, але й до зовнішнього світу – до довкілля загалом.

Разом із тим, як показали наші дослідження, екологічна свідомість у підлітків не є запорукою того, що вони діятимуть у довіллі відповідно екологічному усвідомленню. Тобто, підліток може усвідомлювати, що потрібно висаджувати дерево біля будинку, якщо попередньо висаджене – посахло, але це ще не означає, що він його таки посадить. Для цього потрібно формувати навички та вміння, які, у свою чергу, стануть усвідомленими і цілеспрямованими та перетворяться на екологічну діяльність. Отже, екологічна діяльність визначається нами як усвідомлена діяльність, що спрямована на довіллі та формується і розвивається у навчанні – як практичному, так і теоретичному. Варто також зазначити, що підлітки більш схильні до засвоєння знань, здійснюючи саме практичну діяльність. Діючи у довіллі, підлітки не тільки зберігають його, відновлюють, розвивають, створюють там щось нове, але й здобувають знання про те, що відбувається у довіллі. Завдяки цьому формується їх екологічна свідомість.

У свою чергу – поєднання екологічної свідомості та екологічної діяльності створює екологічну культуру, котра, у свою чергу, сприяє зберіганню, розвитку та створенню довіллі.

Поєднання екологічної свідомості та екологічної діяльності представлено у табл. 1 на дев'яти рівнях.

1. Збереження або відновлення довіллі на рівні власного середовища.
2. Розвиток довіллі на рівні власного середовища.
3. Створення нових елементів довіллі на рівні власного середовища.
4. Збереження або відновлення довіллі на середньому рівні.
5. Розвиток довіллі на середньому рівні.
6. Створення нових елементів довіллі на середньому рівні.

7. Збереження або відновлення довкілля на макрорівні середовища.
8. Розвиток довкілля на макрорівні середовища.
9. Створення нових елементів довкілля на макрорівні середовища.

Під власним середовищем розуміється таке середовище, яке належить одній сім'ї або одній людині: кімната, куток у кімнаті, власний будинок, власне подвір'я.

Середній рівень навколишнього середовища – це таке навколишнє середовище, котре належить містянам, громаді, де можуть перебувати будь які люди.

Макрорівень середовища – це усе довкілля, що належить певній країні. Отже, кожен рівень середовища (довкілля), у свою чергу складається із трьох напрямів діяльності у цьому довкіллі.

Це – діяльність спрямована на :

- збереження або відновлення довкілля;
- розвиток довкілля;
- створення нових елементів довкілля.

У свою чергу, усі ці види діяльності можуть поєднуватися та доповнювати один одного.

Таблиця 1

**Представленість екологічної культури у формах екологічної діяльності та екологічної свідомості**

	Форми діяльності та свідомості	Еколого-орієнтована діяльність		
		Збереження (відновлення) довкілля	Розвиток довкілля	Створення нових елементів довкілля
Е к о л о г і ч н а  с в і д о м і с т ь	Власне середовище	Догляд за власною кімнатою, робочим місцем, власним садом, квітником.	Створення умов для вирощування зелених насаджень на власному подвір'ї, квартирі.	Створення газону, заселення акваріуму.
	Середній рівень навколишнього середовища	Догляд за територією міста	Вирощування зелених насаджень Створення артоб'єктів у середовищі	Створення спеціально облаштованих місць для відпочинку.
	макрорівень середовища	Прибирання річкового та морського узбережжя	Створення проектів розвитку довкілля	Прибирання звалищ та озеленення їх території

Виходячи із того, що Україна переживає стан війни, то усе зафіксоване вище набуває особливого значення, адже після перемоги, усім громадянам нашої країни, у тому числі і підліткам, доведеться брати участь у відновленні та розбудові країни. При цьому, якщо ми говоримо про підлітків (та й власне, про учнів та студентів), то вона має відбуватися у два етапи: етапі проєктної діяльності під час війни, коли необхідно враховувати безпечність такої діяльності, та – на етапі діяльності у довкіллі після перемоги.

Проєктна діяльність підлітків, перш за все, полягатиме у тому, що вони спроектують, користуючись прикладом наданої таблиці 1, те довілля у якому б вони хотіли жити, котре б вони розвивали у подальшому і котре б стало також їх чинником розвитку – розвивало їх екологічну свідомість, екологічну діяльність та екологічну культуру загалом.

Більше того, запропонована таблиця рівнів розвитку екологічної культури є універсальною – до неї також можна додати мегарівень середовища, ускладнивши її та запропонувати вже не тільки підліткам, а й – студентській, молоді котра теж успішно працюватиме над збереженням, відновленням та розвитком середовища.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-27>

**Пирх А. В.,**

*магістрант факультету психології*

*Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

## **СПЕЦИФІКА НОВОУТВОРЕНЬ ПСИХІКИ ТА ОСОБИСТОСТІ ЛЮДИНИ ПОХИЛОГО ВІКУ**

**Анотація.** Стаття присвячена опису аспектів старіння, зв'язку фізіологічних та психологічних змін у людей похилого віку. Проведено аналіз результатів досліджень, проведених у різних країнах, що підкреслює глобальність проблем старіння, розвитку депресії, деменції та когнітивних порушень у осіб похилого віку.

**Ключові слова:** старіння, особи похилого віку, хвороба Альцгеймера, деменція, депресія, сенсорні порушення, когнітивні погіршення.

## **Pyrkh A. The specificity of the new formations of a psyche and personality of an elderly person**

**Summary.** The article is devoted to the aspects of aging, connection between physiological and psychological changes in elderly people. Analysis of the research results around the world underline the global character of the problems of aging, depression, dementia and cognitive decline in elderly.

**Key words:** aging, elderly people, Alzheimer's disease, dementia, depression, sensoric dysfunction, cognitive deterioration.

Вік є важливою детермінантою ментального здоров'я. Існує багато теорій старіння, проте жодна з них не є завершеною. Процес старіння кожної людини залежить від її особистості, образу життя, спадковості. Детермінанти старіння поділяють на природні та патологічні. До патологічних детермінант відносяться: погана екологія, неправильний образ життя, шкідливі звички, стреси тощо. Так, наприклад, проживання у сільській місцевості подовжує життя, самотність скорочує. Похилий вік це період переходу, коли людина має долати не лише фізичні зміни, спричинені старінням, а й виклики її ментальному та соціальному добробуту. Через нормальне старіння мозку, погіршення фізичного здоров'я та церебральні патології, ментальні та поведінкові відхилення стають все більш вираженими з віком.

Фізичні аспекти старіння визначають багато змін та обмежень, що супроводжуватимуть пізню зрілість. Хоч наслідки старіння і наступають у всіх у різному віці, проте старіння є універсальним. Біологічні зміни в організмі не є єдиною причиною старіння. Спосіб життя, події, які людині довелося пережити, також впливають на вікові зміни організму [7 с. 730-731.] Ключовими процесами старіння є інволюційні регресивні зміни. До типових фізичних ознак старіння належать: зменшення м'язової маси та фізичної сили; зниження еластичності кровеносних судин; прогресування хронічних хвороб; психофізіологічне безсоння; погіршення функціонування імунної системи, температурний дисбаланс; демінералізація кісток, стискання хребта; зміни зовнішності (сухість і зморшки, посивіння); зміни сенсорної системи (зір, слух, нюх, смак); покращення окремих процесів (гліколіз, активність ферментів, обмін речовин) [8, с. 293].

Сенсорні відчуття – зір, слух, смак та нюх – як правило, з віком починають працювати менш ефективно. Порушення слуху погіршує життя майже третині людей похилого віку. Незалежно від того, чи використовує людина слуховий апарат чи ні, поганий слух може викликати вдавнану неуважність, захисну самозаглибленість. У деяких особистостей можуть проявитися замкнутість та підозрілість [7, с. 734; 11, с. 295]. Дослідження групи канадських науковців [4] підкреслило

необхідність виявлення та лікування порушень зору у людей похилого віку, адже це може попередити розвиток депресії, або навіть передчасну смерть. Дуже часто терапевти та сімейні лікарі не знають про порушення зору у своїх пацієнтів, тоді як більш систематичний підхід до цього питання міг би покращити якість життя та попередити цілий ряд наслідків. Було виявлено кореляцію порушень зору та підвищеного ризику смертності. Проте, цей зв'язок не був зрозумілим та прямим.

Багато людей вважають, що у похилому віці інтелектуальні можливості занепадають [2, с. 256]. Тут також дається взнаки явище ейджизму – якщо молода людина або людина середнього віку щось забуде, то ніхто не буде пов'язувати це з віком, на відміну від такої ж ситуації з людиною похилого віку. Проте дослідники розходяться у думках відносно того, наскільки погіршення когнітивних функцій пов'язане із процесом старіння. Крім того, результати багатьох досліджень вказують на те, що погіршення пам'яті з віком не таке вже й розповсюджене та серйозне, і пов'язане не стільки і з процесом старіння, скільки із депресією, зниженням активності та прописаними ліками. Непрацездатність через розвиток хвороб, недостатня підтримка зі сторони родини, зменшення власної автономності, фінансова несамостійність є факторами впливу на психічне здоров'я. Депресія є одним із найбільших викликів, з якими стикаються люди похилого віку. Вона впливає на якість життя та залежність від оточуючих, і якщо вона не отримує відповідного лікування, може серйозно загрожувати життю людей.

Більшість людей похилого віку мають помірні симптоми депресії. Проте, спеціаліст з охорони здоров'я за допомогою доцільним та вчасних інтервенцій може зменшити вірогідність розвитку депресії. Робота іспанських дослідників Х.А. Камачо-Конде та Х.М. Галан-Лопеза [1] доводить той факт, що депресія та когнітивний рівень сильно корелюють у літніх людей, що не потребують постійної допомоги, а також підкреслює, що люди похилого віку, які знаходяться у закладах через необхідність догляду за ними, набагато більше схильні до депресії.

Когнітивні функції літніх людей стали доволі популярною темою досліджень у сфері охорони здоров'я. Когнітивні порушення похилого віку та деменція стали серйозним викликом у гуманітарній, соціальній та економічній сферах. ВОЗ та саміт G8, присвячений деменції, наголошують на важливості превентивних заходів для боротьби з деменцією. То ж старіння є глобальною проблемою. Так, наприклад, у Китаї люди, яким 60 років і більше, складають майже 20% населення [6]. Із зростанням середнього віку людей та збільшенням продовжуваності життя, велику частину глобального населення будуть складати люди похилого віку із ризиком когнітивних порушень. Когнітивні функції позитивно пов'язані із фізичною активністю, розумовою діяльністю, як

в малих, так і у більших дослідженнях інтервенцій. Когнітивні порушення, хвороба Альцгеймера, деменція є складними розладами, що мають декілька факторів ризику, тому і адресувати інтервенції треба з багатьох напрямів [3]. Важливість та ефективність мультиміжних інтервенцій доведено у лікуванні та попередженні серцевосудинних захворювань та діабету другого типу.

У результаті досліджень було розроблено рекомендації щодо інтервенцій. По-перше, пропонується розробити моніторингову систему для діагностики когнітивних функцій у людей похилого віку та впливу на них факторів ризику. У клінічній практиці мають бути посилені профілактика, попередження, лікування когнітивних порушень, а також догляд за особами похилого віку, що вже мають когнітивні порушення. Крім того, варто провести доцільні специфічні дослідження цереброваскулярних захворювань, що дозволили б розробити протокол лікування. По-друге, необхідно проводити широку освітню роботу про стан здоров'я, його підтримку та можливі порушення та їх причини серед людей похилого віку. У той самий час медична допомога цій категорії населення також має бути посиленою. І, по-третє, нефармакологічне лікування, таке як психотерапія та КПТ, має бути більш доступними та поширеними для людей похилого віку. Крім того, психологічна допомога має надаватися і членам сім'ї та людям, що доглядають за особами із когнітивними порушеннями.

Когнітивні порушення пов'язані із розвитком деменції, хвороби Альцгеймера, проте їхній руйнівний вплив можна зупинити за допомогою невеликих, простих до виконання інтервенцій з різних сторін, що впливають на образ життя людей похилого віку [3]. Рекомендовано проводити більше часу із сім'єю та брати участь у соціальних клубах, серед друзів та громади однодумців.

Згідно до опитування Vello et al. [5], люди похилого віку, які задоволені своїм життям та становищем, підкреслюють, що важливими чинниками цього є хороші взаємовідносини із сім'єю, партнером, підтримка та повага зі сторони громади та автономія. У той самий час ті, хто незадоволений, відмічають недостатню підтримку рідних та громади, фізичні обмеження та захворювання як основну причину їхньої незадоволеності.

#### **Список використаних джерел:**

1. Camacho-Conde J. A., Galán-López J. M. The Relationship Between Depression and Cognitive Deterioration in Elderly Persons. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 2021. №37. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e37413>

2. Forno G. D., Kawas C. H. Cognitive problems in the elderly: Current Opinion in Neurology. 1995. №8(4). P. 256 – 261.



3. Ngandu T., Lehtisalo J., Solomon A., Levälähti E., Ahtiluoto S., ... Kivipelto, M. A 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, and vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): A randomised controlled trial. *The Lancet*. 2015. №385(9984). P. 2255 – 2263. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)60461-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)60461-5)

4. Tournier, M., Moride, Y., Ducruet, T., Moshyk, A., & Rochon, S. Depression and mortality in the visually-impaired, community-dwelling, elderly population of Quebec. *Acta Ophthalmologica*. 2008. №86(2). P. 196 – 201. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0420.2007.01024.x>

5. Universidade Estadual Paulista, & Soares Vello, L. Mental health of the elderly: Perceptions related to aging. *Investigación y Educación En Enfermería*. 2014. №32(1). P. 60 – 68. <https://doi.org/10.17533/idea.iee.v32n1a07>

6. Zhang Q., Wu Y., Han T., Liu E. Changes in Cognitive Function and Risk Factors for Cognitive Impairment of the Elderly in China: 2005–2014. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019. №16(16). P. 2847. <https://doi.org/10.3390/ijerph16162847>

7. Крайг, Г., & Бокум, Д. Психология развития (9th-е издание ed.). Питер, 2022. – 940 с.

8. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-28>

**Семиченко В. А.,**

*доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри педагогіки та психології професійної освіти  
Національного авіаційного університету*

### **АУТОМОНІТОРИНГ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ**

**Анотація.** Розглядається проблема оптимізації професійної підготовки майбутніх психологів. Висловлюється припущення, що дієвість психологічної підготовки може бути підвищена на основі формування у студентів здатності для реалізації програми

аутомоніторингу особистісного розвитку. Розкриваються методичні передумови організації відповідної програми роботи.

