



**Таврійський національний університет
імені В. І. Вернадського
Навчально-науковий гуманітарний інститут
Кафедра психології, соціальної роботи та педагогіки**

Міжнародна науково-практична конференція

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

8 грудня 2023 року

м. Київ, Україна

Організаційний комітет:

Боровенко Володимир Микитович – директор Навчально-наукового гуманітарного інституту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, к.ю.н., професор;

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

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.психол.н., професор;

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

Лозова Ольга Миколаївна – професор кафедри практичної психології факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, д.психол.н., професор;

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

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

Ernst Kozesnik – Technical University of Wien of Austria (Технічний університет Відень, Австрія), Professor;

Bernadetta Izydorczyk – Jagiellonian University Kraków (Ягеллонський університет у Кракові, Польща), Poland, Researcher, Clinical Psychologist, Professor;

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

П 86 **Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень** : матеріали міжнародної науково-практичної конференції), м. Київ, 8 грудня 2023 р. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2023. 128 с.

ISBN 978-966-397-353-1

У збірнику представлено матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень» (8 грудня 2023 року, м. Київ).

УДК 159.923.2:001.8(062.552)

ISBN 978-966-397-353-1

© Таврійський національний університет
імені В. І. Вернадського, 2023
© Українсько-польське наукове видавництво
«Liha-Pres», 2023

ЗМІСТ

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

Коркос Я. О.

Когнітивні викривлення у свідомості особистості.....8

Лозова О. М.

Проблематика і методологія досліджень дискурсу кризового суспільства 11

Семиченко В. А.

Диференціація теоретичних систем глибинної психології на основі принципу полярності 14

Шевченко Н. Ф., Горбань Г. О.

Професійна свідомість як основа становлення готовності до професійної діяльності..... 18

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

Дробот О. В.

Невербальне спілкування як спосіб комунікації та прояву підсвідомого22

Литвиненко О. О., Крапива М. С.

Можливості емпіричного дослідження долаючої поведінки цивільного населення під час війни25

Сова Т. В., Литвиненко О. О.

Особливості психоемоційних проявів особистості в дистанційних умовах професійної взаємодії28

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

Зарецька О. О.

Гібридні знакові форми кризових дописів у соціальних мережах.....33

Сітцева М. В.

Засоби анімації у формуванні атрибутивних стилів особистості.....37

НАПРЯМ 4. КОГНІТИВНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ, РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Антонюк Н. П.

Психологічні детермінанти волонтерської діяльності особистості..... 41

Бляхарський Я. О.

Психологічні чинники адикції від психоактивних речовин
у підлітків та її корекція..... 45

Дуwnych Н. А.

The potential of universities for veterans'
social entrepreneurship development 49

Кучинський В. О.

Формування стресостійкості у дітей
з інтелектуальними порушеннями у ранньому підлітковому віці
засобами арт-терапевтичних технологій 53

Маслянікова І. В.

Соціально-психологічна адаптація як загальна технологія роботи
із людьми похилого віку 57

Потапенко С. О.

Формування стресостійкості жінок в умовах воєнного стану..... 62

Пришляк А. Д.

Абілітація та соціально-психологічна реабілітація
військовослужбовців – учасників бойових дій..... 66

Тімоніна Є. О.

Виникнення стану залежностей як результат негативного прояву
переживання травматичних подій..... 70

Чистікова З. В.

Сутність поняття "асертивність" підлітка у психологічній науці:
основні наукові підходи..... 74

НАПРЯМ 5. ПСИХОДІАГНОСТИКА СВІДОМОСТІ, МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Кременчуцька М. К., Присяжнюк О. Я., Акопян А. Б.

Психологічні аспекти асоціативного методу вивчення
англійської мови 78

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

Гулько Ю. А.

Наслідування та аналогізування у предметно-практичній діяльності дітей раннього віку 82

Іванов К.

Розвиток свідомості школярів в умовах освітнього процесу 85

Морозов М. В.

Сенсомоторний розвиток дітей раннього віку в контексті задачного підходу 89

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

Костюченко О. В.

Психологічна роль одоративної складової світосприймання у життєдіяльності сучасника 93

НАПРЯМ 8. САМОСВІДОМІСТЬ І РЕФЛЕКСИВНА САМООРГАНІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

Біла І. М.

Формула щастя 98

Гергіль І. В.

Психологічні чинники реалізації життєвих планів особистості у зрілому віці 103

Кисленко Є. Д.

Вплив самооцінки на переживання самотності жінок 30–50 років 107

Копилова С. В., Желновацька В. Д.

Розвиток теоретичних підходів до проблеми дослідження стресостійкості особистості 111

Мітіна С. В.

Вплив Інтернет-простору на розвиток самосвідомості сучасної молоді 114

**НАПРЯМ 9. МЕНТАЛЬНІ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ
Й МІФОТВОРЧІСТЬ У СОЦІОКУЛЬТУРНОМУ ПРОСТОРИ
УКРАЇНИ ТА ІНШИХ КРАЇН**

Олійник У. В.

Образи в творах як фрагмент культури держави 119

Швець В. В.

Твори світової літератури як інструмент впливу
на формування психологічної стійкості молоді 123

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

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-1>

Коркос Я. О.,

аспірант,

викладач кафедри практичної психології

Київського університету імені Бориса Грінченка

Науковий керівник: Лозова О. М.,

доктор психологічних наук,

професор кафедри практичної психології

Київського університету імені Бориса Грінченка

КОГНІТИВНІ ВИКРИВЛЕННЯ У СВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті висвітлено роль когнітивних викривлень у контексті критичності свідомості, розглянуто чинники виникнення когнітивних викривлень та їх класифікації. У науковій праці наводяться окремі приклади когнітивних викривлень у свідомості та окреслюються перспективні дослідження у цій області.

Ключові слова: когнітивні викривлення, свідомість, критичне мислення, евристика, когнітивні помилки.

Korkos Ya. Cognitive bias of in the consciousness of personality

Summary. The article highlights the role of cognitive biases in the context of critical thinking, considers the factors contributing to the occurrence of cognitive biases, and explores their classification. The scientific work provides individual examples of cognitive biases in consciousness and outlines promising research in this field.

Key words: cognitive bias, consciousness, critical thinking, heuristics, cognitive errors.

Щороку експерти соціальної мережі для пошуку та встановлення ділових контактів LinkedIn створюють рейтинг загальних навичок, що на їх погляд будуть актуальні у цьому році. Критичне мислення щороку входить у десятку найбільш важливих навичок, що підкреслює значиму роль і запит серед роботодавців у сьогоднішній день.

Однією з ключових навичок критичного мислення є здатність особистості долати або протидіяти когнітивним викривленням. Під терміном «когнітивні викривлення» (КВ) розуміємо систематичні помилки у сфері сприйняття та переробки інформації, а також прийнятті рішень. Авторами поняття є А. Тверські та Д. Канеман, що у 1970-х роках, запровадили термін когнітивні викривлення для опису систематичних, помилкових моделей у сприйнятті та прийнятті рішень, що пояснюється обмеженістю певного ресурсу [9].

Виникнення КВ у свідомості людини зумовлено численними чинниками. По-перше, частина КВ покращують адаптивність поведінки особистості за рахунок підвищення швидкості, спрощення процесу прийняття рішення (*еволюційний чинник*). По-друге, КВ може трактуватись як епіфеномен, оскільки причиною деяких з них є обмежена обчислювальна здатність обробки інформації людським розумом (*функціональний чинник*). По-третє, соціальний вплив та ситуація може викликати зміну у психіці та поведінці людини (*соціальний чинник*). Останній чинник – *ціннісно-смісловий*, є наслідком взаємодії емоційних та пізнавальних процесів людини, а також їх зв'язком з морально-етичними, ціннісними аспектами людини.

Залежно від джерела появи, когнітивні викривлення можна розділити на три види: а) евристика – викривлення є результатом еволюційних обмежень або обмежень обробки інформації; б) викривлення управління помилками – упередження, що можуть виникати, якщо заангажовані рішення призвели до меншої ціни помилок, ніж неупереджені; в) артефакт – викривлення та помилки, що виникають, якщо актуальне завдання є еволюційно нетиповим для мозку [5, с. 726]. Альтернативну класифікацію пропонує Б. Бенсон, що розділяє когнітивні викривлення на чотири категорії: надлишок інформації, нестача смислу, необхідність швидкої реакції, згадування та запам'ятовування [4].

Виявлені та описані багатьма дослідниками когнітивної психології, евристики є особливим класом когнітивних викривлень. Оксфордський словник з психології визначає евристику як «приблизну та готову процедуру або практичне правило для прийняття рішення, формування судження або вирішення проблеми без застосування алгоритму чи порівняння всіх доступних варіантів, а отже без будь-яких гарантій отримання правильного чи оптимального результату» [1, с. 339]. Евристики, як і когнітивні викривлення, працюють автоматично, неусвідомлено для людини. Найбільш дослідженими серед евристик є чотири їх типи: афективна, доступності, закріплення та репрезентативності.

Афективна евристика – тенденція емоційної реакції впливати на варіанти вибору у прийнятті рішення [8]. Евристика доступності – стратегія винесення суджень про ймовірність події, основою для висновку є більш когнітивно доступна інформація, що збережена в пам'яті [2; 7]. Евристика закріплення – схильність оцінювати невідомі числові значення у сторону раніше сприйнятих чисел, навіть якщо ці числа не мають ніякого впливу на оцінюване значення [6]. Евристика репрезентативності: «стратегія для винесення категоричних суджень про певну особу чи мету на основі того, наскільки вона збігається з типовим чи середнім віком представника категорії» [3, с. 907].

На нашу думку, найбільш суттєвий вплив на мислення людини здійснюють такі когнітивні викривлення: ілюзорна кореляція, підтверджувальне викривлення та помилка влучного стрільця. Ілюзорна кореляція – це феномен сприйняття, що виражається у помилковій кореляції між двома змінними, що насправді або не мають взаємозв'язку, або мають зв'язок значно менший, ніж припускається (наприклад, мудрість та старість) [7, с. 248]. Підтверджувальне викривлення: «схильність знаходити докази, що підтверджують раніше сформовані очікування, зазвичай шляхом підкреслення й використання доказів підтвердження та заперечення або ігнорування пошуку доказів спростування» [3, с. 232]. Помилка влучного стрільця – вибір гіпотези в залежності від кінцевого результату. Таким чином, людина ретроспективно, постфактум коригує переконання або припущення під конкретний результат.

Отже, когнітивні викривлення суттєво впливають на сприйняття свідомістю навколишньої дійсності. Розуміння та визначення природи цих викривлень дозволяє не лише вдосконалити наші знання про функціонування людського розуму, але і розробити ефективніші стратегії протидії когнітивним викривленням.

Список використаних джерел:

1. A dictionary of psychology. Oxford University Press, 2015. URL: <https://doi.org/10.1093/acref/9780199657681.001.0001> (date of access: 25.08.2022).
2. Andreoletti C., Lachman M. E. Susceptibility and resilience to memory aging stereotypes: education matters more than age. *Experimental aging research*. 2004. Vol. 30, no. 2. P. 129–148. URL: <https://doi.org/10.1080/03610730490274167> (date of access: 27.08.2022).
3. APA dictionary of psychology (2nd ed.) / ed. by G. R. VandenBos. Washington : American Psychological Association, 2015. URL: <https://doi.org/10.1037/14646-000> (date of access: 16.01.2023).

4. Cognitive biases within decision making during fire evacuations / M. J. Kinsey et al. *Fire technology*. 2018. Vol. 55, no. 2. P. 465–485. URL: <https://doi.org/10.1007/s10694-018-0708-0> (date of access: 13.11.2023).

5. Haselton M. G., Nettle D., Andrews P. W. The evolution of cognitive bias. *The handbook of evolutionary psychology*. Hoboken, NJ, USA, 2015. P. 724–746. URL: <https://doi.org/10.1002/9780470939376.ch25> (date of access: 13.11.2023).

6. Kahneman D. *Thinking, fast and slow*. Worth Publishers, Incorporated, 2013.

7. Matsumoto D. *Cambridge dictionary of psychology*. Cambridge University Press, 2009.

8. The affect heuristic in judgments of risks and benefits / M. L. Finucane et al. *Journal of behavioral decision making*. 2000. Vol. 13, no. 1. P. 1–17. URL: [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1099-0771\(200001/03\)13:1%3C1::aid-bdm333%3E3.0.co;2-s](https://doi.org/10.1002/(sici)1099-0771(200001/03)13:1%3C1::aid-bdm333%3E3.0.co;2-s) (date of access: 25.08.2022).

9. Tversky A., Shafir E. *Preference, belief, and similarity: selected writings*. MIT Press, 2003. 416 p.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-2>

Лозова О. М.,

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

ПРОБЛЕМАТИКА І МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ ДИСКУРСУ КРИЗОВОГО СУСПІЛЬСТВА

Анотація. Трансформаційний стан свідомості соціуму визначено як змінений стан суспільної свідомості у часи комплексних соціальних криз. Дискурс трансформаційного стану суспільної свідомості визначено як множину комунікативних подій широкої семіотичної природи, які, реалізуючи функцію соціальної взаємодії, конституюють суспільство і культуру в часи суспільної кризи.

Ключові слова: дискурс, методи, психосемантика, суспільна свідомість.

Lozova O. Issues and methodology of research on the discourse of a crisis society

Summary. The transformational state of societal consciousness is defined as an altered state of public awareness during complex social crises. The discourse of the transformational state of public consciousness is described as a collection of broad semiotic events that, by facilitating social interaction, shape society and culture during times of social crisis.

Key words: discourse, methods, psychosemantics, public consciousness.

Соціальні кризи та потрясіння неминуче викликають трансформаційний, змінений стан свідомості соціуму, що детермінується переважно соціально-психологічними агентами. Дискурс трансформаційного стану свідомості визначаємо на підставі класичних його дефініцій як множину комунікативних подій широкої семіотичної природи (розмовне мовлення, текст, візуальний образ, жест, символ), які, реалізуючи функцію соціальної взаємодії, конституюють суспільство і культуру в часи суспільної кризи. Сфера публічного дискурсу трансформаційного стану свідомості охоплює собою різноманітні інформаційні простори: науковий (наприклад, дискурс захисту дисертації), освітянський (дискурс лекції, колоквиуму), політичний дискурс (виборчі дебати), дискурс ЗМІ (блогосфера в інтернет-дискурсі), правничий (дискурс судового засідання) тощо.

Конкретною науковою проблемою досліджень суспільного дискурсу в кризові часи є розкриття механізмів об'єктивної особистісних смислів в розгорнутому мовленні: формулювання думки за допомогою мови – знакової системи, що формує і зберігає поняттєву систему як узагальнене та опосередковане віддзеркалення реального світу. Оскільки свідомий смисл виражає відношення мотиву до мети дії, то психологічним змістом мовлення постає мотив-мета розуміти і бути зрозумілим, тобто не що інше, як механізми смисловираження та смислосприйняття. Частковість засвоєваних людиною знань визначає відмінності індивідуальних систем значень, завдяки чому основна мета мовленнєвої комунікації – розуміння – розглядається нами як подолання розривів у соціальному досвіді людей. Важливість цього положення для дискурсологічної сфери полягає у ствердженні активного характеру механізмів розуміння, що забезпечують успішність соціальних комунікацій. Особливої актуальності остання набуває в умовах кризової соціальної взаємодії.

Окремим питанням у дискурсі кризового суспільства є проблема трансформації смислу. Думка, що потребує втілення, вбирає в себе, окрім значення (знака), ще й мотиви, наміри, потреби мовця. Таким «суб'єктивізмом думки» виступає смисл. Внутрішнім механізмом

трансформації системи смислів нам уявляються процеси смислотворення, які не тільки продукують нові смисли, а й за певних умов реструктурують систему мовленнєво-мисленнєвої діяльності суб'єкта: в останньому – запорука відповідності між системою понять суб'єкта та реальності, яка в ній відображається. Дискурс трансформаційного стану свідомості конституюється на нових або трансформованих смислах: з'являються висловлювання з виразним конотативним змістом (експресія, емоції, оцінка, гамма ставлень до світу, до предмета мовлення, до співрозмовника, до ситуації мовлення). У дискурсі трансформаційного стану свідомості задовольняється потреба комунікантів висловити оцінку, емоції, не роблячи їх предметом висловлювання, а лише супроводжуючи ними висловлювання. Таким є, зокрема, свідомісне підґрунтя підвищеної інвективності кризового суспільного дискурсу.

Інвектива – своєрідна форма метафоризації. Психолінгвістична сутність метафоризації дискурсу полягає, на наш вигляд, у поєднанні двох планів змісту мовленнєвого акту, що найбільш явно вказує на рефлексію як подвоєне відображення дійсності («Я» – «Не-Я»). Відповідно, міру метафоричної номінативності можна трактувати як особливу величину – ступінь метафоризації дискурсу, ступінь використання раціонально спрямованих семантичних зрушень. Цей ступінь є оптимальним, якщо метафора дозволяє оцінити специфіку названого об'єкта і водночас передає достатньо ознак для віднесення об'єкта до якогось з наявних класів.