**Ключові слова:** процес професійної підготовки, особистісний розвиток, професійне становлення, психологічна ауто компетентність, аутомоніторинг, усвідомлення тенденцій індивідуального розвитку.

### **Semychenko V. Self-monitoring of personal and professional development as a means of forming the professional self-awareness of future specialists**

**Summary.** The problem of optimizing the professional training of future psychologists is considered. It is suggested that the effectiveness of psychological training can be increased based on the formation of students' ability to implement the program of self-monitoring of personal development. The methodical prerequisites for the organization of the corresponding work program are disclosed.

**Key words:** professional training process, personal development, professional development, psychological self-competence, self-monitoring, awareness of individual development trends.

Проблема усвідомлення людиною тих змін, що відбуваються з нею у процесі онтогенезу, є однією з базових. Психолог, як ні хто інший, знає, що «допомогти людині змінити своє життя на краще можна лише тоді, коли вона сама хоче себе змінити». До цього слід додати ще одну важливу умову: «якщо вона може себе змінити». Тільки тоді можна очікувати, що будуть реалізовуватись такі важливі напрямки роботи над собою, як саморозвиток, самоконтроль, самореалізація, самоудосконалення і т.п.

Аналізуючи актуальні психологічні проблеми професійної підготовки (або інакше психологічні проблеми вищої школи) майбутніх фахівців, слід відмітити, що, незважаючи на наявність величезної кількості досліджень [1-3], що проводяться в цьому напрямку, і досі не вистачає робіт, що розглядають особливості становлення професійної самосвідомості.

Під професійною самосвідомістю ми розуміємо складне системне утворення, яке містить в собі наступні складові: наявність знань щодо до зовнішніх вимог до психологічних якостей (з врахуванням вимог суспільства і майбутньої професійної діяльності); наявність знань щодо своїх індивідуальних особливостей; потребу в неперервному поглибленні цих знань; володіння методами діагностування особистісних якостей; критичну оцінку ступеню відповідності своїх індивідуальних якостей вимогам професії; готовність до цілеспрямованої психологічної роботи по зміні особистісних рис і

поведінкових характеристик; здатність розвивати і використовувати власні психічні ресурси; здатність створювати сприятливу для діяльності ситуацію шляхом змін свого внутрішнього стану за рахунок придбання, закріплення, контролю знань, умінь і навичок; подолання непередбачуваних обставин, створення вольової установки на досягнення значущих результатів (ефективності особистісного розвитку і якості професійного становлення). Результатом інтеграції цих складових і стає сформований образ «Я-професіонал».

Аналіз організації професійної підготовки в сучасній вищій школі показує, що процес особистісно-професійного розвитку не зорієнтований на відслідковування індивідуальних стратегій і результатів особистісного розвитку і професійного становлення майбутніх фахівців. Більшість викладачів у своїй діяльності базуються на аксіомі, що під час професійного навчання автоматично відбуваються прогресивні структурні зміни особистості студента: розширюється коло інтересів, зміна системи потреб, актуалізуються мотиви досягнень, зростає потреба в самореалізації, підвищується креативність особистості. Якщо розвиток студента не відповідає соціальним, дидактичним і професійним вимогам, то це пояснюється «небажанням» самого студенту змінюватись у необхідному напрямку, його недостатньою активністю, і т.п.

Але в реальності ситуація значно складніша. Так, в проведених нами раніше дослідженнях було доведено, що в свідомості студентів не відбувається інтеграції особистісного і професійного розвитку. Система професійної підготовки, яка є дидактичною моделлю певної професійної діяльності, за своїм змістом і завданнями є тотожною їй, але не ідентичною. Якості, які необхідні для успішної діяльності в дидактичній системі, не завжди співпадають з професійно необхідними якостями. Але для студентів вони є більш вагомими, оскільки забезпечують позитивний ефект вже зараз, а не у віддаленому майбутньому. Тобто, неминучий процес адаптації студентів до умов безпосереднього навчання задає свої вимоги до особистісних якостей, які більше відповідають завданням засвоєння інформаційно-освітнього середовища закладу вищої освіти і оволодіння майбутньою професією на суто технологічному рівні [4].

Подолати цей розрив покликана якраз зорієнтованість власної активності студентів на свій розвиток. Корисним в цьому плані є поняття аутокомпетентності як інтеграції особистісних і діяльнісних напрямків розвитку в процесі професійного становлення майбутніх фахівців. До критеріїв розвитку аутопсихологічної компетентності відносять: чітке усвідомлення власних психологічних прагнень і переконань, орієнтація професійних досягнень на найближче майбутнє; високе диференціювання

уявлень про себе як професіонала і суб'єкта професійної діяльності; конгруентність образу «Я-професіонал», досягнення індивідуального професійного еталону; розвиток навичок самоаналізу і самоосмислювання, стійкий інтерес до самого себе, висока саморегуляція; адекватна інтерпретація власних почуттів, потреб і устремлінь, позитивна адекватна професійна самооцінка, висока самоповага й самосприйняття, адекватний рівень самокритичності при низькому ступені самозвинувачення, інтернальний локус контролю в усіх значущих для професійної діяльності сферах життєдіяльності [5, с. 189-190].

Отже, сьогодні вкрай важливим питанням є пошук способів підвищення дієвості психологічних знань, активізації власної активності самих студентів. В якості такого способу може виступити програма організації психологічного аутомоніторингу майбутніх фахівців у процесі професійної підготовки.

Слід уточнити, що термін «аутомоніторинг» тісно пов'язаний з терміном «аутопсихологічна компетентність». Але в понятті «аутопсихологічна компетентність» на перший план виступає набір якостей, які повинні бути сформовані, тоді як смисловим центром поняття «аутомоніторинг» є організація процедур самоусвідомлення і саморозвитку.

Тобто, під психологічним аутомоніторингом розуміється виявлення у процесі лонгітюдного дослідження і усвідомлення самим студентом тенденцій власного особистісного розвитку, розробки і реалізації на цій основі індивідуальної програми роботи на собою, спрямованої на подолання деструктивних змін і формування професійно значущих якостей.

У методичному плані цей процес можна охарактеризувати наступним чином: 1) Програма роботи реалізується у вигляді лонгітуду, який передбачає щорічне проведення діагностики індивідуальних властивостей студентів. 2) Процедура діагностики повинна займати не більше 1 години. 3) Діагностика передбачає виявлення особистісних якостей, як таких, що сприяють професійному становленню, так і таких, що надають деструктивний вплив. 4) Вибір методик і організації процедури роботи з ними здійснюється викладачем з урахуванням наступних вимог: а) підбору методик, виконання яких не буде створювати для студентів значних труднощів; б) автоматизації процедури обробки матеріалів; в) залучення студента до ознайомлення з результатами діагностики; г) забезпечення процесу самоаналізу методичним матеріалом, що містить набір завдань, опитувальний лист, дешифратор, щоденник індивідуального розвитку студента.; г) надання викладачем консультативної допомоги студенту в оцінці результатів діагностування і визначенні шляхів подолання деструктивних тенденцій в особистісному розвитку.

Схема синхронізації дій з боку студентів і з боку викладачів і кураторів

<b>Дії з боку студента</b>	<b>Дії з боку викладачів, кураторів</b>
Визнання важливості психологічної складової діяльності пілота.	Викладання предметів психологічного спрямування. Конкретизація психограми професії.
Розуміння фахового значення психологічних компетентностей	Розкриття фахового значення психологічних компетентностей, Ознайомлення з прикладами впливу індивідуальних властивостей на ефективність професійної діяльності.
Пробудження інтересу до виявлення своїх індивідуальних особливостей на основі психологічних методів	Визначення методичної бази для діагностування індивідуальних особливостей студентів
Проведення психологічної діагностики	Організація і проведення процедур психологічної діагностики. Обробка результатів (номотетичний і ідеографічний ракурси)
Визнання об'єктивного характеру отриманих на основі діагностики відомостей, навіть якщо отримані результати не співпадають з наявним у студента уявленням про себе	Обговорення загальних результатів діагностування (узагальнені дані по академічній групі), індивідуальні бесіди, консультування.
Неупереджене, не викривлене психологічними захистами усвідомлення студентами своїх психологічних властивостей (об'єктивне самоусвідомлення)	Допомога в подоланні студентами психологічних бар'єрів, формування мотивації подальшого самоудосконалення.
Проектування діагностованих індивідуальних властивостей на образ професіонала, виявлення їх конструктивних і деструктивних впливів	Ознайомлення з прийомами і техніками саморозвитку
Прийняття і реалізація рішення про необхідність корегування деструктивних властивостей, розробка відповідної програми роботи над собою (саморозвиток)	Індивідуальна консультативна робота зі студентами
Проходження повторних діагностик через певні періоди	Організація процедур діагностування
Виявлення конструктивних і деструктивних тенденцій.	Індивідуальна консультативна робота зі студентами
Визначення напрямів роботи студента над собою на наступний період	Оцінка досягнутих студентами результатів, підтримання мотивації саморозвитку, допомога у визначенні напрямів роботи студентів над своїм особистісним розвитком і професійним становленням

На основі проведеного аналізу було сформульовано наступні

**ВИСНОВКИ:**

1. Важлива роль психологічної складової у професійній діяльності обумовила все зростаючу увагу до проблем особистісного розвитку і професійного становлення майбутніх фахівців.

2. Результативність психологічної підготовки майбутніх фахівців може бути підвищена: а) за умов залучення активності самих студентів до процесів самопізнання, самоусвідомлення, саморегуляції, саморозвитку; б) об'єднання цих напрямів роботи над собою через інтегративне поняття «ауто психологічна компетентність»; в) визначення змісту і структури ауто психологічної компетентності відповідно конкретного виду діяльності; в) організації процесу навчання і професійного становлення на основі розробки і реалізації програми аутомоніторингу.

3. Якщо поняття «аутопсихологічна компетентність» відображує змістовний компонент, то поняття «аутомоніторинг» відображує організацію процесу роботи над собою, виявлення тенденцій особистісного розвитку і професійного становлення під час навчання у закладі вищої освіти на основі створення відповідної програми і методичного забезпечення.

Подальша робота над проблемою передбачає впровадження запропонованої програми організації аутомоніторингу в процес професійної підготовки майбутніх психологів.

**Список використаних джерел:**

1. Віноградова В.С., Юрченко В.І. Психологія вищої освіти: теоретичні та практичні аспекти: Навч. посібник. – К.: Видавництво Ліра-К, 2020. – 296 с.

2. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи. – К.: ТОВ «Філ-студія», 2006. – 320 с.

3. Психологія вищої школи / О.І. Власова, В.А. Семиченко, С.Ю. Пашенко, Я.І. Невідома / За ред. О.І. Власової. – К.: ВПЦ «Київський університет», 2015. – 405 с.

4. Семиченко В.А., Барбіна Е.С. Идеи интеграции, системности 2006. – 320 с. целостности в теории и практике высшей школы. – Киев-Херсон, 1998. – 167 с.

5. Шевцова О.М. Аутопсихологічна компетентність як фактор особистісно-професійного розвитку майбутніх психологів// Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі: зб. тез доповідей Всеукр.наук.конф. 17-18 травня 2017 р. Мукачєво: Вид-во МДУ, 2017. – С. 187-189.

**Тернова М. В.,**

*магістрант групи ПС21м,*

*Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

*Науковий керівник: Біла І. М.,*

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки*

*Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

**Анотація.** Робота присвячена дослідженню особливостей самооцінки в підлітковому віці та специфіки впливу соціальних мереж на її формування. У статті розглянуто поняття самооцінки, її види, фактори формування та умови розвитку в підлітковому віці. Проаналізовано психологічні особливості підліткового віку, основні новоутворення даного періоду та вплив фізіологічних змін організму підлітка на його поведінку. З'ясовано специфіку поняття соціальних мереж та визначено їх позитивний та негативний вплив на розвиток підлітків, зокрема на формування самооцінки у підлітковому віці.

**Ключові слова:** самооцінка, підлітковий вік, підлітки, почуття «дорослості», соціальні мережі.

### **Ternova M. Psychological features of self-esteem in adolescence**

**Summary.** The work is devoted to the study of the peculiarities of self-esteem in adolescence and the specifics of the influence of social networks on its formation. The article examines the concept of self-esteem, its types, factors of formation and conditions of development in adolescence. The psychological features of adolescence, the main neoplasms of this period and the influence of physiological changes in the adolescent's body on his behavior are analyzed. The specifics of the concept of social networks are clarified and their positive and negative impact on the development of teenagers, in particular on the formation of self-esteem in adolescence, is determined.

**Key words:** self-esteem, adolescence, teenagers, feelings of «adulthood», social networks.

Проблема самооцінки є актуальною в наш час, оскільки вимоги до людей з боку суспільства регулярно зростають, а такий тиск може чинити негативний вплив на оцінювання себе. Виходячи з рівня

самооцінки, індивід робить висновки про свої можливості, про те, на що він здатен. Особливо гостро проблеми із самооцінкою виявляються у підлітковому віці, оскільки цей період сповнений протиріч. Рівень самооцінки підлітка безпосередньо впливає на його майбутні успіхи. Оскільки серед підлітків великою популярністю користуються соціальні мережі, саме в мережах відображаються їх інтереси, відбувається активний обмін інформацією, актуальним є вивчення проблеми вивчення їх впливу на підлітків.

Самооцінка є центральним новоутворенням особистості, її ядром, що значною мірою визначає соціальну адаптацію особистості, і є регулятором її поведінки та діяльності. Самооцінка формується в діяльності та міжособистісній взаємодії, зокрема в підлітковому віці.

Підлітковий вік охоплює період від 11-12 до 15 років. Даний віковий період для людини є одним з найтяжчих, адже виникають такі психологічні новоутворення:

1. Відчуття «дорослості» із паралельною відсутністю соціального досвіду.
2. Акцент на інтимно-особистісному спілкуванні.
3. Самосвідомість.
4. Жага самоствердитись.
5. Розвиток моральності.
6. Прийняття і набуття соціальних норм.

Через швидке зростання та фізіологічні зміни організму, підлітки можуть відчувати тривогу, надмірну збудливість та мати низьку самооцінку. Також виокремлюються такі особливості цього віку як: емоційна нестабільність, часті зміни настроїв, переходи від піднесеного стану до песимізму та зневіри. Все це лежить в основі формування «Я-концепції підлітка», його самооцінки.

Самооцінка являє собою інтеріоризований механізм соціальних контактів, орієнтацій і цінностей, що згодом перетворюється на оцінку індивіда самого себе, своїх можливостей, якості та місця серед інших людей.

Самооцінка є компонентом самосвідомості, що включає поряд зі знаннями про себе оцінку своїх фізичних характеристик, здібностей, моральних якостей та вчинків.

У підлітковому віці виокремлюють такі особливості самооцінки як: схильність до впливів ззовні, нестійкість, ситуативність та різносторонність в багатьох сферах життєдіяльності. Самооцінка підлітків являє собою регулятор їх особистісної поведінки та діяльності і визначає їхню соціальну адаптацію. І саме тому самооцінка формується в діяльності та взаємодії у соціумі, оточення та соціальне середовище має вагомий вплив на її формування [5].

Загалом у підлітків виокремлюють наступні види самооцінки:



– Адекватна самооцінка – це реалістичне оцінювання індивідом своїх вчинків, моральних якостей, здібностей та себе в цілому. Завдяки якій підліток має можливість критично ставитися до самого себе, адекватно співвідносити власні сили з вимогами оточуючих та із задачами різної проблеми.

– Завищена самооцінка – це завищена та неадекватна оцінка самого себе.

– Занижена самооцінка – це неадекватне недооцінювання себе.

Саме адекватний рівень самооцінки сприяє тому, що у підлітка формується впевненість, наполегливість та критичність до себе. Через те, що підлітковий вік – це інтенсивний період розвитку самооцінки та самосвідомості, даний віковий період відзначається появою незадоволеності собою. І тому підліток починає оцінювати себе не тільки через думку та сприйняття його дорослими, а і через свої власні вимоги. До кінця цього вікового періоду самооцінка стає регулятором поведінки індивіда. Також підліток змінює своє відношення до якостей особистості: навчання залишається одним з головних видів діяльності, проте особливого значення набувають взаємовідносини з іншими. Основу самооцінки підлітків формують його участь у суспільному житті та залученість до багатьох видів діяльності [2, с. 180].

Важливим фактором, який впливає на розвиток самооцінки підлітків є стосунки з однолітками, прийняття та положення в групі. Так як спілкування за допомогою використання соціальних мереж стає все більш популярним серед підлітків, актуальним є дослідження їх впливу на самооцінку.

Соціальна мережа – це інтерактивного типу, динамічний, багатокористувальницький веб-сайт, інформаційне поле якого постійно наповнюється новими змістами від учасників. Внаслідок користування соціальними мережами є вірогідність створення нового образу «Я», що не буде пристосованим до життя в реальному світі, але такого, який буде найбажанішим для підлітка. Соціальні мережі мають негативний вплив на соціальний розвиток підлітків, комунікативні навички, оскільки спілкування в віртуальному світі витісняє реальне. Індивід втрачає здатність до презентації себе в реальному світі, ховаючись за тим створеним образом себе в мережі Інтернет. При цьому підліток, видаючи себе в соціальних мережах за впевненого у собі, насправді маючи низьку самооцінку, має складнощі у взаємодії з людьми у реальному житті. В підлітка починається залежність від оцінки однолітків у соц. мережах за допомогою вподобайок та коментарів[6, с 50].

Помічено, що соціальні мережі впливають негативно на підлітків через набуту залежність, невдоволеність своєю зовнішністю та негативні емоції. Відзначається й те, що підлітки не помічають на собі негативного впливу Інтернет реальності.

Молоді люди створюють свою віртуальну ідентичність як проєкцію ідеального «Я», щоб справити враження. Даний спосіб здатний підвищувати самооцінку як віртуально, так і в соціальній реальності. Також формуванню ідентичності сприяє та соціальна підтримка, яку молода людина отримує у віртуальній реальності. Ідеалізація з якою підлітки зіштовхуються в мережі Інтернет, спроможна створити такі середовища як: проблемну реальність, віртуалізоване ідеалізоване, «віртуальне Я», «ідеальне Я». Сприйнята дихотомія може викликати порушення самосприйняття і сприяти дестабілізації формування реального «Я-образу» («ти не знаєш, хто ти є»). В контексті того яким підліток є в середовищі соціальному та яким хоче бути насправді, яким він є у віртуальному середовищі, він стикається з проблемами сприйняття себе та інших, також як наслідок він зіштовхується з депресивними нахилами, нереалістичними очікуваннями, фрустрацією та ізоляцією. Покоління підлітків має негативні наслідки у соціальному розвитку, в якого наявні проблеми соціальної інтеграції та яке не екологічно користується Інтернет мережею.

Отже, соціальні мережі мають на самооцінку підлітків як позитивний так негативний вплив. Позитивний вплив полягає в тому, що вони надають можливість невпевненому у собі підлітку відчутти себе затребуваним. Він заводить нові знайомства, не побоюючись того, що можливо надалі з цією людиною не буде про що поговорити. Вступаючи до груп за інтересами, не боїться того, що може бути знехтуваним.

Соціальні мережі дають підлітку все те, що йому необхідно у цьому віці: соціалізацію, комунікацію, самовираження, створення свого образу, знаходження інтересів та формування поглядів, а головне – самостійність.

Негативний вплив соціальних мереж на підлітків проявляється у наявності комп'ютерної залежності, дратівливості, негативних емоцій, невдоволенні собою. Наслідками негативного впливу соціальних мереж на самооцінку підлітків є те, що при зловживанні мережею у молоді на підсвідомому рівні розвивається фобія (страх) спілкування з реальними людьми.

#### **Список використаних джерел:**

1. Захарова А.В. Генезис самооценки: автореферат диссертации. 1989. 56 с.
2. Казанская К. О. Детская и возрастная психология. М.: Приор, 2001. 160 с.
3. Карabanова О. А., Бурменская Г. В., Захарова Е. И. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. М.: МПСИ. 2007. 480 с.

4. Климова, Е.Н. Эмоциональная окраска Я-концепции подростков, лишённых родительского попечительства. *Вестник БДУ. Сер. 3.* 2007. № 3. С. 55.

5. Козерук Ю.В., Євсейчик Я.О. Самооцінка як фактор становлення особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки.* 2015. Вип. 124. С. 163-165.

6. Полякова Т.А. Информационная культура. Т.А. Полякова. *Мир библиографии.* 1999. № 2. 200 с.

7. Прохоренко Т., «Соціалізація молоді в інформаційному суспільстві: особливості та ризики», *Вісник Національного університету «Юридична академія України імені Ярослава Мудрого», Політологія,* № 2 (29). 2016. С. 128–134.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-30>

**Shevchenko N. F.,**

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,  
Professor at the Department of Psychology  
Zaporizhzhia National University*

**Alexandrova O. F.,**

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Professionally oriented  
Foreign Languages  
Zaporizhzhia National University*

**Alexandrov V. M.,**

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Teaching  
the Second Foreign Language  
Zaporizhzhia National University*

## **THEORETICAL APPROACHES STUDY OF THE PROBLEM OF DEVELOPING A FUTURE TEACHER'S PROFESSIONAL CONSCIOUSNESS**

**Summary.** The theses present the theoretical study results of the problem of developing a future teacher's professional consciousness. The structure of the teacher's professional consciousness has been characterized. It is shown that the development of professional consciousness takes place during three

training stages providing the implementation of certain types of educational activities.

**Key words:** consciousness, professional consciousness, structure of professional consciousness, teacher's professional training.

**Шевченко Н., Александрова О., Александров В. Теоретичні підходи до вивчення проблеми розвитку професійної свідомості майбутнього вчителя**

**Анотація.** У тезах представлено результати теоретичного вивчення проблеми розвитку професійної свідомості майбутнього вчителя. Охарактеризовано структуру професійної свідомості вчителя. Показано, що розвиток професійної свідомості відбувається упродовж трьох етапів навчання при здійсненні певних видів навчальної діяльності.

**Ключові слова:** свідомість, професійна свідомість, структура професійної свідомості, фахова підготовка вчителя.

**Research relevance.** In the current social and economic situation the Ukrainian society demands a professional teacher who will be able to build his professional activity in accordance with the personality development values. There is a need for stepping over the limits of technological understanding of professional activity to the study of the professional consciousness of a teacher as exactly professional consciousness turns out to be the main knot of contradictions between the existing practice of professional training and specific professional activity.

**The purpose of the theses** is to highlight the results of the problem's theoretical study showing the development of a teacher's professional consciousness in the process of his professional training.

**The results of the theoretical stage of the study.** The category of professional consciousness which combines both the subject-operational aspect of activity (related to the formation and development of a system of subject-specialized methods of mental activity) and its motivational personal aspect (represented by the value-meaning attitude of the specialist to the activity and its key tasks) can be qualified as the most important category that really reflects the essence of a specialist professional formation and development process (O.V. Drobot; N.O. Kucherovska; O.I. Chepishko; N.F. Shevchenko).

Based on the principle of the unity of consciousness and activity and recognizing educational activity as leading at the student age, we can say that it is in the process of educational activity that psychological neoplasms arise, which ensure the formation process as well as further development of professional activity. It is not only about the development of subject-specific methods of mental activity, but also the system of professional and personal

attitudes, which act as basic psychological components in the structure of professional activity being mastered and which exert influence on the formation and development of the future specialist's professional consciousness.

We analyze the structure of the teacher's professional consciousness within the framework of the unity of three components: sensory aspects, which is expressed in the features of professional perception; meanings represented by pedagogical concepts and categories; common sense expressed by motives, interests and goals of the teacher's activity [4]. Only the content which is reproduced in consciousness through the mechanism of educational activities can create generative potential. Therefore, the formation and development of the specified components of future teachers' professional consciousness anticipate the implementation of definite types of educational activities carried out at various stages of educational process [3; 5].

Thus, at the first stage, where the main activity is academic, occurs the formation of students' cognitive competence. At this stage, future teachers get acquainted with the basic concepts and categories of pedagogics, learning to use them. The basis of vocabulary replenishing process connected with the formation of a thematic thesaurus is to ensure understanding of the material being mastered by students. Therefore, the results of professional consciousness formation at the specified stage are presented in objective values (meanings) that are learned by students while performing educational tasks, solving problems and situations.

At the second stage the main type of activity is quasi-professional when future teachers acquire the skills and techniques necessary for their professional activity. The training process goes beyond the framework of meanings because students correlate the information gleaned from textbooks with professional situations to use facts and figures for their own practical purposes. Therefore such information acquires a personal meaning, being transformed from information into knowledge that adequately reflects definite professional reality.

At the third stage the main type of educational activity is professionally oriented when students plunge in the future profession by undergoing school practice and conducting pedagogical research. During this period the students perceive the training process from the point of their own professional future while the algorithms learned by them at the previous stages is adapted to real pedagogic situations. At this stage personal meanings are transformed into social values – a system of responsible attitudes towards nature, work, society, other individuals and also towards themselves. So the results of formation and development of professional consciousness at the second and the third stages are represented in terms expressed by the motives, interests, goals and values of the teachers' professional activity.

Undoubtedly the professional consciousness that has been formed becomes a necessary condition for the future successful professional activity as the key ingredient in the teaching process is the teacher's personality [1; 2]. Aiming at the formation of a personality in the process of study, a teacher is invited to manage the process of intellectual, emotional and physical development, participating in the transformation of his students' spiritual world.

Taking into consideration the above mentioned stages we can discuss the peculiarities of a teacher's professional consciousness. Firstly, the professional consciousness can exist not only in the individual but also in a social form, because the process of its formation and development is determined by the social environment, an integral structural element of which is the real training process. The teacher's professional consciousness permeates all basic forms of social consciousness, because the necessary condition for the preservation and further existence of social consciousness and its content is the awareness of the need to pass it on to future generations. The second peculiarity of a teacher's professional consciousness lies in its «anticipatory reflection», that is, the desire to model future generations, their activities and certain results. The third feature of a teacher's professional consciousness includes conceptions aimed at future social needs, ideals and values which will differ from the past and the present generations that exercise pedagogic activities. Moreover, although the teacher's professional consciousness is a reflection of the present, at the same time it is entirely oriented towards the future, therefore the result of pedagogic activity often differs from the imaginary models of the generations being brought up.

**Conclusions.** The results of the theoretical analysis show that the development of a teacher's professional consciousness in the process of professional training takes place within three stages providing the implementation of certain types of educational activities. The components of professional consciousness are developed and formed in the process of personal development in the professional sphere of life, therefore professional training should form not only professional knowledge, habits and skills of a future teacher, but it should also pave the way to professional perfection which involves the formation of professional consciousness.

#### **Bibliography:**

1. Александрова О.Ф., Александров В.М. Трансформація цінностей освіти в ціннісні орієнтації майбутніх вчителів. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки»*. 2019. Т. 2. № LXXXIV. С. 108-113.

2. Бобовський Р.П. Педагогічна свідомість як показник професійної компетентності майбутнього вчителя математики *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки*. 2018. Вип. 65. С. 13-17.

3. Якимчук Б.А. Теоретико-методологічні підходи до проблеми професійної свідомості майбутнього педагога. *Вісник Національного університету оборони України №5 (63) 2021 С. 134-140.*

4. Shevchenko N. Professional consciousness: theoretical structure and functional levels *American Journal of Fundamental, Applied and Experimental Researches*. 2017. Issue: 1(4). P.112-121.

5. Shevchenko N. Efficiency evaluation of future teachers' professional consciousness development program. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць*. 2017. № 2. С. 162 – 166.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-31>

**Шепельова М. В.,**

*кандидат психологічних наук,*

*доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки*

*Навчально-наукового гуманітарного інституту*

*Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **ОСОБЛИВОСТІ УСВІДОМЛЕННЯ СТУДЕНТАМИ ВЛАСНИХ ПОТРЕБ**

**Анотація.** На основі аналізу результатів емпіричного дослідження потреб студентів розглядаються особливості усвідомлення студентами власних потреб. За допомогою факторного аналізу здійснено класифікацію потреб студентів. Виокремлено такі основні чотири фактори: 1) життя у соціумі; 2) особистісні потреби; 3) життєзабезпечення; 4) ресурсні потреби.

**Ключові слова:** потреба, студенти, контент-аналіз, факторний аналіз.

### **Shepelova M. The peculiarities of own needs' awareness by students**

**Summary.** Basing on the analysis of students' needs empirical research results, the peculiarities of students' awareness of their own needs are considered. With the help of factor analysis, students' needs were classified. The following four main factors were defined: 1) life in society; 2) personality needs; 3) life support; 4) resource needs.