Стикаючись зі метафоричною номінацією, реципієнт постає не стільки перед завданням краще зрозуміти метафору, скільки перед завданням краще зрозуміти дискурс разом із нововведеннями, що були привнесені в нього метафорою. У нашій ситуації пізнавальний потенціал метафори залежить від того, наскільки віддаленою є категорія нового образу від категорії, на яку спрямований акт рефлексії. Іншими словами, наскільки великим є той рефлексивний стрибок, що провокується метафоризованим текстом. Чим більше «розведеними» є названі категорії, тим більший рефлексивний стрибок і тим більшою буде ймовірність оновлення досвіду реципієнта. Рефлексивний стрибок цінний тим, що стимулює особистість співвіднести досить віддалені між собою категорії, наприклад, свою власну суб'єктивність з оцінною діяльністю оточення

Особливу значущість у дослідженнях трансформаційного стану свідомості соціуму має методичний арсенал експериментальної психосемантики, серед якого: семантичні диференціали; асоціативний експеримент; метод семантичного радикала; методи класифікації стимулів; методи формування понять; методи суб'єктивного

шкалування; метод зображення або опису слів, станів, ситуацій, відносин; метод порівняння (розрізнення) стимулів; методи особистісних конструктів; метод мікросемантичного аналізу; метод опосередкованого дослідження значень; метод контекстної та семантичної реконструкції та конструювання.

У сучасній науці також активно використовується метод контент-аналізу, який дозволяє досліднику виявляти зміст (повідомлення, значення, символів) у джерелі комунікації, метод інтент-аналізу тексту, методика когнітивного картування.

Перспективні прикладні аспекти дослідницької галузі вбачаємо у створенні нових діагностичних методик, психотерапевтичних та тренінгових програм з питання подолання середовищних викликів з метою збереження та позитивних трансформацій суспільної свідомості у кризові періоди розвитку. Такий підхід актуалізує сферу досліджень основних когнітивних і ментальних ресурсів особистості та стратегій подолання зазначених викликів – активних і пасивних.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-3>

Семиченко В. А.,

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

ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ ТЕОРЕТИЧНИХ СИСТЕМ ГЛИБИННОЇ ПСИХОЛОГІЇ НА ОСНОВІ ПРИНЦИПУ ПОЛЯРНОСТІ

Анотація. Розкривається роль і особливості навчального предмету «Методичні та теоретичні проблеми глибинної психології» в формуванні методологічної культури і критичного мислення майбутніх практичних психологів. Основу відповідної роботи складає використання запропонованого К.Юнгом принципу полярності. Показано, що принцип полярності може бути використаний для порівняння окремих теоретичних систем за базовими ознаками, кожна з яких представлена у вигляді двох діаметрально протилежних полюсів. Виділено критерії і наведено приклади відповідної диференціації.

Ключові слова: глибинна психологія, методологічна культура майбутніх практичних психологів, ознаки і критерії диференціації, основні теоретичні системи, принцип полярності.

Semichenko V. Differentiation of theoretical systems of depth psychology based on the principle of polarity

Summary. The role and features of the educational subject "Methodical and theoretical problems of depth psychology" in the formation of methodological culture and critical thinking of future practical psychologists are revealed. The basis of the corresponding work is the use of the principle of polarity proposed by K. Jung. It is shown that the principle of polarity can be used to compare individual theoretical systems based on their basic characteristics, each of which is presented in the form of two diametrically opposite poles. Criteria are highlighted and examples of appropriate differentiation are given.

Key words: depth psychology, methodological culture of future practical psychologists, signs and criteria of differentiation, main theoretical systems, principle of polarity.

Метою викладання навчального курсу «Методичні та теоретичні проблеми глибинної психології» майбутнім практичним психологам є упорядкування і поглиблення знань студентів про природу несвідомого, розвиток критичного мислення, формування здатності до наукового аналізу провідних теоретичних систем в психології, вміння виявляти як їх позитивні сторони, так і недоліки і обмеження.

Зміст і специфіка даного курсу сьогодні більш-менш повно розкриті в ряді навчальних підручників і посібників, які були видані останнім часом [1–4]. Їх авторами, безумовно, проведено величезну працю з відбору і організації навчального матеріалу. Разом з тим слід відмітити і ряд проблем, які залишаються недостатньо вирішеними і сьогодні. Однією з них є прагнення авторів залучити до засвоєння величезну кількість авторських систем представників глибинної психології, що призводить до інформаційного перевантаження студентів, від яких фактично вимагається засвоювати навчальний матеріал на суто механічному рівні. Тому в процесі викладання нами цього курсу в процесі професійної підготовки майбутніх практичних психологів в Національному авіаційному університеті основну увагу було зосереджено на визначенні основних смислових орієнтирів [5, с. 187–196.]. В якості одного з орієнтирів виступило завдання формування у студентів методологічної культури як здатності аналізувати наукові погляди різних авторів, визначати базові ознаки певних наукових шкіл і виіляти їх сутнісні ознаки.

Вирішення цього завдання важливе ще тому, що під час вивчення даного курсу студенти повинні засвоїти дещо іншу логіку роботи з навчальним матеріалом: за правилами гуманістичної парадигми, на відміну від традиційної – природничо-наукової. Це може призвести до

певної втрати поваги до нормативних процедур наукового пізнання, захоплення емоційно насиченими формами інтерпретації психологічних фактів, яких дуже багато в глибинній психології, і т.ін. Це висуває перед викладачем проблему такого подання навчального матеріалу, при якому гуманітарний і природничо-науковий підходи виступають перед студентами не як антагоністи, а як взаємодоповнюючі форми пізнання і організації практичної діяльності.

Одним з можливих способів такого подання матеріалу є звернення до запропонованого К.Юнгом пояснення руху психічної енергії через принцип полярності. Нагадаємо, що в його основі лежить твердження, що кожному бажанню, кожній властивості відповідає його протилежність. Якщо людина свідомо прагне до певної мети, то в несвідомому присутній протилежний намір, чим пояснюється несвідомий зрив свідомих намірів.

За думкою Юнга, психічна діяльність людини цілком підпорядковується принципу полярності. Кожному полюсу протистоїть антиполюс. Такими протилежними полюсами можуть бути розум і почуття, дисципліна і безлад, любов і ненависть, боязнь і довіра, чоловік і жінка, дух і плоть. Мета психолога – привести людину в цілісність через інтеграцію протилежностей. Шлях до цього лежить через усвідомлення людиною своєї несвідомої частини.

Неважко помітити, що принцип полярності фактично співпадає з діалектичним принципом єдності і боротьби протилежностей, який складає методологічну основу пізнання динамічних явищ в будь-якій сфері (в природі, в суспільстві, в психічних проявах). Разом з тим його використання в межах аналізу глибинних явищ психіки потребувало уточнення відповідної термінології

В той же час логічно припустити, що принцип полярності може бути використаний не тільки при аналізі психічних явищ на рівні особистості, а і при порівнянні окремих теоретичних систем за певними базовими ознаками, кожна з яких може бути представлена у вигляді двох діаметрально протилежних критеріїв. Виділено наступні ознаки і критерії (в дужках наводяться прізвища авторів, в теоретичних системах яких було виявлено тяжіння до того и іншого полюсу).

1. *Ознака «ступінь активності»*. Критерій «Активність»: людина може змінити власну долю, якщо буде прикладати відповідні зусилля (О. Ранк, Л. Бінсвангер, В. Франкл). Критерій «Пасивність»: ставлення до людини як «жертви долі», яку вона сама нездатна подолати. (З. Фрейд, М. Кляйн, К. Абрахам).

2. *Ознака «Провідний фактор розвитку»*. Критерій «Біологічний»: провідний фактор – біологічний, тобто, розвиток людини визначається процесами, що відбуваються в її організмі (З. Фрейд, К. Абрахам,

А. Менегетті). Критерій «Соціальний» – таким фактором виступає вплив соціуму (Е. Фромм, К. Хорні, А. Адлер, Г. Салліван).

3. *Ознака «Кількість факторів, вплив яких враховується».* Критерій «Однофакторність»: процес розвитку повністю детермінований одним фактором (З. Фрейд, К. Абрахам, М. Кляйн). Критерій «Багатофакторність»: – визнається наявність двох і більше факторів, які надають суттєвий вплив на розвиток людини (Ф. Перлз, Р. Ассаджіолі).

4. *Ознака «Факсація уваги».* Критерій «Минуле»: основні подій в житті людини відбувались у минулому, яке жорстко детермінує те, що відбувається сьогодні (З. Фрейд, М. Кляйн, Г. Фрейд). Критерій «Майбутнє»: те, що відбувається сьогодні, визначається тим, як людина зорієнтована, уявляє і планує своє майбутнє (Е. Фромм, В. Франкл, Г. Салліван).

5. *Ознака «Раціональність – ірраціональність».* Критерій «Раціональність»: події, що відбуваються на всіх рівнях психіки, може бути піддано аналізу на основі вербальних засобів (К. Хорні, Е. Фромм). Критерій «Ірраціональність»: те, що пов'язано з несвідомим, не може бути повністю відображено і усвідомлено на основі навних пізнавальних засобів, виходить за межі традиційної логіки (Л. Бінсвангер, К. Юнг, А. Менегетті).

6. *Ознака «Характер детермінації».* Критерій «Жорсткість»: причина як закон визначає характер наслідків (З. Фрейд, Г. Фрейд, М. Кляйн, К. Юнг) Критерій «Гнучкість»: відносини між причиною і наслідком є гнучкими, виступають скоріше як тенденції (Ф. Перлз, Е. Берн, Г. Салліван)).

7. *Ознака «Ступінь цілісності».* Критерій «Системність (холізм)»: будь-яке явище розглядається як частка певної цілісності, яка проектує свої властивості на цю частку (Ф. Перлз, Р. Ассаджіолі). Критерій «Елементаризм» – ціле розглядається як сума відносно незалежних частин, при відділенні частки від цілого його властивості (Е. Еріксон).

Здійснення такої диференціації основних теоретичних систем глибокої психології дозволило чіткіше представити їх специфіку і розкрити схожість і відмінності між ними за об'єктивними критеріями, упорядкувати загальну картину глибокої психології.

Список використаних джерел:

1. Гриньова-Ваховецька Н. В. Основи глибокої психології : навчально-методичний посібник. Умань : Візаві, 2013.

2. Емішянц О. Б. Сучасні теорії глибокої психології : навчально-методичний посібник. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2020.

3. Кокоріна Ю. Є. Глибока психологія (у короткому викладі) : навчально-методичний посібник. Одеса : Астропринт, 2021.

4. Медвідь Є. С. Основи глибинної психології : навчальний посібник. Ніжин, 2016.

5. Семиченко В. А. Сміслові орієнтири викладання навчального предмету «Методичні та теоретичні проблеми глибинної психології». *Вісник Національного авіаційного університету. Серія : Педагогіка. Психологія* : зб. наук. пр. К. : НАУ, 2020. Вип. 1(16). С. 187–196.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-4>

Шевченко Н. Ф.,

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології
Запорізького національного університету*

Горбань Г. О.,

*доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології
Запорізького національного університету*

ПРОФЕСІЙНА СВІДОМІСТЬ ЯК ОСНОВА СТАНОВЛЕННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Анотація. Проаналізовано особливості трактування професійної свідомості як основи становлення готовності до професійної діяльності. Визначено основні складові, що забезпечують ефективність становлення професійної свідомості та фундаментальні умови розвитку суб'єкта діяльності та професійної підготовки.

Ключові слова: свідомість, професійна свідомість, професійна діяльність, готовність до професійної діяльності.

Shevchenko N., Gorban G. Professional consciousness as the basis of becoming ready for professional activity

Summary. Features of the interpretation of professional consciousness as the basis of readiness for professional activity have been analyzed. We have determined the main components that ensure the effectiveness of professional consciousness formation and the fundamental conditions for the development of the subject of activity and professional education.

Key words: consciousness, professional consciousness, professional activity, readiness for professional activity.

Складність вирішення зазначених питань посилюється невизначеністю, розмитістю, часом суперечливістю формулювання ключових категорій цього поля проблем. Тут ми маємо усвідомлювати, що поняття «свідомість» в усіх підходах щодо його трактування немає однозначного розуміння та визначається залежно від завдань аналізу. Одночасно чітке розуміння цього поняття є базовою, фундаментальною методологічною проблемою сучасної психології [2; 3; 5].

Ми маємо на меті наповнити розуміння поняття «професійна свідомість» у контексті становлення готовності до професійної діяльності. Категорією «професійна свідомість» можна охопити всі прояви свідомості особистості, які пов'язуються з її професійною діяльністю і визначаються багатьма чинниками: місцем професії у структурі суспільного виробництва; ставленням самої особистості до професії, до її представників та до себе як носія окремої професії [1].

Саме професійна свідомість відображає визначений спеціалізований контекст й специфіку певного фаху, які значущо залежать від професійної приналежності групи або індивіда, тобто це така множина проявів свідомості, яка дає можливість окреслити уявлення та регуляцію активності щодо приналежності до певної професії. Врахування відмінностей визначається шляхом системного поєднання загальної функції відобразити та обумовлювати життєдіяльність особистості в професії та й акумуляцію загальних соціальних норм відповідної професійної групи.

Отже, можна говорити що становлення професійної свідомості здійснюється у внутрішньому індивідуалізованому процесі побудови уявлень про власні професійні якості та дії, які необхідні для ефективної професійної діяльності, та нормативно визначеними моделями професійної ідеології та суспільних вимог до фахівця-професіонала [1; 4].

Ми вважаємо, що саме процес навчання у виші має можливість забезпечити простір для становлення базових конструктів професійної свідомості. Зовнішня картина професійного світу задається системою професійної взаємодії в певних професійних (навчальних або реальних) ситуаціях, яка спирається на знання вимог, що регулюють відносини фахівців між собою.

Опанування в освітньому просторі професійними змістами, рефлексія професійних смислів задає умови для появи системи індивідуальних переконань, світогляду, цінностей, що трансформуються у власне особистісне бачення місії фахівця-професіонала. Саме цей внутрішній суб'єктного аспект і конкретизує зміст професійної свідомості фахівця, в його професійних знаннях вміннях, цінностях та

ідеалах, які засвоюються ним під час фахової підготовки й безпосередньої діяльності.

Професійна свідомість є системним психологічним утворенням, предметом відображення якого є конкретна професійна діяльність і функцією, якого є регуляція відповідної сфери соціальної активності людини. Її системність виявляється в багаторівневому утворенні, в якому щонайменше інтегровані:

- система взаємопов'язаних професійних знань, цінностей, ідеалів, норм, свідомих і несвідомих установок та уявлень;
- професійно важливі якості особистості та здатність до ціннісно-смыслового саморегулювання в професійній діяльності;
- ціннісне ставлення до професії, її представників, до себе як професіонала;
- оперативні знання про функціонування професійної системи, її елементів, програм дій.

Отже, становлення професійної свідомості охоплює всі прояви свідомості особистості, які пов'язуються з її професійною діяльністю, а саме:

- місце професії в професійній структурі суспільства;
- ставлення особистості до власної професії, до її представників та до себе як представника професії;
- значущість професії в системі суспільних відносин;
- усвідомлення рівня здобутих професійних знань та вмінь;
- здатність до самоаналізу стосовно перспектив власного професійного розвитку;
- якість сформованих компетентностей;
- набуті професійні ідеали, уявлення про еталон професіонала;
- професійні досягнення.

Професійна свідомість є категорією, яка відображає зміст процесу професійного становлення та розвитку фахівця та забезпечує професійну активність і планування професійного шляху як фундаментальної умови розвитку суб'єкта діяльності та професійної підготовки, і саме вона є основним вузлом, де зосереджені розбіжності між практикою підготовки фахівця та його конкретною професійною діяльністю. Рівень сформованості професійної свідомості є показником професійного самовизначення фахівця.

Основою становлення професійної свідомості є професійне самопізнання, алгоритми і техніки здійснення якого набуваються під час опанування професією у закладі вищої освіти. Важливим тут є процес пізнання особистістю себе як суб'єкта професійної діяльності, завдяки механізмам рефлексії та ідентифікації, які опановуються й розгортаються саме в освітньому просторі.

Професійне самопізнання акумулює:

- розуміння і прийняття умов і вимог конкретної діяльності, визначеного зразка професійної поведінки і відносин,
- пізнання й осмислення своєї ролі в сфері цих соціальних взаємин [1].

Професійне самопізнання задає вісь трансформування професійної свідомості як найважливішої категорія, яка реально відображає суть процесу професійного становлення й розвитку фахівця, в професійну самосвідомість, яка є цілісним образом власної системи професійних відносин, установок і дій.

Отже, професійна свідомість як основа становлення готовності до професійної діяльності може бути подана як перехід, основу якого складає професійна самосвідомість, в якій відбувається трансформація професійного самопізнання в професійну самосвідомість. *Самопізнання* в пошуках професійних смислів і рефлексії набутих знань наповнює професійну *свідомість* уявленнями про систему світоглядних переконань і цінностей, які трансформуються у власне особистісне бачення місії фахівця-професіонала, його професійну *самосвідомість*.

Список використаних джерел:

1. Горбань Г. О., Шевченко Н. Ф. Професійна свідомість психолога: структурно-функціональний аналіз. *Проблеми сучасної психології*. 2022. № 1. С. 16–26.
2. Швалб Ю. М. Свідомість як відношення людини до світу. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4(18). С. 154–166.
3. Шевченко Н. Ф. Розвиток професійної свідомості психолога: від концепції О. М. Леонтьєва до авторської моделі. *Психологія і суспільство*. 2018. № 3–4(73–74). С. 82–90.
4. Шевченко Н. Ф., Чепішко О. Професійна свідомість практикуючих психологів-початківців: специфіка розвитку. *Journal of Psychology Research*. 2019. № 29(8). С. 97–106.
5. Shevchenko N. F. Professional consciousness: theoretical structure and functional levels. *American Journal of Fundamental, Applied and Experimental Researches*. Issue: 1(4). Publ.: Ukraine and Ukrainians Abroad Non-for-profit Corporation, New York NY, USA, 2017. P. 112–121.

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

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-5>

Дробот О. В.,

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

НЕВЕРБАЛЬНЕ СПІЛКУВАННЯ ЯК СПОСІБ КОМУНІКАЦІЇ ТА ПРОЯВУ ПІДСВІДОМОГО

Анотація. Представлено основні прояви, ознаки невербального спілкування у професійній діяльності менеджера як способу комунікації у світі його підсвідомих намірів, ставлень в процесі професійної взаємодії. Визначаються такі підсвідомі сигнали які зв'язані з управлінською свідомістю як професійною.

Ключові слова: невербальне спілкування, спосіб комунікації, менеджери, управлінська свідомість.

Drobot O. Non-verbal communication as a way of communication and manifestation of the subconscious

Summary. The main manifestations, signs of non-verbal communication in the professional activity of the manager as a way of communication in the world of his subconscious intentions, attitudes in the process of professional interaction are presented. The following subconscious signals are identified, which are connected with managerial consciousness as their professional one.

Key words: non-verbal communication, method of communication, managers, managerial consciousness.

Один із способів комунікації й результативної організації, наприклад, ділових перемовин – невербальне (несловесне) спілкування. Це різна тілесна зміна – положення тіла (жести, міміка, пантоміміка), інші способи зовнішнього невербального передавання емоційних станів особи (приміром, почервоніння, збліднення, зміна ритму дихання тощо), що є засобами обміну відомостями, несловесною інформацією

між особами. Можна сказати, це сфера невербальної поведінки людини. Водночас мовиться про види її поведінкової діяльності, що не має зв'язку з мовою, проте такі, які здійснюють комунікативну функцію (приміром, розташування особи в просторі, спосіб тримати певні речі та ін.). У психології менеджменту визначається, що під час взаємодії менеджерів з іншими вагома частина комунікацій відбувається через невербальні способи, що відображає наміри особистості управління, його скриту мотивацію. Налагодження менеджером ділового контакту нерідко перебуває в залежності не стільки від того, про що він розкаже, скільки від того, як він розкаже – уміє переконати, заставити щось зробити, як він може триматися і «у нього на обличчі ні чого не написано». Через це істотну роль відіграють надіслані підсвідомі сигнали – вирази обличчя, рух рук, пози тіла, положення у просторі та інш., і тому, їх потрібно правильно розпізнавати, «зчитувати», усвідомлювати, розуміти для ефективної професійної взаємодії.

В сучасних реаліях міміка, жести, постава і тембр голосу людини – це потужні інструменти комунікації. В психології зазначені складові мають назву невербальні сигнали, чи мова тіла. Переважна частина усвідомлює, яку роль відіграє, приміром, похмурий погляд чи схрещені руки, проте мало хто розуміє, що поведінка й тіло людини – це історія її життя, особливості характеру, індивідуальні переваги, відношення до роботи та інше. Хоч гарантія успіху як в особистих, так і в професійних стосунках зводиться до здатності особи мати здатність гарно говорити, найбільш голосно промовляють не слова, що застосовуються, а невербальні сигнали, або «мова тіла». Мовою тіла є застосування фізичної поведінки, висловлювань та манер з метою невербальної комунікації, що нерідко відбувається не свідомо, а інстинктивно.

Незважаючи на те, розуміє особа це або ні, коли співдіє з іншими, вона весь час подає й одержує безсловесні сигнали. Всі невербальні манери поведінки, жести, котрі робляться особою, її постава, тембр голосу, зорові контакти, все зазначене надсилає потужні повідомлення. Вони здатні розслабити оточення, сформувані довіру й привернути інших до себе чи завдати образи, заплутати та ослабити те, що стараються передати. Згадані повідомлення продовжуються, якщо особа теж припиняє розмовляти. Навіть якщо вона мовчить, все одно комунікує невербальним чином з неусвідомлюваним змістом для співрозмовника, де він просто відчуває, що на справді відбувається..

Дану проблематику досліджували чимало науковців, зокрема Ф.Бацевич [1], А. Вінницька [5], К. Гірняк[2], П. Горностай [3], Корнієнко і О. Мельник [6], В. Грищенко, Л. Комарницька, Р. Кравець, Г. Приходько, Л. Харченко, та інші.

Під час ділових переговорів для налагодження та збереження контакту вагоме значення має якраз керування своєю поведінкою, що зводиться до здатності суб'єкта узгоджувати власні жести, міміку й інші рухи тіла із намірами. Наміри тісно пов'язані з управлінською свідомістю людей, професія яких тісно зв'язана з управлінською діяльністю [4]. Тобто, це такі ненавмисні її проявлення. Можна сказати, що суб'єкт повинен вміти здійснювати регулювання своїх рухів, аби вони не ставали на заваді, а навпаки – підтримували основну думку, допомагали їй більш конкретно виражати. Також суб'єкт має контролювати власний психологічний стан (керувати негативними емоціями: не сердитися, не підвищувати голос, не прискіпуватися до сказаного, не ображатися, а намагатися стати стриманим, терплячим, уважним, привітним). Зазначена дія націлена на оптимізацію комунікації (застосовуються невербальні способи комунікації з метою актуалізації тези та формується відповідне психологічне підґрунтя для взаємодії суб'єкта й аудиторії).

Щоб професійна діяльність була вдалою, менеджер повинен навчитися розуміти невербальні сигнали. Володіючи вмінням це робити, в менеджера буде змога дізнатися про партнера, клієнта, співробітника чи про якусь іншу особу, з котрою зустрічається перший раз, інформацію ще до того, як вона стане розмовляти.

Отже, в результаті огляду даної проблематики можна зазначити такі психологічні аспекти невербального спілкування у спілкуванні управлінців: запит на необхідність розпізнавати невербальні сигнали які дозволяють діловій особі виявляти перепони, що постають на рівні особистих відносин в період їх виникнення, перехопити та нейтралізувати негативно забарвлені сигнали, трансформувати бесіду певним чином враховуючи ці сигнали, змінити такт здійснення розмови; необхідність пересвідчитися в правильності власного трактування сигналів і, крім того, одержати підтвердження чи заперечення словесної інформації; важливість жестикуляції сучасного управлінця як одного з головних кінетичних засобів невербального спілкування.

Можемо зазначити, що *перспективою подальших досліджень* є вивчення психосемантичного підґрунтя таких підсвідомих сигналів які проявляються при невербальному спілкуванні в управлінській діяльності менеджерів і зв'язані з управлінською свідомістю як їх професійною. Виявлення значення підсвідомих сигналів у професійної комунікації управлінців різних культур, релігій. Таким чином, можна зробити висновок, що тема розвитку сфери невербального спілкування особистості керівника може бути розкрита через вивчення змісту його управлінської свідомості.

Список використаних джерел:

1. Бацевич Ф. С. Основи комунікативної лінгвістики : підручник. Київ : Академія. 2004. 342 с.
2. Гірняк К. М. Невербальні засоби ділового спілкування в управлінні персоналом. *Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С. З. Гжицького*. 2018. № 86. С. 48–52.
3. Горностай П. П. Групова динаміка у рольовій парадигмі. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2008. Вип. 19(22). С. 37–45.
4. Дробот О. В. Професійна свідомість керівника : навчальний посібник. К. : Талком, 2016. 339 с.
5. Вінницька А. О. Невербальне спілкування: погляд людини. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-hum/all-hum-2016/paper/download/925/509&hl=uk&gl=ua>
6. Мельник О. В., Корнієнко А. В., Грищенко В. Ф. Особливості використання невербальних засобів комунікації в менеджменті. URL: <https://me.fem.sumdu.edu.ua/docs/d065.pdf>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-6>

Литвиненко О. О.,
доктор психологічних наук,
завідувач кафедри практичної психології
Київського університету імені Бориса Грінченка

Крапива М. С.,
здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
Київського університету імені Бориса Грінченка

МОЖЛИВОСТІ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Анотація. Дана публікація включає опис можливостей дослідження долаючої поведінки цивільного населення під час війни, особливості планування та організації констатувального та формувального етапів науково-дослідної роботи в рамках дисертаційного дослідження, логіки формування вибірки та опис психодіагностичних методик.

Ключові слова: долаюча поведінка, цивільне населення, стрес, війна.

Lytvynenko O., Krapyva M. Possibilities of empirical study of the coping behavior of the civilian population during the war

Summary. This publication includes a description of the possibilities of studying the coping behavior of the civilian population during the war, the features of planning and organizing the ascertaining and formative stages of research work within the framework of the dissertation research, the logic of sampling and a description of psychodiagnostic techniques.

Key words: coping behavior, civilian population, stress, war.

В рамках складної соціально-політичної ситуації війни, що стала новим викликом для сучасного українського суспільства, важливими постають можливості теоретичного та емпіричного дослідження долаючої поведінки під час війни. Особливо актуальним дане дослідження робить наявність специфічної соціальної ситуації розвитку суспільства, бурхливе розгортання активних бойових дій, діючий воєнний стан, адже це дозволяє поглиблено вивчити психологічні особливості долаючої поведінки, поведінкових реакцій та свідомості пересічних громадян у часі війни, що можуть потребувати додаткової допомоги в адаптації та віднайдені дієвих інструментів подолання стресу, розвитку навичок життєстійкості [1, с. 27–30].

Соціально-психологічний феномен війни характеризується як гостроконфліктне зіткнення деяких верств людських спільнот, і виражається в процесі постійних випробувань, що необхідні ворогуючим сторонам для визначення життєстійкості противника [3, с. 2]. Повномасштабне вторгнення росії в Україну у лютому 2022 року стало одним із найістотніших викликів для цивільного населення України та збереження державності в цілому. Війна, що постала кризовою ситуацією для кожного громадянина, розширила насамперед аспекти самосвідомості кожної окремої особи, відкрила нові ціннісно-сміслові орієнтації та сформувала нові потреби, серед яких необхідність внутрішньої реконструкції образу російсько-української війни, потреба в актуалізації соціальної ідентичності, зміна характеру владно-підвладних відносин, тенденція до формування суспільної згуртованості, психологічні ризики завищених суспільних оцінок, прояви колективної психотравми, а також формування у біженців психологічного синдрому неповернення [3, с. 3–9].

Долаюча поведінка, як психологічний феномен, розглядається нами як процес функціонування захисних механізмів психіки та копінг-стратегій, що постають невід'ємною складовою подолання особою складних стресогенних ситуацій, які створює війна. Формування нових поведінкових реакцій та актуалізація вже наявних способів подолання сильного стресу у кожної окремої особи може мати індивідуальний

характер або виражатися як прояв притаманного суспільству загального способу чи стратегії адаптації. Саме питання специфіки психологічних особливостей прояву та формування стратегій подолання зумовлюють потребу у віднайденні можливостей для емпіричного дослідження долаючої поведінки цивільного населення під час війни.

Вибірку для емпіричного дослідження психологічних особливостей долаючої поведінки будуть складати представники цивільного населення України, що перебувають в межах держави та мають безпосередній досвід переживання стресу під час війни. З наукової точки зору, цивільним населенням під час війни називають осіб, що не є членами збройних формувань та не беруть прямої участі у бойових діях [2, с. 427]. Вік респондентів буде відповідати психологічним межам вікового періоду дорослості. Вибірку буде сформовано методом рандомізації в межах всього географічного простору України, де це дозволяє соціально-політична ситуація, що гарантує репрезентативність вибірки та валідність емпіричного дослідження.

Логіка нашого наукового пошуку полягає у віднайденні психологічних особливостей долаючої поведінки цивільного населення у воєнний та повоєнний періоди. З метою теоретичного та методологічного обґрунтування особливостей стратегій подолання в рамках констатувального етапу емпіричного дослідження психологічних особливостей долаючої поведінки цивільного населення нами планується використати ряд психодіагностичних методик, серед яких: методика «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана, методика «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Х. Келлермана і Х. Конте, «Багатовимірний скринінг поведінкового здоров'я (MBHS) Девіда М. МакКорда та Стівена Буї. В рамках організації та проведення емпіричного дослідження також буде адаптовано методику «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана та розроблено окрему авторську анкету з метою вивчення номінальних показників вибірки, що дозволить розширити можливості опису та інтерпретації результатів дослідження. Для обробки масиву даних нами будуть використані методи математичної статистики, а саме коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона та кластерний аналіз, що дозволить розробити типологію долаючої поведінки цивільного населення у воєнний та повоєнний періоди.

На основі результатів проведення емпіричного дослідження нами буде розроблено спеціальний курс психологічної адаптації «Програма відновлення психологічної стійкості цивільного населення у воєнний та повоєнний періоди», що згідно нашої наукової позиції, дозволить формувати ефективні навички долаючої поведінки цивільного населення України у часі війни.

Отже, в рамках даної дисертаційної роботи буде вперше ґрунтовно досліджено питання долаючої поведінки цивільного населення держави, в контексті адаптації, формування захисної поведінки, поведінкових реакцій, а також нових аспектів розвитку самосвідомості громадян в умовах збройного конфлікту з точки зору психологічної науки, що і обумовлює першочерговість пошуку можливостей дослідження долаючої поведінки цивільного населення під час війни.

Список використаних джерел:

1. Кокун О. М. Всеукраїнське опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни»: препринт. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022, 46 с.
2. Марков К. А. Захист поранених, військовополонених і цивільного населення під час збройних конфліктів. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2021. Випуск № 12. С. 426–429.
3. Слюсаревський М. М. Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді. *Вісник НАПН України*. 2022. № 1. Том 4. С. 1–11.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-7>

Сова Т. В.,

*аспірантка факультету психології,
соціальної роботи та спеціальної освіти
Київського університету імені Бориса Грінченка*

Литвиненко О. О.,

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

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ ОСОБИСТОСТІ В ДИСТАНЦІЙНИХ УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Анотація. У статті розглядаються психологічні закономірності психоемоційних проявів працівників у віддаленому форматі професійної взаємодії. Обґрунтовується специфіка емоційного забарвлення

віртуального спілкування, аналізуються джерела виникнення позитивних та негативних емоцій у процесі такої форми комунікації.

Ключові слова: віддалена робота, віртуальна професійна взаємодія, свідомість, емоційний стан.

Sova T., Lytvynenko O. Peculiarities of psycho-emotional manifestations of personality in remote conditions of professional interaction

Summary. The article discusses the psychological patterns of psycho-emotional manifestations of employees in the remote format of professional interaction. The specificity of the emotional coloring of virtual communication is substantiated, the sources of positive and negative emotions in the process of this form of communication are analyzed.

Key words: remote work, virtual professional interaction, consciousness, emotional state.

Аналізуючи актуальні дослідження, можемо сказати, що все більшого розповсюдження набуває дистанційна (віддалена) форма роботи. Це викликано не тільки її економічною доцільністю в окремих галузях професійної діяльності, але і можливістю забезпечити для працівників гнучкий графік роботи, а також можливістю убезпечити їх від новітніх загроз, з якими ми зіткнулись порівняно нещодавно (епідемія COVID-19, війна на території України). У зв'язку з цим особлива увага має бути спрямована на вивчення психологічних наслідків, до яких призводить віддалений формат роботи, а також на характеристики психологічних явищ, що почали проявлятися у процесі дистанційної професійної взаємодії.

Варто зауважити, що дистанційна форма роботи висуває особливі вимоги до навичок самодисципліни, самоорганізації та самоконтролю працівника, що є важливими ознаками високого розвитку усвідомленості трудової активності та свідомості в цілому як найвищого рівня психічного відображення оточуючої дійсності. Адже свідомою можна вважати ту людину, яка здатна правильно зрозуміти дійсність, реалістично оцінити те, що відбувається навколо, а також довільно керувати своїми вчинками. Зокрема, як зазначає С. Каліщук, свідомість характеризується насамперед тим, якою мірою людина здатна передбачати наслідки своєї діяльності, встановлювати причинно наслідкові зв'язки між проявами своєї активності та їх результатами. Важлива феноменологічна ознака свідомості полягає у тому, що фокус усвідомлення людиною актуальної реальності завжди забарвлений складною тканиною емоційних переживань, намірів та інтересів [1].