**Key words:** need, students, content analysis, factor analysis.

Усвідомлення людиною того, що їй потрібно у житті, скеровує її діяльність, а можливість задовольнити свої потреби, чи відчуття

можливості їх задоволення у майбутньому, суттєво визначає задоволеність власним життям. Тривалі обмеження у цій сфері викликають стан навченої безпорадності, коли людина перестає намагатися покращити своє становище навіть тоді, коли з'являється така можливість. Разом з тим, позитивний досвід досягнення поставлених цілей дозволяє набутти впевненості у власних силах і у тому, що позитивні зміни є можливими.

У тлумачному словнику психологічних термінів потреба визначається як «психічне явище відображення об'єктивної нужди організму в будь-чому (біологічні потреби, властиві і людині, і тваринам), або особистості (соціальні або духовні, властиві тільки людині) [1].

**Метою** цієї публікації є описати особливості усвідомлення студентами власних потреб.

Протягом 2020/2021 навчального року нами було проведено дослідження серед студентів Київського університету імені Бориса Грінченка. Вибірку склали 158 студентів різних спеціальностей та років навчання [див. також 2].

Досліджуванним пропонувалося дати відповідь на питання «Що мені потрібно у моєму житті?» (із серії завдань, запропонованих В. О. Моляко для дослідження творчого мислення). Отримані відповіді набули подальшої обробки за допомогою контент-аналізу та факторного аналізу.

За кількістю зазначених студентами потреб сформувався список із 231 позиції, який набув подальшої обробки за допомогою контент-аналізу та розрахунку факторних навантажень.

Найбільш поширеними відповідями серед студентів були:

- 1) сім'я, рідні та близькі (n=92; 58%);
- 2) здоров'я (n=72; 46%);
- 3) любов, кохання (n=56; 35%);
- 4) друзі, дружба (n=53; 34%);
- 5) гроші, стабільний заробіток (n=51; 32%);
- 6) робота (n=42; 27%);
- 7) матеріальні блага, достаток (n=29; 18%);
- 8) підтримка, турбота (n=28; 18%);
- 9) щастя (n=26; 16%);
- 10) самореалізація (n=24; 15%).

Варто відзначити, що освіту серед основних потреб зазначили 19 студентів (12%). До десяти найбільш суттєвих потреб освіта не потрапила.

Подальший контент-аналіз відповідей студентів дозволив нам згрупувати їх у 22 більш загальні категорії, які позначають сфери життя,



до яких належать зазначені потреби. Наведемо їх у порядку зменшення важливості для досліджуваних (від найбільш важливої до найменш важливої): 1) *близькі стосунки* (n=224) – сюди увійшли такі потреби, як сім'я, рідні та близькі; любов, кохання; дружба, друзі; здоров'я та щастя близьких та ін.; 2) потреби, що реалізуються у *взаємодії з оточенням* (n=86) – до них увійшли щирість, чесність, підтримка, повага, розуміння, довіра, доброта, справедливість, незалежність та ін.; 3) *матеріальні блага* (n=81) – це такі, як гроші, стабільний заробіток, достаток, матеріальна незалежність, матеріальна мотивація, достойна оплата праці; 4) *здоров'я* (n=78) – до цієї категорії окрім самого здоров'я увійшли й ті висловлювання, що стосуються його збереження – здоровий спосіб життя, правильне харчування і т.п.; 5) *ставлення до життя* (n=74) – так ми назвали усе, що стосується відчуття себе у житті – це щастя, свобода, мир, спокій, стабільність, благополуччя, задоволеність життям, безпека, визначеність, оптимізм та ін.; 6) *дозвілля* (n=69) – відпочинок, подорожі, музика, хобі, вільний час; 7) *зайнятість* (n=61) – улюблена робота, справа, кар'єра; 8) *досягнення* (n=56) – самореалізація, успіх, досягнення цілі, знайти себе і т.п.; 9) *освіта* (n=54) – до цієї категорії також увійшли навчання, знання, вміння, навички, ерудованість, дізнаватися більше, навчитися своїй справі; 10) *життєзабезпечення* (n=52) – їжа, вода, сон, повітря, тепло; 11) *мотивація* (n=40) – ціль, мета, сенс, натхнення, цілеспрямованість, вмотивованість, мрії, бажання; 12) *особистий простір* (n=36) – житло, дім, затишок, комфорт; 13) *розвиток* (n=32) – сюди також увійшли робота над собою, самовизначення, постійне самовдосконалення; 14) *особистісні риси* (n=29) – самоконтроль та дисципліна, впевненість у собі, мудрість, терпіння, сміливість тощо; 15) *соціальне життя* (n=25) – спілкування, люди, цікаві знайомі, нетоксичне оточення тощо; 16) *емоції* (n=24) – позитивні емоції, радість, враження, сміх, гострі почуття, настрої, задоволення тощо; 17) *стосунки із собою* (n=16) – мати власне «Я», бути собою, розуміння себе та своїх вчинків, любов до себе, внутрішній баланс, гармонія із собою, розуміння свого призначення, віра в себе тощо; 18) *довкілля* (n=9) – країна, земля, природа тощо; 19) *джерела інформації* (n=8) – книги, Інтернет, інформація; 20) *час* (n=7) – сюди також увійшли зручний розпорядок дня, баланс між роботою та відпочинком; 21) *тварини* (n=6) – домашні улюбленці, коти, собаки тощо; 22) *розумові якості* (n=5) – розум, порядок у голові, чистота свідомості, аналіз; інше (n=11).

Далі, за допомогою факторного аналізу ми здійснили класифікацію потреб студентів, виокремивши такі основні чотири фактори: 1) життя у соціумі; 2) особистісні потреби; 3) життєзабезпечення; 4) ресурсні потреби.

За результатами розрахунків до *першого фактору* (Ф1) було віднесено такі групи потреб студентів: 1) близькі стосунки (0,54); 2) освіта (0,50); 3) ставлення до життя (0,48); 4) стосунки з оточенням (0,48); 5) матеріальне забезпечення (0,47); 6) досягнення (0,45); 7) розвиток (0,37).

До *другого фактору* (Ф2) ми віднесли наступні групи потреб: 1) особистісні риси (0,75); 2) розумові якості (0,60); 3) стосунки із собою (0,58); 4) зайнятість (-0,44). Варто відзначити, що для цього фактору достатньо суттєві від'ємні значення мають показники «близькі стосунки» та «зайнятість», що додатково підкреслює спрямованість цього фактору на власну особистість, а не на оточення.

До *третього фактору* (Ф3) ми віднесли такі групи потреб досліджуваних: 1) життєзабезпечення (0,72); 2) соціальне життя (0,61); 3) особистий простір (0,36); 4) емоції (0,35); 5) час (0,35).

*Четвертий фактор* (Ф4) включає такі групи потреб студентів: 1) джерела інформації (0,67); 2) здоров'я (0,50); 3) тварини (домашні улюбленці) (0,45); 4) дозвілля (0,44); 5) докільця (0,41); 6) мотивація (0,32).

За змістом *перший фактор «Життя у соціумі»* передбачає, що для комфортного життя у суспільстві студенти вважають необхідними наявність близьких стосунків (сім'ї, рідних та близьких; любові, кохання; дружби, друзів; здоров'я та щастя близьких та ін.); освіти (навчання, знань, вмінь, навичок, ерудованості, дізнаватися більше, навчитися своїй справі); гармонійного ставлення до життя (щастя, свободи, миру, спокою, стабільності, благополуччя, задоволеності життям, безпеки, визначеності, оптимізму та ін.) та стосунків з оточенням (щирості, чесності, підтримки, поваги, розуміння, довіри, доброти, справедливості, незалежності та ін.); матеріального забезпечення (грошей, стабільного заробітку, достатку, матеріальної незалежності, матеріальної мотивації, достойної оплати праці, досягнень (самореалізації, успіху, досягнення цілі, знайти себе і т.п.) та розвитку (роботи над собою, самовизначення, постійного самовдосконалення).

*Другий фактор «Особистісні потреби»* має таке змістове наповнення: особистісні риси (самоконтроль та дисципліна, впевненість у собі, мудрість, терпіння, сміливість); розумові якості (розум, порядок у голові, чистота свідомості, аналіз); гармонійні стосунки із собою (мати власне «Я», бути собою, розуміти себе та свої вчинки, любов до себе, внутрішній баланс, гармонія із собою, розуміння свого призначення, віра в себе тощо); зайнятість (від'ємне значення), що підкреслює спрямованість цього фактору на власну особистість, а не на соціум.

*Третій фактор*, який ми умовно назвали «*Життєзабезпечення*» за змістом передбачає необхідність таких базових речей, як вода, їжа,

повітря, можливості спілкування з оточенням, наявність особистого простору (житла), часу, переживання емоцій.

*Четвертий фактор*, який ми умовно назвали «*Ресурсними потребами*» має таке змістове наповнення: джерела інформації (книги, Інтернет, інформація); здоров'я; тварини (домашні улюбленці) як джерело позитивних емоцій; дозвілля, що дає можливість відновити сили; довкілля (країна, земля, природа тощо); мотивація (ціль, мета, сенс, натхнення, цілеспрямованість, вмотивованість, мрії, бажання).

#### **Список використаних джерел:**

1. Бродовська В. Й., Грушевський В. О., Патрик І. П. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів. К.: Професіонал, 2007. 512 с.

2. Шепельова М. В. Класифікація потреб студентів в умовах невизначеності. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. Т. 33 (72), № 4, 2022. С. 65-69. – 0,6 д.а. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/12>

# НАПРЯМ 7. СВІДОМЕ Й НЕСВІДОМЕ: ПРОБЛЕМА СПІВВІДНОШЕННЯ В ПСИХІЧНІЙ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНДИВІДА, СУЧАСНІ ТЕРАПЕВТИЧНІ ПРАКТИКИ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-32>

**Meyer A. A.,**  
*Registered Music Therapist,*  
*Master in Creative Music Therapy at Western Sydney University*  
*(Sydney, NSW, Australia)*

## «RASDANCE» MUSIC THERAPY METHODS AS A WAY TO IMPROVE THE PSYCHOLOGICAL STATE OF A PERSON WITH PARKINSON'S DISEASE

**Summary.** The following theses are practical techniques that suggest improvement in patient's quality of life and mental well-being. It explores the connection between music therapy and movement, offers an intervention that combines both methods in a therapeutical context, and proposes an application of such intervention for patients with Parkinson's Disease. The focus of the proposal is to explore the effectiveness of the intervention on the non-motor symptoms of patients.

**Key words:** Quality of Life, mental health, Music Therapy, RAS, Dance for PD.

**Мейер О. А. Музико-терапевтичні методики «RASDance» як спосіб покращення психологічного стану особи із захворюнням Паркінсона**

**Анотація.** Наступні тези є практичною пропозицією впливу на якість життя та психічне благополуччя пацієнтів . Досліджується зв'язок між музичною терапією та рухом, пропонується застосування впливу який поєднує ці два методи в терапевтичному контексті. Пропонується застосування такого впливу для пацієнтів із хворобою Паркінсона. Пропозиція спрямована на вивчення ефективності втручання щодо немоторних симптомів пацієнтів.

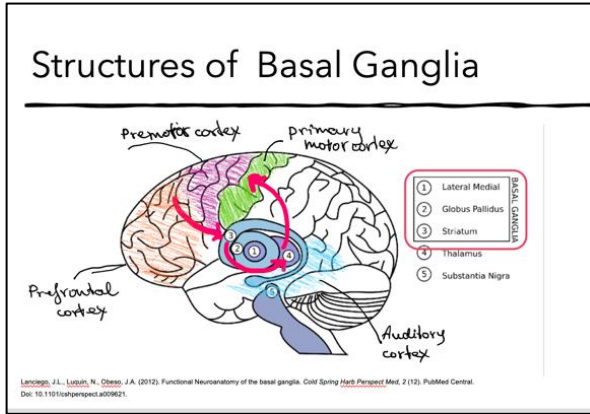
**Ключові слова:** якість життя, психічне здоров'я, Музикотерапія, RAS, танець для хворого із захворюнням Паркінсона.

**Background.** Parkinson's disease (PD) – is a progressive neurological disorder where a range of motor and non-motor challenges affect a patient's quality of life. This condition is comprised of both motor and non-motor symptoms. Some of the known motor symptoms are tremors, rigidity, and bradykinesia. Non-motor symptoms include anxiety, depression, sleep disorders, pain, dementia, and other psychological conditions [2]. Given the symptomatic complexity of PD, all aspects of life can be affected. Mood disorders are present in 20-50% of patients, and depression and anxiety are the most common.

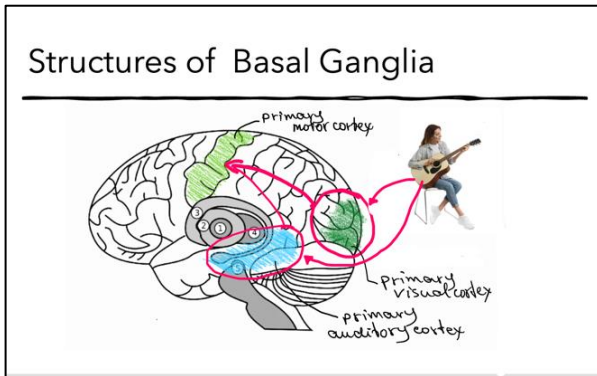
Traditional treatment methods are symptomatic and more geared towards treating patients' motor symptoms: Dopamine replacement therapy, deep brain stimulation, dopamine enhancing medication [2]. However, due to the increasing evidence of limited efficacy of those treatments and side effects, such as freezing of gait (FOG), the alternative, non-invasive treatment methods, such as music therapy and movement, rhythmic queuing, and dance, have a growing presence [3].

Literature sources reviewed by November 2022 have presented evidence geared towards measurable motor parameters such as stride length, the swing of an arm, walking velocity, cadence, and FOG etc. Evidence related to non-motor symptoms – sleep disorders, cognitive decline, pain, depression, anxiety, motivation etc., was less prominent. With that in mind, this proposal aims to explore music therapy that includes movement in relation to non-motor symptoms, specifically in relation to depression, anxiety, and motivation.

**Neurological background.** One of the key differences between the developed brain of Homo Sapiens and one of its ancestors is the increase in capacity to process auditory information. Specifically, temporal lobes – areas behind the ear, prefrontal cortex – an area at the front of the brain, and premotor cortex – an area adjacent to the frontal lobe and the primary motor cortex. Beyond their primary roles of processing auditory information, language, working memory, and influencing motor behaviour, they play a key role in their connection to Basal Ganglia nuclei – a cluster of neurons forming a network deep at the base of the brain, known for facilitating movement functions, movement behaviours, and associated emotions [4].



*Image 1*



*Image 2*

Dopamine deficiency in that region disrupts the ordinary operation of BG (see image 1), which is directly linked to the cause of the disease [2]; [5]. Although, as Li et al. (2022) highlight, disruptions start in Basal Ganglia, they expand to other networks, progressively altering a person's internal perception of timing, causing motor and non-motor symptoms, and that way affecting their quality of Life [1].

Neurologically speaking, it may be possible to employ alternate cerebellar networks that rely on different external stimuli driven by the audio and visual cortex to compensate for the loss of brain function (See Image 2). The term

used for this process in Neurological Music therapy is Rhythmic Auditory Stimulation (RAS).

**Rhythmic Auditory Stimulation (RAS)** is defined by Thaut & Hoemberg (2016, pp. 69-93) [7] as ‘the application of rhythmical auditory stimuli associated with the initiation and ongoing facilitation of gait and gait-related activities, by providing a reference for timing of movements.’ Implementation of RAS contains six steps that have to be strictly followed for the desired outcome. The following steps are outlined in Thaut (2016, pp. 99-103) [7].

Application of RAS protocol increases activation in neural connectivity between the auditory cortex and executive control network, primary motor cortex and cerebellum, basal ganglia and premotor cortex. RAS carries immediate and long-term improvements in motor symptoms, especially in gait and associated motor behaviours.

**Dance for patients with Parkinson’s disease.** Dance is considered a multi-dimensional activity that, due to its musical elements, rhythmical movement and expressive qualities, can target both motor and non-motor symptoms [3]. Due to the social element, dance has the potential to decrease isolation, defuse negative emotions like anger, and reduce depression and anxiety [3]. It has been known to improve cognition, mood, and general quality of life [6].

**Proposed study design:** It is proposed to present a framework combining RAS and Dance elements into one intervention – RASDance. As a base for the combination, the study utilised 6 steps of RAS protocol outlined in [7]. The combination aims to affirm the RAS protocol as a robust neurological evidence-based approach with its outcomes on gait-related parameters and to infuse it with aesthetic and expressive qualities of dance movement. It is perceived that this combination will bring motivational, enhancing qualities to the RAS protocol without impacting the neurological benefits. Implementing this intervention in a group setting introduces an element of community and togetherness and will directly target feelings of isolation, depression and anxiety.

**Proposed Intervention.** The group of 15 patients will be treated with 1 hour of music therapy and movement program ‘RASDance’ once a week, over 10 consecutive weeks. The effect of the program is proposed to be measured by a qualitative open-ended interview with patients and a quantitative survey with a primary carer. Although the interviews will be of a general nature, the prime focus for assessment will be symptoms of depression, anxiety, and effects on motivation towards activities of daily living. The questionnaire has been formulated using the adaptations from the MDS-UPDRS scale. The process of data analysis is still being carefully considered.

**Anticipated outcomes.** After completing the program, the study anticipates that the dance program will positively affect the participants' quality of life. It is anticipated that the proposed program will improve the symptoms of depression and anxiety and increase motivation towards daily tasks for patients. It is anticipated that the social element of the group setting will carry enhancing qualities to the general well-being, such as increased self-esteem, happiness, and better sleep, are amongst expected. Furthermore, this research anticipates a positive impact on the process of the program by igniting feelings of togetherness and increasing confidence in participants' motor abilities.

### **Bibliography:**

1. Delvin K., Alshaikh J., Pantelyat A. Music therapy and music-based interventions for movement disorders. *Current Neurology and Neuroscience Reports*. 2019. № 19 (83) 1-13.
2. DeMaagd G., Philip A. Parkinson's disease and its management. *Pharmacy and Therapeutics*. 2015. № 40 (8), 504-510.
3. Gyrling T., Ljunggren M., Karlsson S. The impact of dance activities on the health of persons with Parkinson's disease in Sweden. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2021. № 16 (1) doi.org/10.1080/17482631.2021.1992842
4. Koshimori Y., Thaut M. H. Future Perspective on neural mechanisms underlying rhythm and music based on neurorehabilitation in Parkinson's disease. *Ageing research reviews*. 2018. № 47, 133-139.
5. Lanciego J.L., Luquin N., Obeso J.A. Functional Neuroanatomy of the basal ganglia. *Cold Spring Harb Perspect Med*. 2012. № 2 (12). PubMed Central. Doi: 10.1101/cshperspect.a009621.
6. Li R., Zou T., Wang X., Wang H., Hu X., Xie F., Meng Li., and Chen H. Basal Ganglia atrophy-associated causal structural network degeneration in parkinson's disease. *Human Brain Mapping*. 2022. № 43 (3), 1145-1156. PubMed Central. Doi:10.1002/hbm.25715
7. McNeely M.E., Duncan R. P., Earhart G.M. Comparison of dance interventions in people with Parkinson's disease and older adults. *Maturitas*, 2015. № 81, 10-15. ELSEVIER.
8. Thaut M.H., Hoemberg V. *Handbook of neurologic music therapy*. Oxford University Press. 2016. 384 p.



## НАПРЯМ 8. САМОСВІДОМІСТЬ І РЕФЛЕКСИВНА САМООРГАНІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-33>

**Дідковський С. В.,**

*методолог*

*Товариства незалежних експертів (м. Київ, Україна)*

**Науковий керівник: Швалб Ю. М.,**

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри соціальної роботи*

*Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

### ПОНЯТТЯ РЕФЛЕКСИВНОЇ САМООРГАНІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

**Анотація.** Ставиться проблема форми організації особистості. Конструюється схема рефлексивної самоорганізації. Схема використовується для аналізу етапів та результатів процесу становлення рефлексивної форми. Обговорюються перспективи застосування поняття в практиці самоорганізації. В якості засобу розробки поняття рефлексивної самоорганізації використовується системо-миследіяльний підхід.

**Ключові слова:** метод, організація, форма, ситуація, процес.

#### **Didkovskiy S. The concept of reflective self-organization of the individual**

**Summary.** The problem of the form of organization of the personality is formulated. A scheme of reflexive self-organization is being proposed. Analyze of the stages and results of the reflexive form of the self-organization is done based on the created scheme. Applying the concept in the practice of self-organization is discussed. A system-thinking approach is used as a means of developing the concept of reflexive self-organization.

**Key words:** method, organization, form, situation, process.

**Проблема.** Самоорганізація полягає у вмінні особистості аналізувати свої ситуації життя та діяльності, розробляти проекти, та плани дій, реалізовувати їх, та оцінювати досягнуті результати.

Форми самоорганізації виникають в процесі соціалізації особистості та несуть на собі ознаки місця та часу їх виникнення.

В сучасних умовах відбуваються кардинальні зміни в структурах соціальних відносин, зростання невизначеності та психологічної напруженості.

Виникає розрив між формами самоорганізації, що склалися в умовах соціальної стабільності та швидкістю суспільних змін, що відбуваються сьогодні.

Кожна особистість, що потрапила в цю проблемну ситуацію, відчуває необхідність в її негайному вирішенні. Для цього їй необхідно перейти у таку форму організації, яка б дозволяла своєчасно приводити її у відповідність до змісту навколишніх змін.

Проблема полягає в тому, що сьогодні відсутнє розуміння того, що треба зробити, щоб здійснити цей перехід.

**Мета.** Необхідно сконструювати поняття рефлексивної форми самоорганізації. Використання цього поняття повинно забезпечити особистості розуміння, що їй треба виконати щоб перейти в нову форму самоорганізації.

У якості засобів конструювання використовувались схеми СМД-методології та досвід проведення семінарів по рефлексивній самоорганізації [1].

**Основні положення.** Структура поняття включає до себе схему рефлексивної організації особистості та опис процесу становлення рефлексивної самоорганізації, що організовано в схемі.

**Схема рефлексивної організації особистості** включає в себе п'ять рівнів, пов'язаних рефлексивними переходами (рис. 1).

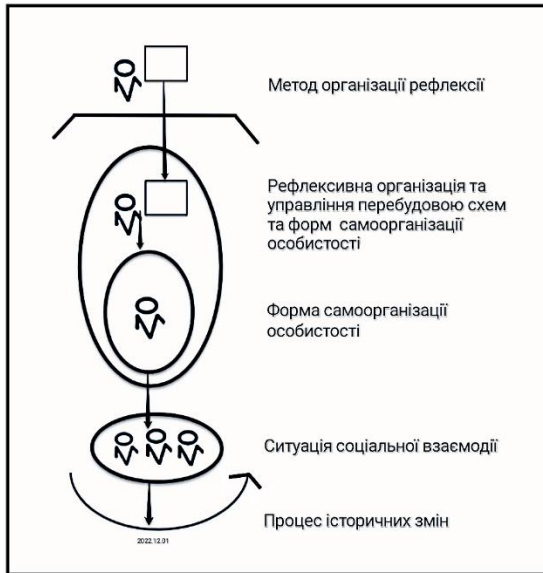
1) Розробки, трансляції та конкретизації методологічних схем рефлексії в структурі мислєдіяльності.

2) Рефлексивної організації та управління процесом реконструкції форм організації клієнтів.

3) Схем та форм самоорганізації особистості.

4) Ситуацій реалізацій особистості в просторі соціальних взаємодій

5) Процесів соціально-культурних змін.



**Рис. 1. Схеми рефлексивної організації особистості**

Особистість, що стала на шлях формування рефлексивної форми самоорганізації, використовує цю схему у якості план-карти. Це дозволяє їй, з одного боку, розуміти, на якому рівні рефлексивної самоорганізації вона знаходиться, а з другого, керувати процесом його підвищення.

**Процес становлення рефлексивної форми самоорганізації** включає п'ять етапів. При переході з етапу на етап, особистість проводить просторове та позиційне перевизначення, і починає вирішувати більш складні завдання. Завдяки цьому поступово зростає рефлексивний рівень форми її самоорганізації.

Етап 1. Самовизначення в методі, знайомство зі схемами та поняттями СМД-методології. Вирішення задач передачі методологічних засобів організації рефлексії в позицію оуправління, та їх конкретизації, та уточнення в процесі аналізу процесу, та результатів використання.

В соціальному просторі особа, що вирішує ці задачі презентує себе у якості методолога рефлексивного управління.

Етап 2. Зайняття позиції організатора, що працює з проблемами інших осіб (клієнтів). Засвоєння методологічних схем у якості засобів управління процесами вирішення задач: обговорення, схематизації,

об'єктивації, проблематизації, конструювання та натуралізації оргсхем у якості нових форм самоорганізації клієнтів.

В соціальному просторі такий оргуправлінець подає себе як консультанта по вирішенню особистісних проблем [2].

Етап 3. Самовизначення в позиції управлінця своїм власним психосоматичним станом. Додавання до завдань першого та другого етапів задачі організації рефлексивних переходів: з позиції особи, що знаходиться в проблемному переживанні, в позицію організатора змін; здійснення перебудови проблемної оргформи та повернення в початкову позицію в позитивному стані свідомості.

В соціальному просторі така форма роботи, як і дві наступні отримала назву само консультування.

Етап 4. Самовизначення в позиції управлінця ситуаціями соціальної взаємодії. Засвоєння засобів вирішення завдання розвитку та використання схем управління соціальною діяльністю: конструювання, проєктування, планування та прогнозування наслідків реалізації планів.

Специфіка третього та четвертого етапу пов'язана з тим, що для перебудови форми своєї організації, індивід повинен вийти із ситуації, в якій виникла проблема, в окремий, захищений простір і мати достатньо вільного часу для проведення необхідних робіт [3].

5) Самовизначення в позиції управлінця життям в процесах історико-культурних змін. Вирощування здібності своєчасно відчувати необхідність в трансформації форми своєї організації, та робити це синхронно зі змінами, що відбуваються в навколишньому просторі.

В методологічній літературі така форма самоорганізації отримала назву «відкритої», або «форми без форми».

**Перспективи.** Оволодіння п'ятим рівнем рефлексивної самоорганізації дозволяє особистості перейти від задач синхронної трансформації форми організації до задач запуску нових історико-культурних процесів.

Але вихід на цей рівень самовизначення зможуть здійснити лише ті, хто буде готовий максимально використати свій потенціал та нести повну відповідальність за наслідки втілення цього рішення.

### Список використаних джерел:

1. Щедровицкий Г.П. Методологический смысл оппозиции натуралистического и системно-мыследеятельностного подходов. *Избранные труды*. М., 1995. С. 143-154.

2. Дидковский С.В. Схема организации психологического консультирования. *Електронний фаховий журнал Лабораторії нових інформаційних технологій навчання Інституту психології / Технології розвитку інтелекту*, 2018. Том 2, № 9(20). URL: <http://psytir.org.ua>

3. Дидковський С.В. План-карта рефлексивної самоорганізації. *Тези IV Міжнародної науково-практичної конференції «Психологія свідомості»*, 21.11. 2020, Київ, Україна. С. 161-165. URL: <http://kpppo.nau.edu.ua/files/Zbirnik2020.pdf>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-34>

**Маслянікова І. В.,**  
*кандидат психологічних наук, доцент,  
завідувач кафедри соціальної роботи та педагогіки  
інституту соціальних технологій  
ЗВО «Відкритий міжнародний університет  
розвитку людини «Україна»*

### **ТЕРАПЕВТИЧНІ ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК САМОПІЗНАННЯ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

**Анотація.** Тези доповіді містять розгляд теоретико-методологічного контексту проблеми свідомості, та його структурних компонентів – самосвідомості та «Я-концепції». Наголошується на важливості самопізнання як процесу особистісного зростання. Наводяться терапевтичні вправи формування навичок самопізнання в освітньому процесі.

**Ключові слова:** свідомість, самосвідомість, самопізнання, психотерапевтичні вправи.

#### **Maslianikova I. Therapeutic ways of forming self-knowledge skills in an educational environment**

**Summary.** The abstracts of the report include consideration of the theoretical and methodological context of the problem of consciousness, and its structural components – self-awareness and «self-concept». The importance of self-knowledge as a process of personal growth is emphasized. Therapeutic exercises for the formation of self-knowledge skills in the educational process are given.