Зважаючи на постійну наскрізну пронизаність свідомої активності людини певним емоційним тлом, необхідно зазначити, що віддалена робота, супроводжуючись віртуальним спілкуванням з керівництвом, колегами, клієнтами, також характеризується певною емоційною забарвленістю. Професійна взаємодія – це процес обміну інформацією, ідеями, навичками та ресурсами між людьми у професійному контексті. Цей процес може включати в себе комунікацію, співпрацю та координацію дій з метою досягнення спільних цілей чи вирішення професійних завдань та являє собою ключовий елемент успішного функціонування організацій, підприємств, закладів та установ [2].

Дистанційна форма професійної взаємодії ґрунтується на використанні телекомунікаційних та інформаційних технологій для здійснення комунікації та співпраці без необхідності фізичного контакту. Взаємодія відбувається через різні онлайн-платформи, програми для відеозв'язку, чати, електронну пошту тощо. При цьому використовуються спеціалізовані віртуальні інструменти та програми для спільної роботи й обміну інформацією [3]. Необхідно звернути увагу на важливу психологічну закономірність. Використання виключно заочних засобів віртуального спілкування, що здійснюється у вигляді текстових повідомлень (чат, месенджер, електронна пошта), супроводжується емоційними реакціями, пов'язаними переважно з інформації стороною взаємодії, тобто зі змістом переданої інформації про стан та успішність виконання професійних завдань. Перцептивний та інтерактивний аспекти при цьому відходить на другий план, оскільки особистість партнерів по взаємодії при такому форматі спілкування практично не проявляється. Використання ж відеозв'язку для проведення онлайн-зустрічей з метою обговорення виробничих моментів, стратегій вирішення завдань, сумісної роботи над документами та проєктами, аналізу результатів професійної діяльності, максимально наближує процес віддаленого спілкування до реального очного спілкування та, відповідно, супроводжується усім багатством емоційних реакцій.

Емоційні стани людини під час дистанційної взаємодії можуть варіюватися в залежності від різних факторів, таких як контекст розмови, особистість співрозмовника, якість технічного забезпечення та інші обставини. Враховуючи особливості віртуального спілкування, можна виділити джерела позитивних та негативних емоційних реакцій при такій формі взаємодії. Джерелом позитивних емоцій у процесі віддаленого формату професійної взаємодії може бути можливість здійснювати комунікацію з будь-якої точки місцезнаходження (наприклад, у дорозі) у зручних умовах та зі значною економією часу, а також за комфортним графіком; задоволення від ефективного

використання технічних засобів; задоволення від якісної комунікації та ефективності обміну інформацією, зокрема, можливість електронного контролю у процесі комунікації (наприклад, під час сумісної роботи над документами); можливість не турбуватися про зовнішній вигляд під час віртуального спілкування, що не передбачає використання засобів відеозв'язку. Виникнення негативних емоцій у процесі дистанційної професійної взаємодії може бути пов'язано з непорозуміннями через втрату контексту, обмеженість засобів невербального самовираження, дефіцит невербальних сигналів від партнерів по спілкуванню, певну відчуженість та формалізованість процесу віртуальної комунікації, що породжує відчуття самотності або відсутності емоційного залучення до процесу спілкування; нестабільним інтернет-з'єднанням, проблемами з апаратурою або програмним забезпеченням; втомою внаслідок тривалого перебування перед екраном; інформаційним перенавантаження у процесі віддаленого спілкування.

За даними дослідження М. Шпак, вибірку якого склали студенти, в умовах дистанційної навчально-професійної взаємодії їх психоемоційний стан значно погіршується та характеризується вираженим дискомфортом [4, с. 120]. До того ж динамічний процес дистанційної професійної взаємодії не можна обмежити вузьким набором емоційних станів. Скоріше за все психоемоційний стан буде динамічно змінюватися в залежності від контексту, подій та результатів дистанційної форми професійної взаємодії. Адже очевидним є те, що кожна особа реагує на дистанційне спілкування індивідуально, і емоційний стан може змінюватися в залежності від конкретних обставин такої форми взаємодії. Перспективи подальших досліджень можуть бути присвячені емпіричній верифікації психологічних детермінант динаміки психоемоційного стану працівників у процесі віддаленої професійної комунікації.

Отже, психоемоційний стан особистості в процесі дистанційної професійної взаємодії характеризується значною динамічністю, на якій позначаються усі умови, зміст та стан вирішення актуальних виробничих та професійних завдань. Процес дистанційної взаємодії характеризується виникненням додаткових стимулів, що можуть викликати певні емоційні реакції. Наприклад, джерелом емоційного дискомфорту, може бути те, що результативність віддаленої професійної діяльності безпосередньо залежить від ефективності дистанційного спілкування суб'єкта праці. Забезпечення ефективного дистанційного спілкування включає в себе розуміння та врахування психоемоційного стану учасників професійної взаємодії, ідентифікація якого у такому віддаленому форматі значно ускладнюється.

Список використаних джерел:

1. Калішук С. М. Логіко-предметний аналіз категорії «свідомість». *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2016. Вип. 6(1). С. 57–62. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhr_2016_6%281%29__12 (дата звернення: 22.11.2023).
2. Психологія професійної діяльності : підручник / Біскуп В. С., Гірняк А. Н., Гірняк Г. С., Крупник З. І., Надвичина Т. Л., Шандрук С. К., Яремко О. М. ; за ред. Шандрука С. К. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 256 с.
3. Руденюк А. І., Петяк О. В., Ханецька Н. В. Дистанційна робота в умовах карантину та самоізоляції в період пандемії COVID-19. *Габітус*. 2020. Вип. 16. С. 204–208. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.16.33> URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/16-2020/35.pdf> (дата звернення: 23.11.2023).
4. Шпак М. М. Психоемоційний стан студентів в умовах дистанційного навчання. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2021. Вип. 4. С. 115–121. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-4-15> ; URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1242> (дата звернення: 23.11.2023).

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

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-8>

Зарецька О. О.,

кандидат філологічних наук,

провідний науковий співробітник лабораторії когнітивної психології

Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії

педагогічних наук України

ГІБРИДНІ ЗНАКОВІ ФОРМИ КРИЗОВИХ ДОПИСІВ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ

Анотація. За матеріалами соціальних мереж Фейсбук та Інстаграм проаналізовано ряд дописів нарративного плану, які відзначаються яскравою емоційністю і функціонально є різновидом кризових нарративів. Аналізуються різні семіотичні засоби, задіяні авторами дописів для передачі переживання ними кризової ситуації.

Ключові слова: соціальні мережі, кризовий нарратив, семіотичні форми, травматичний досвід, репрезентація досвіду, психологічний ресурс.

Zaretska O. Hybrid symbolic forms of crisis posts in social networks

Summary. Posts of a narrative plan which are characterized by bright emotionality and are functionally a type of crisis narratives were analyzed on the materials of social networks Facebook and Instagram. Various semiotic means used by the authors of the posts to convey their experience of the crisis situation are being investigated.

Key words: social networks, crisis narrative, semiotic forms, traumatic experience, representation of experience, psychological resource.

Серед функцій, які виконують соціальні мережі в сучасному житті, однією з найсуттєвіших є можливість репрезентації дописувачем свого актуального внутрішнього стану. В кризових умовах воєнного часу це означає функціонування соціальної мережі як джерела психологічного ресурсу для особи, що нею користується. В архітектуру таких

соціальних мереж, як Фейсбук та Інстаграм, закладено можливості для того, щоб ресурсна функція могла виконуватися [2].

Користування соціальною мережею буває активним – з творенням дописів – і пасивним, коли користувач тільки проглядає чужі пости і реагує на них. Активний дописувач стає генератором смислу; «лайком» дописувач погоджується зі смислом посту; репостом він підтверджує, що відкрив чи актуалізував смисл *для себе*, і хоче, щоб значимість, актуальність цього смислу відчули і пережили всі його адресати.

Поняття «кризового нарративу» було введено раніше для авто-нарративу [4; 6], що втілює індивідуальний досвід переживання кризової ситуації. Цей термін вживався здебільшого для нарративів, що їх породжували додзвонювачі мережі гарячих ліній і телефонів довіри [3]. З початком повномасштабної війни кризову ситуацію переживає все суспільство; соціальні мережі Фейсбук та Інстаграм наповнено нарративами кризового плану.

Дописи кризового плану у соціальних мережах є доступною формою для виразу в слові чи іншому семіотизованому вигляді переживання особою кризової ситуації. Характерними рисами дописів є підвищені емоційність, щирість, категоричність, інколи навіть агресивність, діалогічність, орієнтованість на пошук співзвучного адресата, розрахунок на психологічну підтримку кола «друзів» по соціальній мережі. Особливістю таких дописів у соціальних мережах є принципове поєднання ресурсних і творчих можливостей: потреба у ресурсі активізує творчість, можливість для якої закладені у саму суть соціальних мереж. Ресурсний потенціал дописів кризового плану спирається на таку особливість соціальних мереж, як спроможність згуртовувати однодумців навколо думок чи емоцій, виражених у дописі, що забезпечує функцію психологічної підтримки: оприлюднення втілених у наратив переживань у соціальній мережі сприяє зменшенню тривожності і непевності особи за рахунок підключення реакцій однодумців.

Допис у формі кризового нарративу побудований, зазвичай, не як лист до конкретного адресата у приватній переписці – певна доза патетичності, аргументованості, апеляції до дискурсу, що об'єднує цю конкретну спільноту «друзів» по соціальній мережі, не залишає сумнівів, що це текст за самою своєю будовою адресований *спільноті*, а не людині. Але такого роду тексти не викладають і для «загалу», бо замість психологічної підтримки є ризик отримати несподіваний «удар» – і не тільки від відвертих ворогів чи «тролів».

Соціальні мережі забезпечують можливість того, що безумовний креативний потенціал авторів дописів кризового плану знаходить

матеріальне втілення у різноманітні семіотичних засобів виразу тих смислів, якими сповнені переживання авторів: це слово, образи різної семіотичної природи, гібридні форми, дії (в тому числі внутрішнього спрямування – усвідомлення, переосмислення і інтерпретація себе), відображені у різних семіотичних формах, зокрема у відео. Методами контентного аналізу було проаналізовано більше 40 кризових дописів у мережах Фейсбук та Інстаграм: текстові, візуальні і «гібридні», що поєднують різні семіотичні форми для передачі певного смислу – текстові, візуальні й музичні або два з них. Це квазітексти за П. Рікером; в сучасній термінології це користувачські блогосфери, що націлені на вибудовування самоідентичності особистості автора, причому як на індивідуальному, так і на соціокультурному рівнях [1; 5].

Текстові наративи достатньо легко ідентифікуються як кризові; гібридні форми визначалися як кризові, якщо вони вочевидь малювали образними засобами переживання автором складної кризової ситуації. Найчастіше це послідовність фото з написами на них чи відео у музичному супроводі з творчості сучасних українських гуртів, зазвичай на воєнну тематику і з прозорими символами – носіями концептуального задуму автора посту. Основою могла бути, навпаки, музична форма, що ілюструється відеорядом або текстом поезії тощо. В мінімалізованій формі це фото і яскравий метафоричний підпис під ним – але і це не обов'язково. Наприклад, нічне фото залишків ракети, що стирчить у небо і все обито гірляндою ліхтариків. Це і воєнна ялинка, і символ подолання блекауту, символ Нового року 2023 тощо – безліч асоціацій. Поєднання різних «мов» (в семіотичному смислі) у такому дописі, як правило, достатньо органічне і додає смислотворчі можливості для автора посту. Творчі форми гібридних дописів потрошку оформлюються в окремий жанр, особливо в інстаграмі. Можна аргументувати доречність вживання терміну «нарратив» щодо таких утворень. Наприклад, невеличке відео у Інстаграмі: молода художниця прямо в кадрі пише фарбами загадкову квітку під суворотривожний чоловічий спів; середину квітки вона зафарбовує чорним, а далі червоним по чорному починає палати слово «незламність». В контексті зими 2022/2023 років, на тлі постійних відключень світла в країні, відкриття пунктів обігріву і підтримки під назвою «пункти незламності», ідея такого гібридного твору читалася однозначно і справляла сильне враження [2].

Дописи кризового плану у соціальних мережах виконують роль культурного наративу травматичного досвіду і є фактором формування спільного дискурсу і гуртування навколо нього. Але спрямованість на діалог присутня тільки як потенція: автор допису орієнтується

на дискурс, що склався серед його однодумців по соціальній мережі. Активну роль грає саме дописувач: своїм дописом він робить вагомий творчий вклад у спільний дискурс. Фокус психологічного ресурсу і на реакції кола, і на творчій складовій кризового наративу – вона дає конструктивне спрямування енергії розпачу автора допису, яка виливається у його наративну творчість. Цей фактор грає найбільш конструктивну роль в плані як опанування тиску стресової кризової ситуації на людину, так і в плані особистісного збереження і навіть особистісного зростання (це так зване посттравматичне зростання): кризовий наратив втілює вироблену самим автором власну розвивальну стратегію у важкому перебігу обставин. Вилив назовні, у знак, мабуть, зменшує біль, тривожність, непевність кризових переживань. Це стає можливим за умови роботи дописувача над своїм досвідом, переосмислення власної системи цінностей, компетентності у роботі з інформацією, гнучкості, готовності до серйозних внутрішніх особистісних перебудов – тобто всього того, що ми вкладаємо у терміни «самопроєктування» і «самоконструювання». Важливим чинником є зрілість особистості і наявність у неї багатьох життєвих компетентностей. Дослідження ансамблю необхідних життєвих компетентностей в цьому контексті здається найбільш доцільним в плані подальших розробок проблеми.

Список використаних джерел:

1. Гуцол К. В. Особливості сформованості наративної компетентності користувачів соціальних мереж : *Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості* : монографія. / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. С. 149–167. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/731506/>

2. Зарецька О.О. Дописи у соціальних мережах як психологічний ресурс у кризовій ситуації. *Технології розвитку інтелекту*. 2023. Том 7, № 2(34). URL: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/638/218

3. Зарецька О. О. Про особливості застосування наративного підходу у практиці кризового консультування. *Особистість в умовах кризових викликів сучасності* : матеріали методологічного семінару НАПН України (24 березня 2016 року) / за ред. академіка НАПН України С. Д. Максименка. Київ, 2016. С. 262–268. URL: http://lib.iitta.gov.ua/704987/1/Mater_metodol_sem.pdf

4. Проблеми психологічної герменевтики : монографія / за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Міленіум, 2004. 276 с.

5. Boyd D. A Blogger's Blog: Exploring the Definition of a Medium. *Reconstruction*. № 6. 2006. URL: [http:// www.danah.org/papers/ABloggersBlog.pdf](http://www.danah.org/papers/ABloggersBlog.pdf)

6. Bruner J. The narrative Construction of Reality. *Critical Inquiry*. Vol. 18, 1. (Autumn, 1991). P. 1–21.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-9>

Сітцева М. В.,
аспірантка кафедри практичної психології
Київського університету імені Бориса Грінченка
Науковий керівник: Лозова О. М.,
доктор психологічних наук,
професор кафедри практичної психології
Київського університету імені Бориса Грінченка

ЗАСОБИ АНІМАЦІЇ У ФОРМУВАННІ АТРИБУТИВНИХ СТИЛІВ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. Вивчення можливостей формування атрибутивного стилю особистості засобами такого поширеного виду аудіовізуальних мистецтв, як анімація, має вагомий науковий інтерес, даючи змогу виявити причини розгортання та домінування певних стилів атрибуції, шляхи корекції небажаних проявів атрибутивних стилів.

Ключові слова: аудіовізуальна репрезентація, візуальний контент, анімація, атрибутивний стиль.

Sittseva M. Animation tools in the person's attributional styles formation

Summary. The study of the attributive style forming by means of animation has great scientific interest, allowing to identify the reasons for the deployment of certain attribution styles, ways to correct undesirable manifestations of it.

Key words: audiovisual representation, visual content, animation, attributional style.

В умовах інформаційного суспільства осмислення проблеми особистості набуває нової якості: фокус особливої уваги науковців зміщується на питання всебічного розвитку особистості

в інформаційному просторі. Особистість дедалі частіше осмислюється в одному контексті з поняттями «медіа» або «аудіовізуальний контент».

З одного боку, аудіовізуальний контент перетворився сьогодні на засіб комплексного освоєння людиною навколишнього світу, оволодіння нею широким спектром можливостей для свого розвитку. З другого, особистість сьогодні перебуває в ситуації все зростаючого інформаційного потоку, під впливом якого формуються її художньо-естетичні, інтелектуальні, соціальні інтереси й цінності. Аудіовізуальна взаємодія є, таким чином, засобом-посередником у відображенні навколишнього світу, повідомляючи людині інформацію про світ [4].