**Key words:** consciousness, self-awareness, self-knowledge, psychotherapeutic exercises.

Феномен свідомості є складним предметом пізнання як філософів (від Платона та Аристотеля до В. В. Налімова, М. К. Мамардашвілі та А. М. Лоя), так пізніше і науковців-психологів (від В. Джемса до С. Л. Рубінштейна, О. М. Леонтьєва та В. П. Зінченка).

Відштовхуючись від сучасного наукового бачення, свідомість – це вища, притаманна лише людині форма доцільного ідеального відображення дійсності, її об'єктивних сталих властивостей, що виконує регуляторну функцію щодо поведінки, діяльності, спілкування.

Торкаючись питання теоретико-методологічних підходів у вивченні свідомості наведемо класичний вітчизняний підхід.

Так, А. В. Петровський, характеризуючи свідомість, виокремлює в її структурі такі чотири її характеристики.

1. Свідомість є сукупністю знань про навколишній світ. Таким чином, до структури свідомості належать усі пізнавальні процеси: відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява.

2. Закріплення у свідомості відмінностей суб'єкта і об'єкта. Тільки людина з усіх живих істот здатна виокремлювати і протиставляти себе оточуючому світу, має здатність до самопізнання.

3. Забезпечення діяльності цілепокладання. Людина не тільки змінює форму того, що дано природою: у тому, що дане природою, вона здійснює разом з тим і свою свідому мету, яка як закон визначає спосіб і характер її дій і якій вона повинна підпорядковувати свою діяльність». Таким чином, функцією свідомості є формування цілей діяльності, при цьому складаються її мотиви, приймаються вольові рішення, вряховується хід виконання дій тощо.

4. До структури свідомості належать також певні відношення. До свідомості людини обов'язково належить світ почуттів, де відображаються складні об'єктивні, і перш за все суспільні відносини, у які включена людина» [1, с. 102].

Спираючись на наукові розробки О. М. Леонтьєва, зазначимо, що характерними рисами свідомості є, по-перше, активність, по-друге, інтенційність. Активність свідомості виявляється в тому, що психічне відображення об'єктивного світу людиною носить не пасивний характер, у результаті якого всі предмети, відображені психікою, мають однакову значущість, а навпаки, відбувається диференціація психічних образів за мірою їх значущості для суб'єкта. Внаслідок цього свідомість людини завжди спрямована на певний об'єкт, предмет або образ, тобто має властивість інтенції (спрямованості). Ці властивості зумовлюють наявність інших характеристик свідомості, які дають змогу розглядати її як вищий рівень саморегуляції. До таких властивостей свідомості належить здатність до рефлексії (самопостереження), а також мотиваційно-ціннісний характер свідомості [2].

Здатність до рефлексії визначає можливість людини спостерігати за своїми відчуттями, станами тощо. Таке спостереження передбачає наявність критичності, тобто людина оцінює себе з точки зору власних цінностей та ідеалів. Ця властивість свідомості визначає можливість

формування в процесі онтогенезу людської індивідуальної «Я-концепції», яка є сукупністю уявлень людини про саму себе та навколишню дійсність. Інформація про навколишню дійсність оцінюється людиною на підставі системи уявлень про себе і, виходячи з системи власних цінностей, ідеалів та мотивів, формується її поведінка.

Високий рівень самопізнання, тобто здатності до рефлексії дозволяє:

1. Розуміти власні сильні та слабкі сторони, думки та переконання.
2. Аналізувати почуття та емоції оточення.
3. Мотивувати себе та інших.
4. Розуміти інших людей і те, як вони бачать вас і ваші дії.
5. Критично осмислювати суспільні стандарти та цінності, дотримуватися тільки прийнятної для себе поведінки.

6. Покращити власний рівень життя, замислившись над тим, чи співвідноситься те, що ми думаємо із тим, як відчуваємося.

Відповіді на ці та інші питання про себе вкрай важливі для формування усвідомленого конструктивного ставлення до себе на різних етапах онтогенетичного розвитку особистості. Особливої актуальності такі питання стають у сенситивний період розвитку самосвідомості та його центрального компоненту «Я-концепції» – у юнацькому віці. Так, опрацьовуючи із студентською молоддю теоретико-методологічні проблеми свідомості, для якісного засвоєння матеріалу варто торкнутися практичного аспекту, а саме формуванню навичок самопізнання як базового етапу моделювання образу себе.

Таку роботу продуктивно проводити у вигляді психотерапевтичних вправ групового формату. Наведемо приклади найбільш ефективних вправ на самопізнання, які були апробовані на студентах-психологах другого курсу Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна» впродовж 2021-2022 н.р. в рамках дисциплін «Загальна психологія» та «Практикум з психології».

Одна з найулюбленіших вправ студентів «Ключові слова». Її суть полягає в тому, що виконуючи просте завдання викладача, студенти замислюються над собою, занурюються в себе, починають розуміти себе. Згодом за допомогою цієї вправи студенти усвідомлюють, що є в них унікального і що є спільного з іншими учасниками групи. Виконання вправи допомагає краще зрозуміти себе, керувати власним часом, енергією, навчитися розпізнавати власні емоції та реакції. Завдання вправи полягає в тому, що студентам за певний час (до 3-х хвилин) необхідно дібрати ключові слова, які їх характеризують (кількість слів не задається). Далі в груповій дискусії по черзі треба презентувати себе через ключові слова та аргументувати їх.

Ще одна терапевтична вправа на самопізнання, яка подобається студентам має назву «Подібність та відмінність». Завдання полягає в

тому, що студентам треба подумати та дати відповідь на наступні питання: 1. «Ми з тобою схожі, тим що... (називається будь – яка ознака «схожості»), але на відміну від тебе я ... (називається будь – якою ознакою «відмінності»). 2. Але ти мені подобаєшся тим...» Дану вправу у терапевтичному секторі варто проводити після вище викладеної. Вже спираючись на певні знання про себе, які отримані за допомогою першої вправи, студенти можуть перейти до більш якісного та глибокого пізнання інших учасників групи, здійснити порівняти аналіз себе з іншими. Ця вправа також сприяє кращій згуртованості групи.

Рухаючись у напрямку самопізнання, студентам можна запропонувати виконати вправу «Герой мультфільму». Завдання цієї вправи полягає в тому, що з декількох персонажів мультфільмів, казок, літературних творів, кінофільмів студентам слід обрати двох. Одного, на якого вони вважають, що схожі у цей період життя, другого – на якого хотіли б бути схожими. Виконання цієї вправи сприяє формуванню різних сторін «Я-концепції» – реального та ідеального. В процесі дискусії студентам варто поставити додаткові запитання: який образ подобається, більше і чому, що треба, щоб стати ідеальним героєм у своєму баченні, чого не вистачає, скільки треба часу та які ресурси тощо? Після обговорення цієї вправи можна дати додому завдання скласти покроковий план реалізації себе ідеального, зазначити дедлайни та контролерів. Як показав досвід, зазначена терапевтична вправа дає глибокий пролонгований ефект у самопізнанні та сприяє особистісному зростанню студентів, акцентує увагу на собі та цінності свої перспектив. По закінченню вивчення курсу «Загальна психологія» та «Практикум з психології» на заключній терапевтичній зустрічі були скупчені найбільш ефективні вправи по самопізнанню, включаючи досвід студентів за рік роботи. Серед таких «Герой мультфільму» розглядався як така вправа, що давала можливість подивитися на результати роботи над собою продовж року, зробити аналіз сильних та вдалих кроків, відкоригувати слабкі рішення, побудувати плани відносно себе на майбутнє.

### **Список використаних джерел:**

1. Загальна психологія: Підручник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. К.: Каравела, 2009. 464 с.
2. М'ясоїд П.А. Курс загальної психології: Підручник: у 2 т. К.: Алерта, 2012. Т. 1. 496 с.
3. Свідоме та несвідоме у груповій взаємодії : Монографія / [П. П. Горностай, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка, Г. В. Циганенко, Л. Г. Чорна] ; за ред. П. П. Горностая ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2017. 244 с.



**Мілютіна К. Л.,**

*доктор психологічних наук,*

*професор кафедри психології розвитку*

*Київського національного університету імені Тараса Шевченка*

## **ОСОБЛИВОСТІ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ СТУДЕНТСТВА ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ РОСІЇ**

**Анотація.** Емпіричне дослідження проведено протягом квітня 2022 року. У дослідженні взяли участь 120 студентів які лишилися в Україні та 80 що переїхали за кордон. Виявлено, що ступінь вираженої депресії більш проявляється у тих, хто залишився вдома.

**Ключові слова:** студенти, депресія, мігранти, стрес.

### **Miliutina K. Peculiarities of depressive states of students during the full-scale invasion of Russia**

**Summary.** The empirical study was conducted during April 2022. 120 students who stayed in Ukraine and 80 who moved abroad took part in the study. It was found that the degree of severe depression is more evident in those who stayed at home.

**Key words:** students, depression, migrants, stress.

Відомо, що психічні захворювання у юнацькому віці, зокрема, депресивні розлади, що мають безпосередній вплив на навчальну діяльність та громадське життя студентів, а також на сферу їх особистого життя та ведуть до значної соціальної дезадаптації, що потребує ретельного підходу медико-психологічних служб до їх виявлення та профілактики. Метою нашого дослідження було вивчення особливостей переживання депресивних станів студентів на початку повномасштабного вторгнення.

Емпіричне дослідження проведено на базі КНУ ім. Шевченка протягом квітня 2022 року. У дослідженні взяли участь 200 студентів, з них 30 чоловіків та 170 жінок; вік 18-20 років. Згідно вимог етичного кодексу досліджування проводилось анонімно. Варто відзначити, що емоційний стан дуже не стабільний, тому нажаль не усі запрошені студенти взяли участь у дослідженні. З респондентів 130 осіб знаходились в Україні у м.Києві, вони не були на окупованих територіях та безпосередньо на лінії зіткнення. 80 осіб виїхало за кордон

Згідно з результатами діагностування за шкалою депресії А. Бека загалом по всій вибірці: нема симптомів – 30%, легка депресія – 5%,

помірна депресія – 5%, виражена депресія – 50%, важка депресія – 10%. Отже можемо констатувати, що у стані війни молоді люди відчувають гострі депресивні стани. Далі вважаємо за доцільне представити результати для порівняння проявів та ступеня вираженості серед студентів, які залишились в Україні та покинули її межі (див. табл. 1)

Таблиця 1

**Порівняльна таблиця наявності депресії і ступеня важкості депресивних станів (шкала депресії Бека)**

Ступінь вираженості	В Україні (N=120)	За кордоном (N=80)
нема симптомів	28	34
легка депресія	0	6
помірна депресія	12	0
виражена депресія	67	32
важка депресія	13	8

Отже, порівнюючи результати переживання депресивних станів в Україні та закордонном можемо сказати, що показники знаходяться фактично на одних і тих же позиціях. Але ступінь вираженої депресії все ж більш проявляється у тих, хто залишився вдома. Ймовірно, це можна пояснити тим, що постійний страх за власне життя та життя рідних посилює розвиток депресії у молодих людей. Хочемо звернути особливу увагу на відкриті запитання на завершальному етапі дослідженні та звернути увагу на емоційний стан тих, хто в Україні та поза її межами.

На відкрите запитання № 2 «Опишіть будь ласка, свій теперішній емоційний стан». Серед тих, хто залишився на батьківщині переважають такі відповіді: Намагаюся думати позитивно, вірити, що скоро ми повернемося до звичайного життя, але вже розумію, що скоро це точно не буде; напружує постійне перебування з батьками; роздратованість і нав'язливі негативні думки; дуже втомлено, не можу упорядкувати думки, вічно через щось засмучуюсь, погано контролюю свою агресію, можу робити боляче собі, маю відчуття апатії, депресії; в мене стаються час від часу емоційні вибухи. Проте варто відмітити, що чоловіки (на відміну від жінок) відзначають стан як задовільний, емоційний стан більш-менш в нормі та нормальний. Це можна пояснити як більшою резильєнтністю, так і меншим рівнем рефлексивності чоловіків.

Серед тих, хто поїхав за кордон, переживають такі стани: апатія, емоційна віддаленість від майже усього мого оточення, втома, тривожність, незадовільний, часто нервуююся через війну та в більшій мірі через постійні сварки з мамою, які активізувались саме зараз. І також діагностовано протилежні стани: стабільний, гарний, нещодавно було багато стресу, зараз вже краще.

Отже, можемо сказати що емоційний настрій під час війни має приблизно однакові характеристики серед студентів, котрі залишились вдома і тих, хто поїхав за межі країни, і суттєвим внеском в їхнє погіршення є не лише війна, а й вповільнення природного процесу сепарації від батьків.

Наступним було запитання «Розкажіть про свої відчуття та переживання (в період від 24 лютого і до сьогодні)».

Студенти, що залишились в Україні говорять наступне: більше тривожності і ненависті приходило з кожним днем, ти не знаєш уб'ють тебе завтра чи сьогодні. Спочатку була істерика, страх за своє життя, за життя рідних і за своє майбутнє, далі заспокоїлася, прийняла той факт, що війна закінчиться не дуже скоро, болить лише за інших жителів України, яким зараз дуже тяжко. Зараз стан набагато краще, ніж в перші дні це не описати стараюсь менше згадувати про свої переживання в минулому. Мене все достало; хочу поплакати, але не можу; стало важче стримувати емоції.

За кордоном: боюся, що багато моїх співвітчизників помирають, огидно щодо того, що я нічого не роблю, постійно здається що нічого не має сенсу, що я не можу ніяк керувати своїм життям, повна розгубленість, мені боляче читати новини щодо моєї країни. Я намагаюся відволікатися і жити, але тривожний стан як і був так і залишився. Біль, спустошення, сильна тривожність, відчуття провини та неможливість зупинити страшні події.

Можемо констатувати, що студенти, які покинули Україну, відчують провину і на цьому фоні посилення тривожності. А серед тих, хто залишився – то помітний високий рівень страху за життя близьких та рідних.

На запитання №6 «Що допомагає Вам покращувати свій емоційний та психологічний стан?»

Ми отримали такі відповіді в однаковій відповідності серед обох груп: сім'я, розмови з моїми найближчими друзями, прогулянки, розмова (на даний момент можлива лише переписка) з друзями та перегляд відео/серіалів, творчість, читання, хобі, музика, спорт.

Варто відмітити, і негативну тенденцію переживання – це паління та переїдання.