Одним із основних завдань сучасної психологічної науки є вироблення комплексного уявлення про функціонування внутрішнього світу особистості, розробка цілісної моделі суб'єктивного досвіду людини. Особистість сьогодні мислиться не як сукупність рис та властивостей, а як цілісне системно-структурне утворення, окремі прояви якого знаходять своє вираження в особистісних якостях і властивостях. Відтак, предметом дослідження психології стає певний аспект даної цілісності як окремих елемент системи взаємозв'язків суб'єкта з навколишнім світом.

Найголовніше питання когнітивної психології полягає у тому, як саме людина збирає інформацію про світ, як відчуває, переживає, осмислює і систематизує цю інформацію у свідомості. Пояснювальним засобом, серед іншого, тут виступає атрибуція як імпліцитно застосовуваний процес засвоєння інформації із зовнішнього світу.

При отриманні нової інформації з оточуючого світу ми маємо певним чином її засвоїти. Засвоєння, у свою чергу, базується на двох підставах: по-перше, на попередньому досвіді та знаннях, по-друге, у психіці недостатньо ресурсу щоби досягнути усю сукупність зовнішніх стимулів, тож потрібні певні критерії відбору. Процес сприймання нової інформації через поєднання її з уже наявним досвідом дає змогу заощаджувати енергію мозку та прискорювати засвоєння нового через механізми асоціювання та узагальнення. Зокрема, це проявляється у тому, що індивід віддає перевагу певним схемам інтерпретації оточуючих людей та ситуацій, або у тому, на чому першочергово зосередить свою увагу (вибірковість процесу уваги), або ж як реагуватиме чи які поведінкові шаблони застосовуватиме у певних ситуаціях. Основним механізмом активізації цих схем у діяльності особистості є атрибуція.

Теорія атрибуції – потужний пояснювальний принцип, який пояснює приписування тих чи інших характеристик певним явищам і об'єктам світу. Поряд із оціночним судженням, атрибутування дає змогу виявити суб'єктивне ставлення до об'єкта, явища чи ситуації.

Атрибуція як процес через накопичення досвіду закріплюється як певна риса, що забезпечує індивідуальне сприйняття особистістю об'єктів світу, є відносно усталеним утворенням, що динамічно розвивається під впливом накопичення нового досвіду. Цей інструмент психіки фіксується на рівні особистісної риси – атрибутивного стилю [2].

Атрибутивний стиль у широкому розумінні – це звичний спосіб пояснення причин життєвих подій, усталена форма взаємодії особистості з навколишньою дійсністю. Феномен атрибутивних стилів особистості ґрунтовно розроблений у сучасній науці, зокрема у працях родоначальників поняття Ф. Хайдера, Г. Келлі, М. Селігмана, а також у наукових дослідженнях Дж. Роттера та Д. Бема, які вивчали феномен самосприйняття, Р. де Чармса, який є автором концепції особистої причетності, Л. Фестінгера, засновника теорії когнітивного дисонансу, Р. Нісбета та С. Валінса, які поглиблювали дослідження теорії атрибуції, Е. Джоунса та К. Девіс, які вивчали властивості атрибуції тощо. Однією з провідних вітчизняних дослідниць атрибутивного стилю є Т.В. Клібайс [3], у дисертаційному дослідженні якої комплексно вивчено феноменологію атрибутивного стилю та суттєво поглиблено наукове розуміння даного поняття у вітчизняній психологічній науці.

За майже століття свого існування анімаційні фільми органічно увійшли в наше життя, вони мисляться невід'ємною складовою дитинства та дозвілля загалом. Анімаційний (мультиплікаційний) фільм в рамках буденної свідомості пересічного глядача сприймається як виключно дитячий продукт, покликаний розважати та повчати юну глядацьку аудиторію. Проте анімаційні фільми затребувані і серед дорослої аудиторії, де слугують розважальним засобом, способом отримання емоційних вражень від перегляду [6; 7].

Головне питання, яке постає при аналізі анімації з психологічної точки зору полягає у тому, яким чином та в якій мірі ті чи інші анімаційні засоби здійснюють вплив на глядачів [5]. Видається актуальним виявлення тих механізмів, які провокують не тільки інтерес до анімації як продукту, але й можливості анімаційного продукту при взаємодії з глядачем. Науково цінним видається питання змісту та структури засобів анімації, чинників їх впливу на формування певного психологічного утворення. Це визначає необхідність виокремлення провідних психологічних особливостей та структури анімації як продукту для глядацької аудиторії.

При детальнішому заглибленні в явище анімації прослідковуються ключової риси цього виду мистецтва – символічність зображувальних засобів; провідна роль фантазії у можливості сприйняття анімації, «додумування» глядачем на підставі побаченого символічного/

знакового/схематичного зображення [1]. На основі певних візуальних і звукових елементів глядач конструює смисли побаченого, виробляє розуміння та власне ставлення. Тож зручно зіставити феноменологічну спорідненість атрибутування як основного засобу, яким оперує глядач при перегляді анімації, та атрибутивного стилю як особистісної риси, що спрямована на спрощення пояснення і розуміння світу. Саме завдяки високому рівню символічності анімації як виду аудіовізуальних мистецтв на перший план виходять процеси атрибуції як механізму приписування явищу чи об'єкту додаткових ознак і якостей.

Проте питання впливу екранних аудіовізуальних мистецтв загалом та анімаційних фільмів, зокрема, на глядацьке сприйняття у психологічній науці залишається відкритим. Видається актуальним дослідити структуру та психологічні аспекти впливу анімаційних засобів на особистість, зокрема на таку індивідуально-психологічну особливість, як атрибутивний стиль. Тому дослідження специфіки перцепції та інтерпретації анімаційних засобів є актуальним для розуміння того, як можуть проявлятися атрибутивні стилі особистості. Оцінка стану досліджуваної проблеми свідчить про те, що на сьогодні вона недостатньо теоретично і практично вивчена, зокрема, не існує цілісної концепції та системи застосування засобів анімації у регуляції особистісних станів, недостатньо дослідженими є потенційні психокорекційні можливості впливу анімації на особистісні риси та властивості.

Список використаних джерел:

1. Алфьорова З. Термінологічні ігри щодо візуальних мистецтв. Мистецтвознавство України : зб. наук. пр. / Акад. мистец. України, Ін-т пробл. сучас. мистец. К., 2009. Вип. 10. С. 166–170.
2. Дудник О., Малімон Л. Атрибутивний стиль як детермінанта модальності емоційних проявів особистості. *Психологічний журнал*, 2022. (9), 13–24.
3. Клібайс Т. В. Психологічні особливості становлення атрибутивного стилю дорослих : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; наук. кер. О. М. Лозова ; Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. Київ, 2014. 236 с.
4. Agnieszka Piotrowska. *Psychoanalysis and Ethics in Documentary Film*. London : Routledge, 2013. 280 p.
5. Alex Widdowson. *Identifying Caricatures Among the Character Designs of Animated Documentaries which Feature Both Anonymous and Identifiable Interview Subjects*. Masters dissertation. Royal Collage of Art: London. 2017.
6. Pikkov Ü. *Animasophy. Theoretical writings on the animated film*. Estonian Academy of Art, 2010. 200 p.
7. Ülo Pikkov. *Anti-Animation: Textures of Eastern European Animated Film*. Estonian Academy of Arts, 2018. 264 p.

НАПРЯМ 4. КОГНІТИВНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ, РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-10>

Антонюк Н. П.,

студентка магістратури

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

Науковий керівник: Маслянікова І. В.,

кандидат психологічних наук, доцент,

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

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті розкрито зміст явища волонтерської діяльності як психологічного феномену. Здійснено теоретичний аналіз наукової літератури щодо психологічної структури та змісту системи психологічних детермінант волонтерської діяльності особистості. Досліджено роль мотиваційної сфери особистості у системі психологічних чинників, які детермінують зазначений вид діяльності.

Ключові слова: волонтерська діяльність, детермінанти, мотив, мотивація, спрямованість.

Antoniuk N. Psychological determinants of personality's volunteer activity

Summary. The article reveals the content of volunteering as a psychological phenomenon. The theoretical analysis of scientific literature on the psychological structure and content of the system of psychological determinants of personality's volunteer activity is carried out. The role of the personality's motivation in the system of psychological factors that determine this type of activity is investigated.

Key words: volunteer activity, determinants, motive, motivation, orientation.

Суспільний запит на становлення та діяльність волонтерських організацій зумовлює актуальність даної теми. Розуміння мотиваторів соціальної активності може послугувати за основу розроблення програм психологічного супроводу волонтерської діяльності, впливу на її результативність та особистісне зростання волонтерів.

У багатьох країнах світу волонтерство є своєрідним показником суспільного розвитку, результатом осмислення локальних, державних і загальносвітових проблем, пошуком ефективних шляхів їх вирішення. Воєнні конфлікти, зростання міграційних процесів, природні катаклізми, погіршення екології долаються також завдяки діяльності волонтерів. Саме волонтерство виступає основою розвитку громадянського суспільства, втілює в собі найшляхетніші прагнення людства до миру, свободи, благополуччя [1, с. 171–174].

Для сучасного українського суспільства, яке відстоює своє право на незалежність і свободу в умовах російської агресії, через суспільно-політичні зміни, економічну нестабільність, соціальну незахищеність певних категорій населення зростає потреба у безоплатній соціально-психологічній допомозі та підтримці. Відповідно, збільшується кількість організацій і соціально активних громадян, які постають важливим ресурсом реалізації ініціатив, спрямованих на покращення якості життя тих, хто опинився в складних життєвих умовах.

Поширення волонтерської діяльності активізує науковий інтерес до даного феномену. Попри відсутність плати за працю, витрачений час і зусилля які детермінанти спонукають особистість до такого виду діяльності?

Наявні наукові доробки вітчизняних та зарубіжних учених дають змогу ознайомитися з основними аспектами цієї проблеми. Соціально-психологічний аналіз волонтерської діяльності волонтерства відображено у працях М. Боришевського, Ю. Швалба, М. Яницького. Науково-теоретичну базу дослідження мотиву допомоги в соціальній психології склали дослідження Г. Мюррея, Х. Хекхаузена, Т. Шварца, Д. Маєрса, Ш. Шварца. Вплив мотиваційно-ціннісних настанов на результативність волонтерської діяльності досліджували К. С. Алексейченко, Дж. Бейкер, Н. А. Вайнілович, А. Гольдберг-Глен, Т. Л. Лях, А. Маслоу, Л. Матвієнко, М. Снайдер, М, Т. Шварц, Г. Юрчинська.

З'ясовано, що в науковому полі дослідники акцентують увагу на окремих моментах, однак схожі у поглядах на характерні психологічні особливості такої діяльності: це соціально активна добровільна поведінка, яка детермінується індивідуально-типологічними властивостями, особливостями самостановлення й самоактуалізації, суб'єктивно значущими мотиваційно-ціннісними настановами і переконаннями, проявляється в усвідомленому доброзичливому ставленні

до отримувачів допомоги, готовності до безкорисливої співпраці з метою волонтерської підтримки. Така діяльність є неприбутковою, має суспільно-корисний характер. [4, с. 189–191].

Відповідно до теорії потреб А. Маслоу, люди виконують певну добровільно роботу, якщо реалізують потребу в самоактуалізації. Волонтерська діяльність є полімотивованою для кожного індивіда, спонукається та визначається ставленням до предметного світу, до людей, до суспільства, до самої себе.

У дослідженні В. Скиданович проаналізовано когнітивний, мотиваційний, емоційно-вольовий, ціннісний і поведінковий компоненти структури волонтерської діяльності [3, с. 62–68].

У якості детермінант представляють систему факторів, які задають специфіку поведінки і беруть участь у її формуванні. До них прийнято відносити такі спонукальні впливи, які визначають тип поведінки при їхній сукупній взаємодії, припускаючи при цьому деяку імовірнісну варіативність поведінки.

Узагальнивши думки вчених, Г. Юрчинська виділила зовнішні (об'єктивні) та внутрішні (суб'єктивні) чинники. Внутрішні детермінанти презентуються трьома аспектами: особистісним, емоційно-вольовим та потребово-мотиваційним. Зовнішні детермінанти: соціально-психологічні, соціокультурне середовище, характеристика об'єкта волонтерської допомоги [4, с. 198–200].

Значущість проблеми мотивації волонтерської діяльності в системі психологічних детермінант є однією з фундаментальних та пов'язана, перш за все, з аналізом джерел активності людини, спонукальних сил її поведінки. Складність обумовлює множинність підходів до розуміння її сутності, природи, структури, а також методів її вивчення. Одні автори розуміють її як структурне утворення, як сукупність факторів або мотивів. У рамках іншого підходу мотивація розглядається як динамічне утворення, як процес, що підтримує психічну активність людини на певному рівні.

Висновки вітчизняних і зарубіжних дослідників свідчать, що в структурі мотивації волонтерів органічно поєднуються прагнення бути корисними, виражати співчуття та солідарність, впливати на досягнення суспільного балансу і справедливості з бажанням отримати соціальне схвалення й суспільне визнання.

Психолог Е. Клері та М. Снайдер, дійшли висновку, що індивіда спонукають до волонтерства шість чинників: *цінності* (виразити прихильність до людей, діяти відповідно до загальнолюдських цінностей); *покращення* (отримати знання й уміння, виявити себе в нових обставинах); *соціальність* (отримати схвалення); *розуміння* (підвищення самооцінки, відчувати себе корисним, знайомство

з новими людьми); *кар'єра* (отримати досвід, який буде важливим для працевлаштування); *захист* (послаблення негативних рис характеру, втеча від особистих проблем, зменшення негативних емоцій, провини) [5, с. 1516–1530].

У сучасному світі на перший план виходить унікальна цілісна особистість, яка має максимально реалізувати свої можливості та досягти успішності у соціально значущій активності, зокрема у суспільно корисній діяльності та спілкуванні. У зв'язку з цим актуальності набувають дослідження, спрямовані на визначення причинної зумовленості (детермінації) такої успішності. Виходячи з суті досліджуваних явищ, психологічним чинником ефективності процесу та результату активності суб'єкта є спрямованість особистості. Система домінуючих мотивів активності особистості утворює її мотиваційну сферу й визначає її спрямованість.

Проаналізувавши дослідження науковцями психологічних детермінант волонтерської діяльності, можна зробити висновок, що найбільш частими спонуками до участі у волонтерських програмах є як суб'єктивно значущі (внутрішні), так і суспільно значущі (зовнішні) детермінанти. На думку багатьох дослідників для продуктивного виконання прийнятих рішень та намічених робіт виділяють мотивацію, яка є провідною детермінантою такого виду діяльності.

Теоретичне дослідження зазначеної теми переконує нас у необхідності продовження вивчення проблеми психологічних детермінант, зокрема особливостей мотивації волонтерів, відстеження в подальшому мірі розвитку індивідуально- й соціально-психологічних чинників волонтерської діяльності.

Перспектива подальших досліджень вбачається у розробленні діагностичних програм, апробації технологій психологічного супроводу волонтерів, з метою формування в них необхідних особистісних якостей, закріплення умінь і навичок ефективної взаємодії з об'єктами надання допомоги.

Список використаних джерел:

1. Гапон Н. П. Соціально-психологічні аспекти дослідження волонтерства: мотивація та організаційні очікування волонтерів. Соціальна психологія. Юридична психологія Вип. 47. 2023 С. 171–174
2. Матвієнко Л. І. Особистість волонтера у психологічному вимірі: ціннісно-мотиваційний аспект (надання соціальних послуг вразливим верствам населення). Л. І. Матвієнко, К. С. Алексейченко // Ринок праці та зайнятості населення. – 2016. – №1. С. 50-59.
3. Скиданович В. Психологічна структура волонтерської діяльності студентів. Збірник наукових праць: психологія. 2018. Вип. 22. С. 62–68.

4. Юрчинська Г. К. Волонтерська діяльність: суть і психологічні детермінанти. Український психологічний журнал: збірник наукових праць-Київ, 2017 №2(4). С.188-204.

5. Clary E., Snyder M., Ridge R., Copeland J., Stukas A., Haugen J., Meine P. Understanding and assessing the motivations of volunteers: a functional approach. Journal of Personality and Social Psychology. 1998. Vol. 74. P. 1516–1530.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-11>

Бляхарський Я. О.,

*здобувач вищої освіти другого магістерського рівня за спеціальністю
053 – Психологія*

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

*Науковий керівник: **Маслянікова І. В.,***

кандидат психологічних наук, доцент,

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

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ АДИКЦІЇ ВІД ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН У ПІДЛІТКІВ ТА ЇЇ КОРЕКЦІЯ

Анотація. У роботі виокремлено основні чинники формування адикції від психоактивних речовин у підлітків: віковий, мотиваційний, соціально-психологічний. Підкреслено, що для проведення корекційної роботи слід попередньо вивчити особистість підлітка та мати засоби впливу на стресові фактори на навчанні, в сім'ї, в побуті тощо.

Ключові слова: адикція, залежність, психоактивні речовини, підлітковий вік, корекція.

BliharSKI Ya. Psychological factors of psychoactive substance addiction in adolescents and its correction

Summary. The main factors of the formation of addiction to psychoactive substances in teenagers are singled out in the work: age, motivational, socio-psychological. It is emphasized that in order to carry out work to overcome the consequences of the use of psychoactive substances in adolescents, it is necessary to first study the personality of the teenager and have means of influencing stress factors at school, in the family, in everyday life, etc.