**Висновки.** В результаті проведеного дослідження було виявлено високий рівень депресивних реакцій в студентів, як в Україні, так і за кордоном. Якщо ці переживання в Україні більшою мірою забарвлені страхом та тривогою, то в студентства за кордоном переживає почуття провини та безпорадності. Перспективою подальшого дослідження буде спостереження за динамікою депресивних станів в процесі адаптації до стресу.

**Мігіна С. В.,**

*кандидат психологічних наук,*

*доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки*

*Навчально-наукового гуманітарного інституту*

*Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

## **ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ САМОСВІДОМОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ**

**Анотація.** У статті розглядається питання особливостей розвитку самосвідомості студентів які навчаються за спеціальністю психології. Відображено підходи стосовно розкриття сутності і змісту поняття «самосвідомість». На підставі результатів емпіричного дослідження зазначеної проблеми показано особливості розвитку самосвідомості студентів-психологів.

**Ключові слова:** самосвідомість, студенти, самоставлення, самооцінка, Я-концепція.

### **Mitina S. Features of development of self-consciousness of students- psychologists**

**Summary.** The article it was considered the specifics of the development of self-consciousness of students who study psychology. The approaches to the disclosure of essence and content of the concept of «self-consciousness» are reflected. On the basis of the results of the empirical study of the mentioned problem, the peculiarities of the development of self-consciousness of students-psychologists are shown.

**Key words:** self-consciousness, students, self-attitude, self-esteem, Self-concept.

Сучасні події змусили багатьох українців зіткнутися з цілим переліком екзистенційних питань, що торкаються розуміння багатьох аспектів власної поведінки та особистості загалом. Зіткнення із небезпекою, ситуація невизначеності супроводжується величезною кількістю різноманітних емоційних переживань, які запустили процес рефлексії власного життя та ролі кожного у подіях, що відбуваються зараз. Відомо, що самосвідомість дозволяє людині не тільки відображати навколишній світ, але усвідомлювати себе в цьому світі, переживати його, розуміти свої переваги та недоліки, певним чином відноситися до себе і здійснювати саморозвиток. Самосвідомість в цілому забезпечує єдність, стабілізацію і цілісність особистості, що

вкрай необхідно кожному із нас в найскладніші часи нашого життя, саме це актуалізує необхідність дослідження даної проблеми.

Вивченню даної проблеми присвячено чимало досліджень у вітчизняній і зарубіжній психології, які сконцентровані в основному навколо двох груп питань: визначення ролі самосвідомості у структурі особистості та ролі самосвідомості у детермінації соціального буття людини. Загально-психологічні аспекти самосвідомості у контексті розвитку особистості розглядалась у працях У. Джемса, С.Л. Рубинштейна, Т.О. Титаренко, І.І. Сарджвеладзе, А.А. Налчаджяна, С.Р. Пантїлеєва, К.Т. Соколової, П.Р. Чамати, І.І. Чеснокової, Р. Бернса, А. Маслоу, К. Роджерса. Соціально-психологічні аспекти самосвідомості пов'язані з особливостями самооцінок, їх взаємозв'язків з оцінками оточуючих, розробляли О.О. Бодальов, В.В. Столін, І.С. Кон, Дж. Мід, В.А. Ядов, Т. Шибутані, Т. Лукман тощо. Експериментальні дослідження особливостей прояву самосвідомості у різні вікові періоди розвитку особистості були проведені М.Й. Боришевським, Т.І. Гавакової, Л.В. Долинської, В.К. Котирло, О.І. Кульчицької, Г.І. Ліпкіної, С.Д. Максименко, О.Г. Подоляк, І.В. Яворської.

Слід зазначити, що у сучасній науці немає єдиного трактування сутності та структури самосвідомості, враховуючи на складність цього феномену. Крім того, якщо говорити про англomовні джерела, то можна виявити, що дослівного та повного смислового перекладу терміну «самосвідомість» не існує, найчастіше застосовується поняття «Self-esteem» для визначення самоствавлення, самооцінки та прийняття себе; або поняття «Self-concept» – «Я»-концепція (К. Роджерс, А. Маслоу, М. Розенберг). Також, центральним поняттям відповідно нашої теми, що фігурує у англomовних джерелах є поняття «Self» – самість, або «Я», що детально описав У. Джеймс, визначивши дві частини «Self», а саме: «Me» – як об'єкт сприйняття, та «I» – як суб'єкт сприйняття [1, с. 8].

Незважаючи на різноманіття трактування сутності самосвідомості різними вченими можна виділити загальні критерії його розуміння: самосвідомість (англ. self-consciousness) – усвідомлення людиною себе як індивідуальності, розуміння свого внутрішнього світу та сприйняття себе як суб'єкта діяльності у взаємодії. Самосвідомість функціонує як єдність трьох взаємопов'язаних складових: пізнавальної (самопізнання), емоційно – ціннісної (самоствавлення) та дієво – вольової (саморегуляція). Структура самосвідомості, таким чином, розуміється як єдність пізнання себе (уявлення про свою сутність і суспільну цінність), самооцінки (відображає ставлення до себе) і саморегуляції – можливість усвідомлювати і контролювати власну поведінку, психічні процеси і стани. На самоконтролі заснована вольова регуляція людини, яка грає

велику роль особливо у стресових ситуаціях (І.І. Чеснокова, В.В. Столін) [3, с. 121].

Аналіз наукових джерел показує, що більшість дослідників розглядають самосвідомість насамперед як складний процес опосередкованого пізнання себе, розгорнутий у часі та пов'язаний із рухом від одиничних ситуативних образів через їх інтеграцію у цілісне утворення власного «Я» як суб'єкта, відмінного від інших суб'єктів. Це багатоступеневий процес самопізнання сполучений із різноманітними переживаннями, які надалі узагальнюються у емоційно-ціннісне ставлення особистості до себе, закріплюються у відповідну самооцінку, що забезпечує систему саморегуляції особистості [4, с. 199].

Самосвідомість як динамічна система під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів у своєму розвитку проходить ряд стадій та на різних вікових етапах має свої особливості. При цьому, практично всі психологи визначають студентський (юнацький) вік як критичний період розвитку самосвідомості, у рамках якого відбувається формування відносно стійкого уявлення про себе у системі соціальних відносин, що пов'язано з диференціацією образу «Я» та самооцінки, професійним самовизначенням, змістовністю ціннісних орієнтацій.

Навчання у ВНЗ, оволодіння обраною професією, безсумнівно, впливає на становлення самосвідомості особистості. Як зазначає О. Морозова зміна соціального статусу та системи соціальних взаємин особистості, включення у нормовані комунікації, що пов'язані з професійної діяльністю відображається на всіх компонентах самосвідомості. Формування професійної самосвідомості студентів під час навчання відбувається на тлі соціального досвіду із включенням цього досвіду в «професійне Я» особистості [2, с. 128].

Дослідження Соколової І.М., Шайхлісламова З. Р., Горбенко В. Ю. свідчать про позитивні зміни у самоставленні студентів-психологів протягом навчання за спеціальністю, а саме такі складові самоставлення, як самовизначення, самосприйняття, самоприхильність, самоцінність має найвищий рівень вираженості у студентів старших курсів навчання, які вже мають певні психологічні знання та практичні професійні навички [3, с. 118].

Результати нашого дослідження, в якому взяли участь група студентів психологів та філологів, також показують статистично значущі відмінності у функціонуванні таких складових самосвідомості, як самосприйняття та самооцінка. Студенти – психологи більш позитивно сприймають себе, адекватно приймають свої помилки, а студенти-філологи більш схильні до самозвинувачення, неприйняття себе. На наш погляд, оволодіння обраною професією допомагає студентам – психологам краще усвідомлювати власне «Я», свої сильні

та слабкі сторони, більш детально проаналізувати та зрозуміти свою поведінку у різних ситуаціях.

Крім того, здатність студентів-психологів до усвідомлення своєї особистості в цілому, дозволяє приймати їм відповідальність за значущі події свого життя на себе. Результати за методикою Дж. Роттера показують, що показники інтернальності (суб'єктивного контролю) у групі студентів-психологів вище, ніж у групі студентів – філологів. Набуття психологічних знань дає можливість з професійного боку пояснити і зрозуміти мотиви власної поведінки та діяльності, що допомагає самостійно приймати рішення та відповідати за їх наслідки. Студенти, що навчаються на філологічному факультеті, вважають що особистісне та професійне зростання більшою мірою залежить від зовнішніх обставин – керівництва, везіння або невдач.

Вивчення структурних компонентів «образу-Я» показує, що студенти – психологи переважно ідентифікують себе із майбутньою професією («майбутній психолог»), образ-Я відрізняється більшої суб'єктивністю («цілеспрямована», «самостійна», «Я-особистість», «Я-індивідуальність»). У структурі «образу-Я» студентів-філологів більш характеристик, що пов'язані з процесом творчості: «Я-творець», «Я-творчість», «Я-творча особистість».

Отже, підсумовуючи вищенаведене можна зазначити, що психологічна освіта позитивно впливає на розвиток самосвідомості студентів. Позитивне самоставлення, адекватна самооцінка, інтернальний локус контролю, вміння приймати відповідальність за свої вчинки на себе – це безпосередні умови саморозвитку та самовдосконалення особистості, що дає змогу оптимально соціалізуватися та знайти своє місце в суспільстві.

### **Список використаних джерел:**

1. Ismail N. Rediscovering Rogers's Self Theory and Personality. Scientific article Journal of Educational, Health and Community Psychology. 2015. № 3. P. 8.

2. Морозова О. Розвиток професійної самосвідомості у студентів: психолого-педагогічний аспект. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Вип. 13., 2015. С. 124-131.

3. Соколова І.М., Шайхлісламов З. Р. Психологічні особливості самоставлення в студентів-психологів. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*, серія Психологія, Вип. 4. 2021. С. 118-125.

4. Яворська-Ветрова І.В. Теоретичний аналіз проблеми самоставлення: ціннісний аспект. *Актуальні проблеми психології*. Житомир: Видавництво ЖДУ імені І. Франка, 2017. № 6/ХІІ. С. 198–206.

**Репетій С. Т.,**

*кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

## **ФЕНОМЕН ДУХОВНОСТІ ЛЮДИНИ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО СТАНУ СУСПІЛЬСТВА**

**Анотація.** У статті розглядається розвиток духовності кожної окремої людини, що має вплив на стан усього суспільства у важкі для нього часи. Здійснюється екскурс в історію цивілізації, зокрема в період елінізму.

**Ключові слова:** дух, духовність, творча активність.

**Repetiy S. The phenomenon of human spirituality in the context of the modern state of society**

**Summary.** The article examines the development of the spirituality of each individual person, which has an impact on the state of the entire society in difficult times for it. An excursion into the history of civilization, in particular during the Hellenistic period,

**Key words:** spirit, spirituality, creative activity.

Сьогодні людство переживає важкі часи. Пандемії, зливи, землетруси, пожежі, економічні, політичні, духовні кризи викликають невпевненість у завтрашньому дні, відчуття тривоги, внутрішню дисгармонію. Особливо жахливий стан викликає війна, що відбувається у нашій країні та не залишає байдужими майже увесь світ.

Історія людської цивілізації свідчить, що подібні ситуації мали місце в її розвитку. Так, вивчення епохи елінізму свідчить, що у період війни, соціальної катастрофи людство шукало спасіння, заспокоєння, душевну рівновагу, духовні ціннісні орієнтації у своїх внутрішніх структурах шляхом відсторонення від зовнішнього світу і зануренням у себе.

У філософській думці цього періоду людина займає центральне місце. Філософи звертаються до творів мислителів минулого, як до джерел, черпаючи творчі сили і насагу. Так, Епікур (341 р. до н. е. – 270 р. до н. е.), засновник течії епікурейства, звертаючись до вчення Демокріта (460 р. до н. е. – 360 р. до н. е.), зазначає, що душа має атомістичну структуру і помирає разом із тілом. Тому душевний спокій, на думку філософа, полягає у задоволенні природних потреб, уникненні суспільних відносин і усамітненому способі життя [5].



Найбільш поширеною течією в період еллінізму став стоїцизм, засновником якого вважається Зенон із Кітіона (336 р. до н.е. – 264 р. до н.е.). На думку Зенона, який звертався до вчення Сократа, душевне самовладання та незалежність від зовнішнього світу можна зберегти тільки у життєдіяльності в гармонії з природою. Природу стоїки розглядають як фатум, неминучість. Природа підкорюється космічним законам. Людина, як мікрокосм, має теж підкорюватись цим законам. Пізнати ці закони можливо мудрецам, дух яких, на думку Л. Сенеки (04 – 65 р.р.), представника римського стоїцизму, повинен бути подібним божественному. Л. Сенека вважав, що розум людини – це ні що інше, як частина божественного духу, що занурена в тіло людини. Його вираз: «Все, що ти бачиш, у чому розміщене і божественне, і людське, – єдине: ми – тільки члени величезного тіла. Природа, що із одного і того ж нас створила і до одного призначила, народила нас братами» [5, с. 316].

Свій внесок у розвиток духовності людини, зокрема, у філософський аспект антропології зробив послідовник Л. Сенеки, Епіктет (50 – 150 р.р. н.е.). Він наголошував на тому, що порівнювати свої бажання та підпорядковувати своє життя потрібно відповідно до природи: «Подібно до того як розум панує над людиною, так і в світі панує світовий розум – Логос (Бог). Бог – найвища інстанція, перед ним земні правителі та володарі нікчемні. Пізнання себе, свого Логосу – це шлях до пізнання свого божественного начала і самого Бога. Тіло і розум дав людині Бог для того, щоб тіло не було їй підвладним, а розум був вільним у своїх бажаннях, своєму виборі» [4, с. 116].

Філософія стоїків показала шлях духовного розвитку людини, мета якого полягає у набутті досконалості, яка, за словами Л. Сенеки, подібна до Бога. Ця філософія набула широкого розвитку в період середньовіччя і подальшій науці, впритул до сьогодення.

Таким чином епоха еллінізму сприяла розвитку духовності людства: переходу від зовнішнього споглядання Логоса до внутрішнього його пізнання.

Філон Александрійський є одним із перших філософів, що дав характеристику духу. За Філоном дух – це мудрість, пізнання, Божественна сила, Логос. Людина отримала дух як дар Божий. Отже, наявність духу є репрезентацією людини, що відрізняє її від усього сутнього. Дух є її ядром і показником духовності.

Проблема духу, духовності цікавить філософів-класиків, педагогів, психологів та інших вчених сьогодення.

Так, М. Бердяєв відмічає такі властивості духу, як свобода, сенс, творча активність, цілісність, любов, цінність, звернення до вищого божественного світу та єднання з ним. Вчений зазначає, що саме через

дух людини є образом і подобою Божою. Духовність за М. Бердяєвим, є «найвища якість, денність, найвище досягнення в людині» [1, с. 233].

Сучасні вітчизняні вчені Г. Васянович і В. Онищенко вважають, що дух є божественним началом у людині і підкреслюють, що особистісний дух людський є подобою Божою.

На думку іншого сучасного вітчизняного вченого В. Баранівського, у найзагальнішому розумінні, дух – це філософська категорія для позначення здатності особистості розкривати зміст буття в його достеменності й за допомогою цього ставитися конструктивно й творчо до власної життєдіяльності. Дух являє собою особливе – духовну форму опанування світу людиною й разом з тим форму саморозвитку самої людини.

Отже, особистий дух пізнає і сам себе творить шляхом духовної праці, яка не може закінчитись до кінця життя людини. Крім внутрішнього самотворення, духовна діяльність результується у зовнішній, соціокультурній діяльності. На це звертає увагу у своїх дослідженнях С. Кримський, який розглядає дух як «потенціал творчої активності, того переходу від стану речей до стану ідей, що постійно здійснюється всередині діяльності. Дух характеризує самоздійснення суб'єкта, його здатність відтворювати себе у предметному світі та розпредмечувати цей світ через творчу особистість» [6, с. 177].

У психології більшої уваги надається дослідженню духовності. Так, духовність В. Берлов розглядає як «...володіння позитивно спрямованою енергією життя, енергією любові, енергією творчості, яка розуміється як божественна одухотвореність, особлива сила внутрішньої чистоти і внутрішнього благородства, як піднесеність внутрішнього світу людини, спроможної підняти над матеріальною суетою своєї корисливої життєдіяльності» [2, с. 64]. Автор вважає, що духовність – це реальна спроможність самотворення в собі людини розумної, яка переступила поріг «звіриної першооснови».

При цьому, за В. Берловим, енергія життя – це рушійна сила, що забезпечує виникнення, розвиток, функціонування всіх життєвих процесів об'єктивної діяльності, природа якої в масштабі невимірності, безмежності, позачасовості непізнання, таємнича, не підвладна розумінню її сутності обмеженої рамками відомого людським розумом [2, с. 277].

Енергія любові – це рушійна сила, яка живить усі без виключення позитивні якості та чесноти, що є складовими структури внутрішнього благородства людини та забезпечують розвиток у неї здібності віддавати себе іншому, створювати дружні типи поглибленого спілкування, володіти стабільністю гармонійного стану внутрішнього спокою розуму, душі і серця [2, с. 277].

Енергія творчості – надзвичайно енергоємна рушійна сила, яка живить творчу наснагу і забезпечує створення нового в різних сферах людської діяльності [2, с. 277].

Видатний вітчизняний вчений, академік В. Вернадський, надаючи важливого значення духу людини, вбачав у ній сутність Всесвіту, головну цінність світобудови. Вчений вважав, що під впливом наукової думки і людської праці біосфера перетворюється в новий стан – ноосферу. У зв'язку з цим В. Вернадським створена теорія «ноосферної людини», яку він трактував як глобальне інтелектуальне та моральне вдосконалення людства на фоні демократизації державної влади на основі соціального та духовного єднання зі збереженням «єдиної людської особистості» в ноосфері, союзу праці, розуму, наукової думки на рівні «особистість – суспільство – людство» з метою, «створення» нових форм життя людства [3].

Сучасні дослідники вважають, що екологічні катастрофи на землі, війни відбуваються з причини високого технічного інтелекту та низького рівня духовності, тому духовність і відповідальність вони пропонують розглядати як майже тотожні поняття, оскільки високоінтелектуальна особистість може бути егоїстичною і застосовувати набуті знання та вміння на шкоду іншим. Людина своєю техногенною діяльністю, спотвореним мисленням губить не лише себе, а й усю планету, забруднюючи навколишнє середовище. Вчені вважають, що від духовності кожної окремої людини залежить стан суспільства. Тому кожна людина повинна усвідомити сенс свого життя, визначити духовні ціннісні орієнтації, усвідомити велику відповідальність за свої думки, почуття, вчинки, очистити своє мислення, стати на шлях духовного самопізнання та самовдосконалення, а значить, і вдосконалення суспільства в цілому.

#### **Список використаних джерел:**

1. Бердяев Н. А. Дух и реальность. М. : АСТ; Харьков : Фолио, 2003. 679 с.
2. Берлов В. И. Психологический словарь: реалистическое миропонимание. Краснодар : Советская Кубань, 2001. 288 с.
3. Вернадский В. И. Философские мысли натуралиста. М., 1988. 519 с.
4. Кремень В.Г., Льїн В.В. Філософія: мислителі, ідеї, концепції. К.: Книга, 2005. 528с.
5. Таранов П. С. 120 философов: Жизнь. Судьба. Учение. Мысли: универсальный аналитический справочник по истории философии : в 2-х т. Симферополь : Реноме, 2005. Т. 1. 685 с.
6. Філософський енциклопедичний словник. К.: Абрис, 2002. 472с.

**Хорошун К. Ю.,**

*аспірант кафедри психології особистості та соціальних практик  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

*Науковий керівник: Столярчук О. А.,*

*доктор психологічних наук,*

*доцент кафедри психології особистості та соціальних практик  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

## **КОРЕЙСЬКА ПОП-КУЛЬТУРА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ САМОСВІДОМОСТІ**

**Анотація.** В роботі розглядається проблема впливу корейської поп-культури на формування самосвідомості українців. На основі теоретичного аналізу визначено основні засоби цього впливу на самосвідомість, зокрема музика, кінематограф, дорами, дизайн, технології та сфера краси.

**Ключові слова:** самосвідомість, корейська поп-культура, корейська хвиля, К-поп.

### **Khoroshun K. Korean pop-culture as a factor in the formation of self-awareness**

**Summary.** The paper deals with the problem of influence of korean pop-culture on the formation of self-awareness of Ukrainians. Based on theoretical analysis, the main means of this influence on self-awareness are determined, in particular music, cinematography, dramas, design, technology and the field of beauty.

**Key words:** self-awareness, korean pop-culture, korean wave, K-pop.

Самосвідомість як складний психічний процес вивчалась багатьма науковцями. Нові виклики часу актуалізували наукові пошуки в цьому напрямку. Зокрема, в українській психології самосвідомість, особливості її формування та структуру вивчали М.Й. Боришевський, О.П. Сергєєнкова, О.А. Столярчук, О.П. Таран, П.Р. Чамата, О.М. Шевцова та ін. Так, П.Р. Чамата стверджував, що формування самосвідомості відбувається під час взаємодії людини із навколишнім середовищем та іншими людьми. М.Й. Боришевський також зазначає, що під час формування самосвідомості важливу роль відіграє не тільки те, як людина взаємодіє з іншими (як зовнішній фактор), а й те, як сама людина сприймає цю взаємодію та впливи, які здійснюються (як внутрішні умови) [1, с. 119].

Здатність людини усвідомлювати саму себе, власні риси та якості, мотиви поведінки, інтереси та позицію в суспільстві називають самосвідомістю. В процесі її формування беруть участь різні інститути (дитячий садок, школа, університет), сім'я, друзі, оточуюча культура, а також мережа Інтернет.

Формування самосвідомості сучасних українців відбувається під впливом глобалізаційних процесів. Глобалізація відкриває багато можливостей для культурного та інформаційного обміну, духовного зростання особистості. Зокрема, українське суспільство перебуває під впливом нових масових культурних течій. І однією з них є корейська поп-культура. ЗМІ, мережа Інтернет та соціальні мережі активно сприяють поширенню цієї поп-культури на теренах України.

Глобальне поширення корейської поп-культури по світу почалось з кінця 90-х років ХХ ст. за ініціативи держави [4, с.28]. Цей процес отримав власний термін – Корейська хвиля (англ. Korean wave), що і означає вплив, який здійснює Республіка Корея своїми продуктами (зокрема медіа продуктами та продуктами технологій) [2, с. 16]. Своє розповсюдження корейська хвиля почала з Японії та Китаю, але за останні 10 років активно поширилась в США, країнах Європейського Союзу та в Україні.

Корейська поп-культура орієнтована на широкі верстви населення, має унікальні елементи (k-pop, k-move, k-drama, k-beauty, k-design, k-technology та ін.) і є комерційно успішною. Завдяки цій популярності відбувається вплив на формування самосвідомості особистості. В Україні корейська поп-культура має вплив переважно на молодь, яка захоплюється музикою, кінематографом та серіалами корейського виробництва [5, с. 66].

Можна виділити такі напрями корейської поп-культури, які є популярними в Україні та здійснюють вплив на формування самосвідомості українців: музика (k-pop як музичний жанр та співаки (айдоли) як особистості, що просувають та популяризують музику і є взірцем для наслідування); кінематограф та серіали (дорамі) (історії, які розкривають нові життєві сценарії, актори, які передають живі емоції та персонажі, які стають прикладами різних моделей поведінки); мода та стиль (цікаве та унікальне бачення речей); сфера краси (популяризація якісної продукції, яка формує бачення того, що є красивим); відеоігри (розроблення та просування нового онлайн світу з унікальною графікою та сюжетом); технології (якісні девайси, надійна техніка, які посилюють імідж Республіки Корея); кухня (передає традиції, своєрідні смаки).

K-pop як доволі новий жанр музики поєднує в собі декілька стилів поп-музики. Його особливістю є поєднання самої музики та відпрацьованих виступів, які захоплюють своєю візуальною складовою.

Співаки, яких в Республіці Корея називають «айдоли» (англ. idol), мають великий вплив на аудиторію [3, с. 51]. Вони є інфлюенсерами з ретельно вибудованим позитивним іміджем, які розповідають про поп-культуру, її цінності та напрямки, піднімають важливі для суспільства теми (дружба, любов до себе, булінг, подолання життєвих перешкод та ін.). Постає айдола стає об'єктом захоплення та наслідування, відіграє роль старшого брата/сестри, значущого дорослого чи партнера, який допомагає формуванню навички соціальної взаємодії. Порівнюючи себе з айдолом, особистість здійснює самоаналіз власних якостей і можливостей, відповідно, це порівняння впливає на самооцінку. Захопленість оригінальними танцями та участь в українських coverdance командах допомагає молоді в дослідженні власного фізичного Я.

Вплив музики k-pop на особистість здійснюється на емоційно-естетичному рівні сприйняття й сприяє формуванню певних рис та якостей характеру, естетичних смаків та потреб, є поштовхом до пробудження творчих здібностей. Значне пісенне різноманіття k-pop формує новий емоційно-образний досвід українців та передає унікальний корейський культурний досвід, який впливає на формування установок та ціннісних орієнтацій.

Також кінематограф та серіали (дорами (англ. drama)), що здобули світове визнання, здійснюють значний вплив на формування самосвідомості. Вони притягують глядача цікавими сюжетами, живою грою акторів та візуальною складовою, відображають особливості культури та поведінки. Часто сюжети зосереджені на історії кохання, де в центрі уваги також є родинні зв'язки. Українці, переглядаючи корейські кінострічки, навчаються, засвоюють нові моделі поведінки та цінності, здобувають новий досвід, покращують емоційний стан. За допомогою ідентифікації з новими персонажами відбувається трансформація змістових характеристик в структурі Я-концепції особистості.

Зацікавленість особистості в корейській музиці та кінематографі формує запит на вивчення корейської мови. Зацікавленість в цих елементах поп-культури розширює картину світу, допомагає знайти нових друзів зі схожими уподобаннями і це впливає на формування нового Інтернет-середовища для українців. Створюється новий україномовний контент, який розповідає про корейську поп-культуру та допомагає реалізувати творчий потенціал українців.

Корейська мода (k-fashion), дизайн (k-design) та сфера краси (k-beauty) також здійснюють вплив на формування самосвідомості українців. Збільшується попит на якісну корейську продукцію, в магазинах пропонують окремі стелажі з різноманітними брендами корейської косметики, а ідея корейського догляду за шкірою

поширюється серед українок. Дизайнери одягу, дизайнери-ілюстратори, графічні дизайнери створили новий та авторський лаконічний і естетичний стиль, який стає затребуваним та впливає на формування естетичного смаку українців.

Отже, кожен із зазначених напрямів зараз активно розвивається на теренах України, тому їх вивчення та дослідження залишається актуальним. Корейська поп-культура привносить нові цінності, моделі та схеми поведінки, створює нові образи для наслідування, сприяє формуванню особистості українців.

Перспективою подальших досліджень є детальне вивчення впливу корейської поп-культури на формування різних структурних компонентів Я-концепції, а також дослідження проявів позитивного та негативного впливу на формування образу «Я» сучасних українців.

### **Список використаних джерел:**

1. Боришевський М.Й. Самосвідомість як фактор психічного розвитку особистості. *Психологія і суспільство*. 2009. № 4. С. 119–126.
2. Гриценко В.С. «Корейська хвиля» у діалектиці культурного розвитку. *Українські культурологічні студії*. 2020. № 1. С. 13–17.
3. Осадча Л.В. Феномен корейської хвилі в метамодерному середовищі європейської культури. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв*. 2021. № 2. С. 49–56.
4. Стасевська О.А., Уколова В.О. Культурна дипломатія Республіки Корея. *Право та інновації*. 2021. № 4. С. 27–32.
5. Фурман В.В., Хорошун К.Ю. Психологічні особливості субкультури кей-поперів в умовах сучасної інформатизації суспільства. *Multidisziplinäre Forschung: Perspektiven, Probleme und Muster*: праці міжнар. наук.-практ. конф. 2 том (Відень, 9 квітня 2021 р.). Відень, 2021. С. 65–66.

МАТЕРІАЛИ  
МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ  
КОНФЕРЕНЦІЇ

**ПСИХОЛОГІЯ СВІДОМОСТІ:  
ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА  
НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ**

*9 грудня 2022 року*

*м. Київ, Україна*

Підписано до друку 12.12.2022. Формат 60×84/16.  
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Цифровий друк.  
Умовно-друк. арк. 8,84. Тираж 100. Замовлення № 0123-004.  
Ціна договірна. Віддруковано з готового оригінал-макета.

Надруковано: ТОВ «Liha-Pres»  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 6423 від 04.10.2018 р.  
Україна, м. Львів, 79012, вул. Кастелівка, 9  
Польща, м. Торунь, 87-100, вул. Лубіцка, 44  
Тел. +38 (050) 758 14 36.