Key words: addiction, dependence, psychoactive substances, adolescence, correction.

Проблема залежної особистості та залежної поведінки є особливо актуальною в сучасному суспільстві. Залежність є формою рабства, яка обмежує особистісні можливості. Будь-яка залежність є перешкодою на шляху до самореалізації.

Аналіз наукової літератури виявив відсутність єдиного визнаного поняття психологічної залежності. В широкому сенсі залежність є прагненням покладатися на когось або щось з метою отримання задоволення від адаптації [1]. Залежна поведінка виявляється тісно пов'язаною як зі зловживанням зі сторони особи чимось або кимось, так і з порушенням її потреб.

Особлива увага у фахових дослідженнях приділена виокремленню психологічних чинників формування адикцій, зокрема, й пов'язаної з уживанням психоактивних речовин підлітками. У рамках вирішення цієї проблеми дослідники виділяють низку факторів формування залежності від вживання психоактивних речовин у підлітків. Дедалі більшого поширення набуває багатофакторна теорія формування адикції до вживання психоактивних речовин, за якою чинники даної адикції розглядаються цілісно, як система, де важливий кожен компонент [3].

Найбільш широко у вітчизняних дослідженнях представлені соціально-психологічні передумови залучення підлітків до вживання психоактивних речовин. Так, Ю. С. Кокоріна, К. Е. Мірза виділяють проблему тиску групи як провідний соціально-психологічний чинник ризику формування адикції від уживання речовин психоактивного характеру [1, с. 13].

Достатньо частотною в фахових дослідженнях постає думка стосовно важливості впливу на формування підліткової адикції від уживання психоактивних речовин такого соціально-психологічного чинника, як мікроклімат у родині. Відсутність родинного добробуту, неблагополуччя в сім'ї часто служить тлом, яке підштовхує підлітка до вживання психоактивних речовин [2, с. 35].

З огляду на це Т. А. Мартинюк як провідні чинники формування адикції від уживання психоактивних речовин у підлітків виокремлює такі особистісно-психологічні причини:

- акцентуаційна схильність до наркозалежності (епілептоїдний, нестійкий, циклоїдний та істероїдний типи акцентуацій);
- нездатність підлітка до продуктивного виходу зі складних ситуацій, адекватного задоволення актуальних, життєво важливих потреб;

– несформованість і неефективність способів психологічного захисту підлітка, що викликає в нього потребу бодай тимчасового зняття емоційної напруги;

– наявність психотравмивної ситуації, раціональних шляхів розв'язання якої підліток не бачить, вдаючись до «втечі від реальності» [4, с. 339].

З метою дослідження психологічних чинників адикції від психоактивних речовин у підлітків нами було заплановано емпіричне дослідження.

Для констатувального етапу планується взяти дві групи осіб, залежних від уживання психоактивних речовин. Одна із груп буде експериментальною, друга – контрольною, групи будуть приблизно однакові, як за кількістю, так і за якісним складом.

Як гіпотезу дослідження приймаємо: більше схильні до вживання психоактивних речовин підлітки з високим рівнем сформованості адиктивної ідентичності, низьким рівнем сформованості особистісної ідентичності, самооцінки та базових переконань.

Для дослідження психологічних чинників адикції від психоактивних речовин у підлітків було обрано наступні методики:

1. «Адиктивна ідентичність» (С. Перевозкин, Ц. Короленко, Н. Самойлик, Ю. Перевозкина, Л. Левіна, Н. Дмитрієва), що дозволяє вивчити структуру адиктивності певної людини.

2. «Методика М. Куна «Хто я?» призначена для того, аби виявляти змістовні характеристики особистісної ідентичності.

3. Тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) використовується для того, аби з'ясувати, яким чином самі учасники дослідження усвідомлюють, розуміють свої психічні стани.

4. «Шкала базових переконань» (Р. Янов-Бульман), для з'ясування світоглядних домінант учасників опитування.

На формульовальному етапі планується проведення корекційної програми, участь у якій братимуть представники експериментальної групи. Ця корекційна програма полягає у пошуку внутрішніх опор психіки. Вона буде складатися з 7 тренінгових занять, на кожному з яких представники експериментальної групи проходять вправи, що покликані сформувати в них внутрішні резерви стійкості, здатності протистояти бажанню вживати психоактивні речовини, зробити їх неважливими, прибрати зі списку особистісних цінностей.

На контрольному етапі планується провести повторну діагностику з використанням тих самих методик, що й на констатувальному, для порівняння наявності або відсутності змін, орієнтуючись на експериментальну групу.

Робота з подолання наслідків уживання психоактивних речовин в осіб підліткового віку є сукупністю попереджувальних заходів, орієнтованих на зниження ймовірності розвитку передумов і проявів схильності до адикцій. Профілактика включає заходи як психологічного, так і непсихологічного організаційно-управлінського, виховного характеру.

Важливим аспектом у подоланні наслідків вживання психоактивних речовин в осіб підліткового віку є саморегуляція. Необхідність саморегуляції виникає тоді, коли підліток стикається з новою, незвичною, важкою для нього проблемою, яка не має однозначного рішення або передбачає кілька альтернативних варіантів. У ситуації, коли підліток перебуває в стані підвищеного емоційного та фізичного напруження, що спонукає його до імпульсивних дій. Або в разі якщо він знаходиться в ситуації оцінювання з боку інших людей.

Психологічні основи саморегуляції містять у собі управління, як пізнавальними процесами, так і особистістю: поведінкою, емоціями і діями. Знаючи себе, свої потреби і способи їх задоволення, людина може більш ефективно, раціонально розподіляти свої сили протягом кожного дня.

Саме завдяки вчасно виконаній роботі з подолання наслідків вживання психоактивних речовин підліток зможе правильно орієнтуватися у власних психічних станах, адекватно оцінювати їх і ефективно керувати собою для збереження і зміцнення власного психічного здоров'я і, як наслідок, досягнення успіху в професійній діяльності, а так само оптимізації психологічного клімату і міжособистісної взаємодії в колективі.

Для проведення роботи з подолання наслідків вживання психоактивних речовин в осіб підліткового віку слід попередньо вивчити особистість підлітка, його соціальний стан, ситуацію; потрібно мати засоби впливу на стресові фактори на навчанні, в сім'ї, в побуті тощо. Створити умови для розвитку профілактичної діяльності як самостійного напрямку – одна з найважливіших задач психокорекційної роботи.

Список використаних джерел:

1. Кокоріна Ю. С., Мірза К. Е. Вивчення депресивних та тривожних станів у осіб, які залежні від психоактивних речовин. *Colloquium-journal*. 2020. № 5(57). С. 12–15

2. Маркова М. В. Адиктивний статус студентської молоді м. Києва: психосоціальний, клінічний та структурний аналіз. *Медицина психологія*. 2013. Т. 8. № 3. С. 34–41.

3. Маркова М. В., Пшук Є. Я. Особливості комунікативних копінг-ресурсів хворих на алкогольну залежність. *Медична психологія*. 2013. № 2–3. С. 205–208.

4. Мартинюк Т. А. Залежність неповнолітніх від вживання психоактивних речовин. *Наук. зап. Вінниц. держ. пед. ун-ту ім. Михайла Коцюбинського* : зб. наук, праць. 2008. Вип. 25. С. 338–343.

5. Мартинюк Т. А. Психоактивна речовина як провідний об'єкт залежності підлітків. *Зб. наук, праць студентів та аспірантів* / [за ред. П. М. Гусака та Н. І. Корпач]. Луцьк : ПП Іванюк, 2010. С. 76–79.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-12>

Dywnych H. A.,

*Candidate of Science in Public Administration, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Foreign Philology
Chernihiv Polytechnic National University*

THE POTENTIAL OF UNIVERSITIES FOR VETERANS' SOCIAL ENTREPRENEURSHIP DEVELOPMENT

Summary. This work highlights the issue of strengthening the role of universities in the process of developing social entrepreneurship of former military personnel as a tool for their social adaptation. The researches conducted throughout the world and a Ukrainian survey have been studied.

Key words: social entrepreneurship, university, ex-servicemen, social adaptation.

Дивнич Г. Потенціал університетів для розвитку соціального підприємництва ветеранів

Анотація. У даній роботі висвітлено питання посилення ролі університетів у процесі розвитку соціального підприємництва колишніх військовослужбовців як інструменту їх соціальної адаптації. Розглянуто дослідження, проведені у різних країнах світу і попередні результати опитування, яке проводиться в університеті Чернігова.

Ключові слова: соціальне підприємництво, університет, колишні військовослужбовці, соціальна адаптація.

Nowadays Ukraine is undergoing a difficult period of its development under the conditions of war. The question of reintegration of ex-combatants that emerged after the beginning of ATO in 2014, is gaining more and more

attention with increasing number of people being mobilized and participating in the military actions, later becoming the veterans. As researchers state, reintegration is the process of a person's return/entry into a social system by restoring/forming social connections, attachments and relationships, acquiring social experience, social competence. In this process, social and personal dysfunctions may be the reasons of difficulties, however veterans themselves should be regarded as active participants of the process [5]. A number of researchers outline the potential of social entrepreneurship as a tool of veteran's reintegration as it combines the social and economic factors, enhances the role of a veteran in a community (J. Michael Haynie, Gary Shaheen, F. R. Blass, D. J. Ketchen, S. A. Kerrick, D. Cumberland, M. Church-Nally and others).

In our work, we would like to outline the potential of higher educational establishments to contribute to the development of social entrepreneurship in general and veterans' social entrepreneurship in particular.

There are several case studies that analysed the role of universities in developing social entrepreneurship. For example, interviews performed in USA, the UK, Ireland and Australia among ten senior-level academics that have practical experience in the (social) entrepreneurship and social innovation space, stated that universities have to play a bigger role in the development of the society, in particular by focusing on the role of students as the agents of change and creating educational programmes with the focus on entrepreneurship [8]. Another survey, that involved 380 university students in Bangladesh, showed that a university may foster social entrepreneurship among its graduated by creating an entrepreneurial network, fostering entrepreneurial education and providing a more clear university support to young entrepreneurs [4]. Data collected from the analysis of social enterprise cases in Singapore underlines the importance of mentor networks at universities with invited experts in the field of social entrepreneurship, as well as of the accelerator programmes that connect young people with potential customers and partners, and of course the infrastructural support facilities that a university may provide to its students [1]. Researches also support the idea that universities may support the development of social entrepreneurship by providing their students with transversal social entrepreneurship projects in various courses to make them more capable and self-confident [3] and by creating a more open-to-innovation environment, involving more lecturers competent in social entrepreneurship to teaching and basically including social entrepreneurship into the curricular [7].

Researches focusing on the activities of Ukrainian universities show that our higher educational establishments often have internal policies, supporting start-ups and innovation projects, or even directly implement

projects aimed at social entrepreneurship development in their communities and establish specialised centres for better management of the process [2]. Ukrainian researchers directly state the key role a university may play in developing the ecosystem of social entrepreneurship to support the reintegration of veterans through strategic planning, implementation of the universities' "third mission", formal inclusion of social entrepreneurship topic into the curriculum, as well as providing non-formal courses directed at developing necessary skills and knowledge [6].

From the practical side, it could be useful to analyse not only the students perception of the question, but also the readiness of university teachers, their understanding of the question and their role in this ecosystem.

There is an ongoing survey among lecturers of Chernihiv Polytechnic National University (Ukraine) that is organized by its young researchers based on the specially designed questioner that has a number of questions to define the level of teachers' awareness of the social entrepreneurship and its importance for the community and veterans' reintegration process, their attitude towards the university role in this process in general and their personal capabilities in influencing the situation. The answers are being collected both from senior academic staff and their junior colleagues, specializing in different fields of knowledge.

Preliminary results show that 71% of academic staff knows what social entrepreneurship is and almost 60% have some relevant topics in their curriculum. 86% believe social entrepreneurship is an effective tool for veterans' support, providing them with the possibility to: get employed in civil life (81%), implement their knowledge and skills (30%), realize their potential (27%), get financial support (9%). Three aspects of university activity are outlined as the key ones in this process: giving consultations to veterans on social entrepreneurship, implement study courses on social enterprises and motivate students to open social enterprises where veterans could be employed. At the same time, when asked how they personally can contribute to this process, the majority selects participation in round tables and seminars on social entrepreneurship (90%), giving students course projects on social entrepreneurship (85%) and forming necessary skills and knowledge within courses that are not directly related to social entrepreneurship (71%). We haven't received answers that would include their readiness to become mentors or get actively involved with veterans in any other form. The survey will be conducted till the end of December 2023 and a comprehensive analysis of its results will be published in 2024.

In conclusion, we may state that researchers all over the world study the potential of universities in the development of social entrepreneurship, stating the positive trends, as well as the spheres where improvements are needed. In Ukraine this question is strengthened by the need to support

veterans, the number of which is increasing with every year of the war. There some positive practices in this field and we believe that more findings and recommendation on the necessary practical steps will be made in the nearest future.

Bibliography:

1. Cheah S, Ho Y. P. Building the ecosystem for social entrepreneurship: University Social Enterprise Cases in Singapore. *Science, Technology and Society*. 2019. 24(3). P. 507–526.

2. Dyvnych H, Verbytska A. University strategy on social entrepreneurship development: the potential for veterans' reintegration. *Knowledge, Education, Law, Management*. 2023. 56. P. 208–213. 10.51647/kelm.2023.4.30

3. García-González A, Ramírez-Montoya M. S. Social entrepreneurship education: changemaker training at the university. *Higher Education, Skills and Work-Based Learning*. 2021. 11(5). P. 1236–1251.

4. Hassan H. K. Intention towards social entrepreneurship of university students in an emerging economy: the influence of entrepreneurial self-efficacy and entrepreneurship education. *On the Horizon*. 2020. 28(3). P. 133–151.

5. Нагорна Н. С., Максьом К. В. Соціальне підприємництво як детермінанта реінтеграції військовослужбовців, ветеранів АТО/ООС та членів їх сімей. *Габітус. Науковий журнал з соціології та психології*. 2022. № 36. С. 272–276. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.36.45>

6. Нагорна Н. Роль закладів вищої освіти у підготовці особистості до соціального підприємництва. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. 30(4). С. 135–147. <https://doi.org/10.31108/2.2023.4.30.12>

7. Roslan M. H. H., Hamid S., Ijab M. T., Yusop F. D., Norman A. A. Social entrepreneurship in higher education: challenges and opportunities. *Asia Pacific Journal of Education*. 2022. 42(3). P. 588–604.

8. Thomsen B, Muurlink O, Best T. The political ecology of university-based social entrepreneurship ecosystems. *Journal of Enterprising Communities: People and Places in the Global Economy*. 2018. 12(2). P. 199–219.

Кучинський В. О.,

вихователь

Навчально-реабілітаційного центру № 21

Оболонського району м. Києва

ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ У РАНЬОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Публікація актуалізує питання у формуванні стресостійкості дітей, які мають інтелектуальні та психологічні порушення, затримку психічного розвитку під час пубертатної кризи, які можна поліпшити засобами терапевтичних технологій. Презентовано методи та методики вивчення чинників та особливостей вияву стресових ситуацій у підлітків. Розглянуто специфіку застосування арт-терапевтичних технологій для поліпшення у дітей психологічного стану. Презентовано перелік методів, спрямованих на корекцію стресової поведінки у підлітків з інтелектуальними порушеннями.

Ключові слова: стресостійкість, арт-терапія, підлітковий вік, інтелектуальні порушення.

Kuchynskiy V. Formation of stress resistance in children with intellectual disabilities in early adolescence by means of art therapy technologies

Summary. The publication actualizes the issue of forming stress resistance in children with intellectual and psychological disabilities, mental retardation during puberty, which can be improved by means of therapeutic technologies. Methods and techniques for studying the factors and peculiarities of stressful situations in adolescents are presented. The specifics of the use of art therapy technologies to improve children's psychological state are considered. A list of methods aimed at correcting stressful behavior in teenagers with intellectual disabilities is presented.

Key words: stress resistance, art therapy, adolescence, intellectual disabilities.

Процес становлення та розвитку особистості розпочинається з моменту народження людини та триває протягом усього її життя. Однак особливу роль відіграє період раннього підліткового віку, коли відбувається пубертатна криза та закладаються багат

фундаментальних чинників, що виконують роль життєвих орієнтирів у ході подальшого розвитку особистості. Проблема використання терапевтичних технологій як ефективного засобу виховання та сприятливого впливу на психіку людини досліджувалася на мультидисциплінарному рівні багатьма дослідниками у сфері психології, психотерапії, педагогіки, мистецтвознавства тощо. Так, особливості використання різних видів мистецтва з метою впливу на розвиток та корекцію особистості висвітлювали в своїх дослідженнях Е. Крамер, М. Наумбург, О. Пилипенко, Г. Побережна, К. Рудестам, Ю. Савченко, О. Федій, І. Чемпернон та інші науковці.

Серед учених, які досліджували різні аспекти стресу та стресостійкості, можна відзначити таких вітчизняних та зарубіжних учених, як: М. Вебера, Р. Грановську, О. Карабанову, О. Личко, Г. Сельє та ін.

У сучасних умовах зростання кількості підлітків із тривожністю, агресивною поведінкою, низькою самооцінкою, що є проявами недостатньої сформованості стресостійкості особистості, на яких не можуть звичайними методами корекції поведінки вплинути сучасні корекційні педагоги та психологи, потребує проведення більш ґрунтовних досліджень можливості корекції поведінки дітей, особливо під час переживання пубертатної кризи, в умовах навчально-реабілітаційних закладів освіти засобами арт-терапевтичних технологій.

У сучасній психолого-педагогічній літературі поняття «стрес» (англ. stress – «тиск», «зусилля», «напруга», «зовнішній вплив») трактується у широкому та вузькому розумінні. Так, у Великому словнику сучасної української мови за редакцією В. Бусела стрес є станом підвищеної нервової напруги, перенапруги, викликаний будь-яким сильним впливом, і є захисною реакцією організму на різні несприятливі чинники [2].

З позиції психології, стрес є станом надмірно сильною і тривалою психологічною напругою, що виникає в людини, якщо її нервова система отримує емоційне навантаження [1, с. 41]. У цілому на сьогодні можна стверджувати, що стрес – це загальне напруження організму, що виникає під впливом надзвичайного подразника (стресора).

Питаннями стресостійкості займалися багато вчених (Г. Коплевіц, Н. Трофайла та ін.), які досліджували проблеми взаємозв'язку особистості та діяльності, розвитку особистості на життєвому шляху, ролі важких життєвих ситуацій у цьому процесі. Так, деякі дослідники (П. Зільберман, Т. Поніманська) пов'язують стресостійкість із властивостями темпераменту – емоційною стійкістю. П. Зільберман відзначає стресостійкість як певне нерозумне явище, що характеризується відсутністю адекватного відображення ситуації, що змінилася, що свідчить про недостатню гнучкість, пристосовуваність [4].

Т. Поніманська емоційну стійкість розглядає як здатність особистості долати стан зайвого емоційного збудження під час виконання складної діяльності [4].

Узагальнивши деякі наукові підходи до розуміння сутності стресу та стресостійкості, було сформульовано такі дефініції цим поняттям: стрес – це надмірна психологічна або фізіологічна напруга, що виникає в ході впливу несприятливих факторів на людину; стресостійкість є готовністю особистості спокійно приймати будь-які зміни будь-якого характеру (тривалого, миттєвого).

Стресостійкість дитини з інтелектуальними порушеннями має чотирьох компонентну структуру, що включає: 1) наявність любові до себе та самосприйняття; 2) вміння релаксувати; 3) вміння долати негативні емоції та стани; 4) оптимізм (загальне позитивне ставлення до різних подій у житті) [1, с. 41].

Аналіз сучасної педагогічної, психологічної, корекційної та методичної літератури свідчить про те, що арт-терапевтичні технології можуть розглядатися як один із засобів психокорекційної роботи з дітьми з інтелектуальними порушеннями під час пубертатної кризи, спрямованої на формування у них стресостійкості за допомогою використання різних технологій творчості і мистецтва.

Терапевтичний ефект арт-терапії (музикотерапії, ігротерапії, кольоротерапії, казкотерапії, ізотерапії, мандало терапії, ебрутерапії, тощо) полягає у можливості підлітка з інтелектуальними порушеннями здійснювати емоційне, психомоторне самовираження, розвитку здібностей дитини до емоційної саморегуляції, забезпеченні подолання страху, скутості, сором'язливості та напруги. У дитини з порушеннями когнітивного розвитку зміцнюється впевненість у собі, самоприйняття, розвивається позитивне ставлення до себе, підвищується самооцінка, відновлюється довіра до дорослих та однолітків [2, с. 14]. Під час арт-терапевтичних занять підліток може програвати ті зразки поведінки, які не реалізує у повсякденному житті через особистісні особливості (бути сміливим, спритним, хоробрим, товариським).

Як зазначає Р. Оспен, низький рівень сформованості стресостійкості у дитини підліткового віку з інтелектуальними порушеннями знаходить своє відображення у поведінці дитини (агресія, тривожність, невпевненість у собі, сором'язливість тощо) та може впливати на аспекти пізнання, які мають вирішальне значення для успішного навчання та продуктивності: 1) звернення уваги те, що має бути вивчено; 2) ефективне оброблення інформації; 3) вилучення інформації та демонстрація навичок, які раніше були вивчені [5, с. 3–4].

Основними ознаками браку стресостійкості та підвищеним рівнем тривожності дитини з інтелектуальними порушеннями в період

пубертатної кризи, які є підґрунтям для використання арт-терапевтичних засобів з метою корекції поведінки, є такі: 1) неуважність та занепокоєння; 2) проблеми з концентрацією уваги; 3) деструктивна поведінка; 4) надмірні пошуки впевненості; 5) страх перед конкретними діями; 6) помилки, рутинні зміни або нові ситуації, що викликають паніку; 7) прокрастинація; 8) уникнення спілкування чи групової роботи з однолітками/дорослими [3].

Розглядаючи специфіку використання арт-терапевтичних технологій з метою психокорекції агресивної та тривожної поведінки підлітків з інтелектуальними порушеннями та формування у них стресостійкості, слід зауважити, що важливу роль тут відіграє те, наскільки дитина може встановлювати оптимальну для себе дистанцію у відносинах із педагогом. Крім того, особливе значення має наявність фізичного контакту дитини з різними художніми та природними матеріалами (глиною, гуашшю, тістом, піском, водою тощо). Підліток може самостійно здійснити свій вибір, що дозволяє не лише відреагувати на переживання, а й поживити сферу фізичних відчуттів [4]. Наприклад, через малюнок, гру, танці у дитини з інтелектуальними порушеннями знаходиться вихід для соціально неприйнятних негативних емоцій та почуттів, оскільки вона у процесі арт-терапевтичної роботи знімає напругу.

Позитивними результатами у процесі використання арт-терапевтичних технологій як засобу формування стресостійкості у дітей з інтелектуальними порушеннями, які переживають пубертатну кризу, є [3, с. 64]: 1) виникнення адекватного емоційного реагування дитини на ситуацію, тобто прийнятна реакція, допустима в соціумі; 2) полегшення процесу комунікації; 3) виникнення можливості невербального контакту, а також можливості подолання комунікативних та психологічних бар'єрів та захист; 4) створення сприятливих умов для розвитку саморегуляції і довільності; 5) розвиток почуття внутрішнього контролю; тощо.

Таким чином, процес формування стресостійкості у дитини з порушеннями когнітивного розвитку в пубертатному періоді є процесом довготривалим, який ґрунтується на чотирьох постулатах: наявності любові до себе та самоприйняття; оптимізмі; вмінні релаксувати; та вмінні долати негативні емоції/стани. Технології арт-терапії – це ефективний засіб формування стресостійкості у дитини підліткового віку з інтелектуальними порушеннями, оскільки: забезпечує здійснення емоційного, психомоторного самовираження; сприяє розвитку творчих здібностей та креативності.

Список літературних джерел:

1. Вознесенська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : [зб. наук. праць] / Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2015. Київ : КНУ імені Тараса Шевченка. № 3(29). С. 40–47.
2. Пірогова Н. М. Корекція тривожності дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії. *European Journal of Natural History*. 2014. № 5. С. 14–16.
3. Серета І. В., Збишко Є. А. Використання технології арт-терапії в корекційно-виховній роботі. *Інноваційна педагогіка*. 2019. Випуск 10. Т. 1. С. 63–66.
4. Хіля А. В. Арт-терапія у системі засобів виховання ціннісного ставлення до життя у дітей та молоді з функціональними обмеженнями. *Методичні матеріали*. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2017. 252 с.
5. Oepen R., Martin L., Bauer K., Gruber H. Creative Arts Interventions for Stress Management and Prevention – A Systematic Review. *Behav Sci (Basel)*. 2018. Vol. 8(28). P. 1–18.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-14>

Маслянікова І. В.,

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

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЯК ЗАГАЛЬНА ТЕХНОЛОГІЯ РОБОТИ ІЗ ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ

Анотація. Соціально-психологічна адаптація є ефективною технологією роботи, яка здатна задовольнити потребу людей похилого віку у їх інтеграції в суспільство за нових умов, а також сприяє створенню інклюзивного суспільства, яке б повною мірою сприймало людей похилого віку як рівноправних, визнавало їхні права на освіту, особистісний розвиток, професійну діяльність та участь у суспільному житті.

Ключові слова: технології роботи із людьми похилого віку, соціально-психологічна адаптація, люди похилого віку.

Maslianikova I. Socio-psychological Adaptation as a General Technology for Working with the Elderly

Summary. Socio-psychological adaptation is an effective work technology that can satisfy the need of the elderly for their integration into society under new conditions, and also contributes to the creation of an inclusive society that would fully perceive the elderly as equals, recognize their rights to education, personal development, professional activity and participation in public life.

Key words: technologies of working with elderly people, social and psychological adaptation, elderly people.

Однією з тенденцій, що спостерігається в останні десятиліття у світі, є зростання абсолютного числа й відносної частки населення людей похилого віку. Відбувається неухильний та досить швидкий процес зменшення в загальній чисельності населення частки дітей і молоді й збільшення частки людей похилого віку. Зазначена ситуація є характерною і для України. Так, за даними ООН, у 1950 р. у світі проживало приблизно 200 млн. людей у віці 60 років і більше, до 1975-го року їх кількість зросла до 550 млн. За прогнозами, до 2035 р. чисельність людей старше 60 років досягне 1,2 млрд. осіб. Відповідно до класифікації ВООЗ до людей похилого віку відносяться люди у віці від 60 до 74 років, до старих – у віці 75–89 років, до довгожителів – люди у віці 90 років і більше.

Традиційно виділяються чотири періоди в житті людей похилого віку [2]: період виходу на пенсію – 55–69 років (передстаречий період); старечий період – 70–79 років; пізньостаречий період – 80–89 років; старезність – від 90 років і більше.

Щодо проблем людей похилого віку, то їх об'єднують у три великі групи: здоров'я і медична допомога; матеріальне становище; інтеграція в суспільство [4]. На жаль, громадяни похилого віку є найбільш соціально незахищеною категорією населення, що потребує особливої уваги і соціального захисту з боку держави. Старість, як період життя людей вбирає в себе багато корінних проблем як медично-біологічної, так і соціально-побутової сфер. У цей період перед людьми похилого віку виникає безліч проблем, оскільки їх часто відносять до категорії «маломобільного» населення, вони виступають найменш захищеною, соціально уразливою частиною суспільства. Це пов'язано, перш за все, з проблемою порушення фізичного стану, викликаного захворюваннями із зниженою руховою активністю. Зниження життєвого тону, в значній мірі, пояснюється психологічними чинниками: песимістичною оцінкою майбутнього, безперспективним життям, тривожністю, зниженням самооцінки.

Війна в Україні, розпочата 24 лютого 2022 року, додала проблем людям похилого віку. Багато з них іще пам'ятають Другу світову війну, тому поточні події можуть викликати травмуючі спогади та супутні емоції, які ведуть до погіршення здоров'я, особливо психічного. Нинішня ситуація в Україні викликає багато складних емоцій, таких як сум, страх, розчарування та почуття безсилля. Крім того, у людей похилого віку часто виникають проблеми з надійним доступом до новин, наприклад, вони дивляться інформаційні служби лише одного телеканалу, що посилює їхню тривогу та розгубленість у складній ситуації. Великий обсяг новин також може стати джерелом стресу. Тому їм важливо знайти баланс між повсякденними обов'язками, задоволеннями та занепокоєнням про ситуацію в Україні та світі. Люди похилого віку часто почуваються самотніми, тому також важливо заохочувати їх підтримувати зв'язок із друзями та сім'єю. Крім того, багато людей похилого віку обтяжені хронічними захворюваннями, які значно знижують їх настрій і ускладнюють адаптацію до нових реалій.

Враховуючі вище зазначене, зацентруємо увагу у нашому дослідженні на соціально-психологічних технологіях роботи із людьми похилого віку, які спрямовані на розпізнання, формулювання й розв'язання особистісних проблем клієнта, що безпосередньо стосуються питань побуту, психології, права моралі та ін. У практиці роботи з людьми похилого віку виділяють загальні технології, які передбачають організацію та здійснення діяльності та спеціальні технології – ґрунтуються на різних видах допомоги та спрямовані на вирішення конкретних проблем. Важливою технологією у контексті даного дослідження слід назвати технологію *соціально-психологічної адаптації*, коли відбувається процес активного пристосування клієнта похилого віку до нових для нього соціальних умов життєдіяльності.

Соціальна адаптація людей похилого віку пов'язана із вступом у нове коло ролей, що відповідає статусу пенсіонера. При цьому людині потрібно вчитися опановувати нормативними моделями поведінки, які відповідають цим ролям, а також способам їх реалізації. Норми й вимоги, пропонувані до людей, що достигли меж певного віку, змінюються залежно від очікувань оточуючих їх людей. Вихід на пенсію й перехід у нову вікову групу перед людиною ставить нові завдання. На цьому етапі життя пенсіонер приймає нові ролі й відходить від старих. Найчастіше зміна ролей впливає на психологічну стабільність. У випадку позитивного прийняття нових ролей, людина адаптується до нової соціальної ситуації, тобто до пенсійного періоду життя. Таким чином, рівень рольової адаптації слугуватиме одним із критеріїв соціальної адаптації [1].

У сучасній практиці для роботи з людьми похилого віку застосовуються різні види соціальної адаптації: соціально-економічна адаптація – це процес засвоєння нових соціально-економічних норм і принципів економічних відносин; соціально-педагогічна адаптація – це формування ціннісних орієнтирів людини за допомогою системи освіти, навчання й виховання; соціально-психологічна адаптація – це процес пристосування психіки людини до стресових впливів і навчіння уникненню зайвого навантаження через формування оптимального фізичного й нервово-психічного тону, який потрібний для нормальної життєдіяльності людини; соціокультурна адаптація – здійснюється засобами мистецтва й культури, підвищенням рівня самооцінки особистості, через творче самовираження [3].

Критеріями успішної соціальної адаптації людей похилого віку є високий соціальний статус у нових для них умовах, їх емоційна й психологічна задоволеність життям. На соціальну адаптацію людей похилого віку впливають наступні фактори: характеристика району проживання (давнина забудови, ступінь переважання виробничого або соціального комплексу об'єктів, рівень благоустрою й розвитку сфери обслуговування населення, забезпеченість транспортним сполученням); характеристика сімейно-побутового середовища (склад сім'ї, сумісність або роздільність проживання з родичами, ставлення до людини похилого віку, її дохід, матеріальна й інша допомога, надавану сім'єю); соціально-демографічна характеристика людей похилого віку (стать, вік, сімейний стан, освіта, спеціальність або професія, загальний виробничий стаж, стаж перебування на пенсії, її розмір); стан здоров'я; ціннісні орієнтації особистості (у сферах праці, сім'ї, дозвілля, громадської діяльності); загальна спрямованість інтересів особистості на ту або іншу сферу діяльності; соціальні установки особистості, пов'язані з різними життєвими обставинами, важливими для пенсіонерів (прийняття матеріальної допомоги від дітей, вибір громадського доручення); показники задоволеності або незадоволеності положенням на виробництві, у сім'ї, громадській організації або способом життя як пенсіонера; думки про діяльність різних інститутів й організацій, пов'язаних із соціальним забезпеченням людей похилого віку, їх працевлаштуванням, медичним і побутовим обслуговуванням [3].

Критеріями соціально-психологічної адаптації людей похилого віку є: на рівні суспільства – ступінь зближення ціннісних орієнтацій різних статевовікових груп суспільства; на рівні групи – ступінь позитивності соціальної ідентичності, ролівої адаптації; на рівні особистості – пристосованість до процесу старіння й ступінь позитивності особистісної ідентичності [1].

Підсумовуючи сказане щодо соціально-психологічної адаптації як важливої та необхідної технології у роботі із людьми похилого віку зауважимо, що при впровадженні такої роботи, крім загальних факторів та критеріїв, які впливають на успішність адаптивних процесів людей похилого віку, слід також враховувати їхні соціально-групові й індивідуальні особливості, освітній рівень та інтереси, вікові зміни інтелекту, пам'яті, здатність сприймати нову інформацію. Професійний та комплексний підхід щодо використання соціально-психологічної адаптації у роботі із людьми похилого віку здатен задовольнити їхню потребу в інтеграції в суспільство за нових умов, що в свою чергу сприятиме створенню інклюзивного суспільства, яке б повною мірою сприймало людей похилого віку як рівноправних, визнавало їхні права на освіту, особистісний розвиток, професійну діяльність та участь у суспільному житті.

Список використаних джерел:

1. Вдовиченко Т. Соціальна та професійна адаптація осіб пенсійного віку. *Світ фінансів*. 2018. № 2. С. 126–130.
2. Михальська С. А. Психологічні особливості людей похилого віку. *Збірник наукових праць К-ПНУ ім. І. Огієнка. Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 425–434.
3. Семигіна Т. Сучасна соціальна робота. Київ : Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2020. 275 с.
4. Терещенко І. І., Наумець А. М. Особливості соціальної роботи з людьми похилого віку в умовах сучасної України. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право : збірник наукових праць*. 2011. № 3(11). С. 113–117.

Потапенко С. О.,

*студентка 2-го курсу магістратури за спеціальністю 053 – Психологія
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

Науковий керівник: Мігіна С. В.,

доцент, кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЖІНОК В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація. У статті розглядається проблема формування стресостійкості жінок в умовах воєнного стану. Відображено підходи стосовно розкриття сутності поняття «стресостійкість». Емпірично визначені психологічні чинники стресостійкості жінок дорослого віку.

Ключові слова: стресостійкість, жінки, толерантність до невизначеності, життєстійкість, ресурси стресостійкості.

Potapenko S. Formation of the stress resistance of the women in the minds of the military camp

Summary. The article considers the problem of the formation of women's stress resistance in the conditions of martial law. Approaches to uncovering the essence of the concept of "stress resistance" are reflected. Empirically determined psychological factors of stress resistance of adult women.

Key words: stress resistance, women, uncertainty tolerance, resilience, stress resistance resources.

В Україні, в умовах воєнного стану, вирішення проблем, пов'язаних із зростом тривожності та стресу, а також необхідністю формування індивідуальної стресостійкості з метою збереження психічного здоров'я в кризі, актуалізує дослідження даної проблеми. Стійкість до стресу – один із важливих показників психічного здоров'я людини та важливий показник нормального функціонального стану організму людини в цілому. [2] Ця психологічна властивість уможлиблює реалізацію фізичних та духовних потенцій особистості, оберігає її від дезінтеграції, сприяє досягненню високого рівня працездатності.

Більшість вчених тлумачать стресостійкість як комплексну властивість особистості, що характеризується необхідною адаптацією до екстремальних умов, яка обумовлена рівнем активації ресурсів

організму і проявляється в показниках його функціонального стану та здатності успішно здійснювати життєдіяльність [4]. У загально психологічному плані проблема стресостійкості представлена в рамках теорій особистості (Г. Олпорт, Р. Кеттел, К. Роджерс та ін.), теорії мотивації досягнення (Д. Макклеланд та ін.), теорії гомеостазу (В. Кеннон) і стресу (Г. Сельє), теорії адаптаційно-трофічного значення симпатичної нервової системи (Л. А. Орбелі), теорії темпераменту і властивостей нервової системи (І. П. Павлов, В. Д. Небиліцин та ін.), теорії надійності діяльності (Б. Ф. Ломов та ін.), теорії інтегральної індивідуальності (В. С. Мерлін), концепції професійної самосвідомості (Л. М. Мітіна). Вчені наголошують на багатокомпонентній структурі стресостійкості.

Підтримання або підвищення рівня стресостійкості людини пов'язане з пошуком ресурсів, які можуть допомогти особистості подолати негативні наслідки переживання стресових ситуацій та запобігти їх виникненню у майбутньому. Це внутрішні та зовнішні змінні, які сприяють психологічній стійкості в ситуаціях стресу [5].

Реакція на стрес завжди є дуже індивідуальною і залежить від сукупності факторів. Помірний, короточасний стрес зазвичай не викликає проблем. Однак, під час воєнних дій організм перебуває у стані постійної тривоги, працює у стадії мобілізації та готовності до стресу, а фізичні та психічні сили поступово виснажуються, що має значний руйнівний вплив на загальний стан здоров'я [1]. Саме такі процеси наразі тривають в нашій країні вже десять років. З них, в фазі повномасштабних бойових дій вже майже 2 роки. І до всіх загальних викликів війни, на жінок дорослого віку, лягло додаткове навантаження. В умовах війни однією з очікуваних ролей жінок стало піклування про близьких. На початку воєнного вторгнення жінки з дітьми та батьками похилого віку вимушені були їхати в повну невизначеність. Різко зросло навантаження на жінок, які виконують неоплачувану роботу з догляду (виховання дітей, піклування про хворих і старих, прибирання й приготування їжі). Саме жінкам дорослого віку довелося продумувати і забезпечувати всім необхідним родину в умовах відсутності енергопостачання, підлаштовувати свої плани під графік наявності електрики. У зв'язку з економічною кризою або руйнацією підприємства, багато жінок втратили роботу та засоби до існування. При цьому працевлаштуватися жінкам за 40 років майже неможливо, а під категорію допомоги від недержавних організацій вони не підпадають. При цьому в сім'ї жінка має залишатися «острівцем» спокою для дітей, батьків та чоловіка. Особливо складною стає ситуація, в якій чоловік захищає країну на фронті. Тут додаються

ще хвилювання за нього та потребу навчатися стосункам по новому: на відстані, з людиною, травмованою бойовим досвідом.

Та кожна жінка є творцем майбутнього України. Бо саме вона народжує і виховує майбутнє покоління. Психологічний стан жінок є дуже важливим не тільки для теперішнього часу, щоб ми могли вистояти, а й для майбутнього, бо країні треба відроджуватися. Тому формування стресостійкості у жінок дорослого віку є вкрай важливим для профілактики колективної травми та формування щасливих майбутніх поколінь, і саме це стало предметом нашого дослідження.

У процесі нашого дослідження було вивчено психологічні чинники стресостійкості та розроблена програма формування стресостійкості жінок дорослого віку в умовах воєнного стану. Виявлено, що серед жінок, які мають статус ВПО, відсоток осіб з високим і низьким рівнем інтолерантності до невизначеності в два рази вищий ніж відсоток осіб, які мешкають вдома. Це свідчить про те, що внутрішньо переміщені особи мають додаткові виклики, пов'язані з пошуком житла, влаштуванням побутових умов та ін. Жінки ВПО більше втомлені постійною наявністю стрес подразників, втомилися від умов невизначеності. Наявність під опікою неповнолітніх дітей теж сприяє зниженню рівня толерантності до невизначеності. Жінки, які мають неповнолітніх дітей, повинні зберегти не тільки своє життя, а й життя дітей, і надати належні умови для їх зростання. Тому вони більше ніж ті, хто не має дітей, шукають однозначності в житті та відчувають більший страх невідомості і дискомфорту у невизначених ситуаціях. Виявлено, що зв'язок між рівнем толерантності до невизначеності та стресостійкістю помірний та прямий.

Дані, отримані в ході експерименту, свідчать про те, що українські жінки дорослого віку усвідомлюють свою здатність успішно долати стрес, перешкоди, боротися та впливати на своє життя. Але вони потребують допомоги в усвідомленні особистісних ресурсів подолання стресу, якими вони зазвичай користуються, ознайомленні зі всім спектром ресурсів та розвитку навичок ними користуватися.

З метою зниження рівня тривожності та підвищення стресостійкості жінок в умовах воєнного стану, актуалізації особистісних ресурсів подолання стресу нами була впроваджена тренінгова програма. В основу тренінгової програми (далі – Тренінг) нами покладена ресурсоорієнтована модель BASIC Ph [5]. Ця модель ґрунтується на тому, що в кожного є своє власне унікальне поєднання ресурсів подолання стресу. Модель широко адаптована у психологічній практиці, охоплює весь спектр ресурсів, які можуть допомогти впоратися зі стресом, та ґрунтується на глибоких теоретичних та емпіричних розвідках.

В рамках Тренінгу були застосовані вправи і техніки з різних напрямків психотерапії, саме: тілесно-орієнтованої, когнітивно-поведінкової терапії, медитації, арт-терапії. Опробована тренінгова програма має позитивні результати. Порівняльний аналіз результатів до та після тренінгу показує, що рівень стресостійкості жінок після формуючого експерименту став значно вище.

Отже, за результатами емпіричного дослідження можна зробити висновок, що в умовах воєнного стану, для вирішення питань формування стресостійкості особистості з метою збереження психічного здоров'я в кризовий період є доцільним впровадження у широкі верстви населення програм, які можуть допомогти особистості виявити і зрозуміти власні ресурси, відкрити весь спектр особистісних можливостей, побачити, розвинути та навчитися ефективно використовувати всі наявні і доступні ресурси.

Список використаних джерел:

1. Бардин Н. М., Жидацький Ю. Ц., Кіржецький Ю. І. та ін. Стресостійкість : навчальний посібник / за ред. Я. М. Когута. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 204 с.
2. Дембіцький С., Злобіна О, Костенко Н. Українське суспільство в умовах війни : колективна монографія / за ред. член.-кор. НАН України, д. філос. н. Є. Головахи, д. соц. н. С. Макеєва. Київ : Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
3. Крайнюк В. М. Аналіз зумовленості стресостійкості її первинними характеристиками. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ : Логос, 2007. Т. 7, № 10. С. 178–183.
4. Кудінова М. С. Концепт стресостійкості у сучасному психологічному дискурсі. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Херсон. 2016. No 6(25). С. 48–54.
5. Lahad M., Shacham M., Ayalon O. The “BASIC Ph” model of coping and resiliency: Theory, research and cross-cultural application. London, England : Jessica Kingsley. 2013

Пришляк А. Д.,

*студентка 2 курсу за спеціальністю 231 – Соціальна робота
кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки*

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

Науковий керівник: Мігіна С. В.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

АБІЛІТАЦІЯ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Анотація. У статті розглядається питання соціальної та психологічної реабілітації та абілітації військовослужбовців, які приймали участь в активних бойових діях. Аналізуються основні поняття та наводяться результати досліджень зазначеної проблематики в Україні.

Ключові слова: соціальна реабілітація, психологічна реабілітація, абілітація, військовослужбовець, учасник бойових дій, комбатант.

Pryshliak A. Habilitation, social and psychological rehabilitation of military personnel – combatants

Summary. The article deals with the issue of social and psychological rehabilitation and habilitation of a special category of servicemen who took part in active combat operations. The main terms and results of research on this issue in Ukraine are presented.

Key words: social rehabilitation, psychological rehabilitation, habilitation, servicemen, combatant.

Необхідність вирішення проблем реабілітації, психологічної підтримки учасників військових конфліктів є одним з найбільш важливих питань сьогодення. Очевидно, що реабілітація має важливе значення не тільки для самих воїнів, а й для всього суспільства та їх сімей. Згідно досліджень одного з розробників програм реабілітації військових армії США, ветерана в'єтнамської війни Френка П'юселіка, бійці, повертаючись з зони проведення військових дій, «несуть із собою війну додому», що може стати загрозою та потенційно катастрофічним сценарієм для України в майбутньому [8].

Новий досвід комбатантів формує нові звички, нову норму й нову реальність, в якій військовослужбовець житиме з моменту участі

у військових діях. Разом із бойовим досвідом, військові отримують фізичні й психологічні травми, їхня психіка зазнає значних змін, отже, особливої актуальності набуває питання абілітації учасників збройних конфліктів та нівелювання соціально-психологічних наслідків участі у бойових діях.

Абілітація – це похідне слово від латинського «*abilitatio*» або «*habilis*», що в буквальному сенсі означає «приспосовний». Науковці найчастіше розуміють під поняттям абілітації систему заходів, спрямованих на опанування особою знань та навичок, необхідних для її незалежного проживання в соціальному середовищі: усвідомлення своїх можливостей та обмежень, соціальних ролей, розуміння прав та обов'язків, уміння здійснювати самообслуговування [1].

В українському законодавстві термін «абілітація» визначено як комплекс заходів, що допомагають особі з вродженими та/або такими, що виникли у ранньому віці, обмеженнями повсякденного функціонування, досягти оптимального рівня функціонування у її середовищі. Термін «реабілітація» в сфері охорони здоров'я визначений як комплекс заходів, яких потребує особа, яка зазнає або може зазнати обмеження повсякденного функціонування внаслідок стану здоров'я або старіння у взаємодії з її середовищем [3].

Отже, бачимо, що законодавчо в Україні поняття абілітації визначено досить обмежено, що в свою чергу може призвести до звуження можливостей абілітації й неповного розуміння її можливостей в спеціалізованих установах та громадських центрах підтримки.

Законодавець розділяє поняття соціальної та психологічної реабілітації в роботі з особами з інвалідністю. Так, під соціальною реабілітацією мається на увазі система заходів, спрямованих на створення і забезпечення умов для повернення особи до активної участі у житті, відновлення її соціального статусу та здатності до самостійної суспільної і родинно-побутової діяльності шляхом соціально-середовищної орієнтації та соціально-побутової адаптації, задоволення потреби у забезпеченні допоміжними засобами реабілітації. Психологічна реабілітація – система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, властивостей особи, створення сприятливих умов для розвитку та самоствердження особистості [4].

Разом з тим, міністерство оборони України метою психологічної реабілітації військовослужбовців визначає збереження або відновлення фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців, зниження частоти та тяжкості наслідків перенесених бойових психологічних травм [7].

Соціальна реабілітація сімей, дітей та молоді передбачає здійснення заходів, спрямованих на оптимізацію і коригування ставлення сімей, дітей та молоді до відповідального батьківства, формування у них навичок до самообслуговування, самостійного проживання та інтеграції в суспільство [5]. Соціальна реабілітація комбатантів молодого віку для України є дуже актуальною, але напрацьовань у цій сфері на сьогодні є недостатньо для ефективної роботи на рівні держави.

В наукових колах досить багато трактувань поняття реабілітації. У відповідності з Міжнародною класифікацією ВООЗ, виділяють наступні рівні медико-біологічних і психосоціальних наслідків хвороби або травми:

- пошкодження (impairment, англ.) – будь-яка аномалія чи втрата анатомічних, фізіологічних, психологічних структур або функцій;
- порушення життєдіяльності (disability, англ.) – виникаючі в результаті пошкодження втрата або обмеження можливості здійснювати повсякденну діяльність в межах, що вважаються нормальними для людського суспільства;
- соціальні обмеження (handicap, англ.) – виникаючі внаслідок пошкодження і порушення життєдіяльності обмеження для виконання соціальної ролі, що вважається нормальною для даного індивідуума [6].

На тлі військових дій та гібридних загроз національній безпеці в Україні активізувався процес застосування провідних позитивних міжнародних практик абілітації та реабілітації комбатантів, цивільних, що постраждали та/або перебувають в стані перманентного стресу. Надзвичайно гострий тиск відчувають військовослужбовці, які в результаті бойових дій отримали інвалідність. Згідно з сучасними дослідженнями психологічна допомога військовослужбовцям – це комплекс організаційних, психологічних, медичних та інших заходів, спрямованих на забезпечення успішного подолання воїнами обставин сучасного бою, що травмують психіку, задля збереження боєздатності та запобігання розвитку в них посттравматичних психічних розладів.

Також серед сучасних методів психологічної допомоги є практика за принципом «рівний-рівному». Надання спеціально підготовленими особами, з числа представників цільової групи, необхідних знань, психологічної підтримки та сприяння формуванню конструктивних комунікативних та поведінкових навичок, стратегій самопомоги та взаємопідтримки, що здійснюється в індивідуальній чи груповій формі серед осіб, рівних собі за певною ознакою, або таких, що мають подібні утруднення [9].

Деякі науковці акцентують увагу на тому, що реабілітація учасників бойових дій має провадитись мультидисциплінарною командою фахівців. Командна робота, співпраця та координація між собою, з іншими фахівцями, сім'єю відіграють важливу роль у реалізації цілісного підходу комплексної реабілітації. До складу таких бригад можуть входити надавачі психологічних послуг, соціальні працівники, психіатри, медичні працівники, у тому числі з числа ветеранів війни та учасників бойових дій [2].

Таким чином, серед критеріїв дієвості організації реабілітаційної діяльності з військовослужбовцями, що брали участь у бойових діях є: здійснення комплексної реабілітації комбатантів з врахуванням «індивідуального випадку»; здійснення реабілітації учасників бойових дій мультидисциплінарною командою фахівців; проведення ранньої діагностики потреб та проблем військово- службовців (згідно з розробленою комплексною програмою); розробка індивідуальної програми реабілітаційних заходів для комбатантів; соціально-психологічний супровід військовослужбовців у постреабілітаційний період [2].

Отже, питання абілітації та соціально-психологічної реабілітації військовослужбовців, які приймали участь в активних бойових діях є надзвичайно актуальними для України та потребують подальших наукових досліджень.

Список використаних джерел:

1. Білов О. А. Особливості організації психологічної абілітації та реабілітації в умовах військового госпіталю: матеріали міжвідомчої науково-практичної конференції. Національний університет оборони України ім. Черняховського. Київ : НУОУ, 2016. С. 45–47.

2. Бриндіков Ю. Л. Організаційно-педагогічні умови дієвості реабілітаційної діяльності з військовослужбовцями збройних сил України, що брали участь у бойових діях. URL: <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2018/1/12.pdf>

3. Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» від 03.12.2020 № 1053-IX URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1053-20>

4. Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні» від 06.10.2005 № 2961-IV URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15>

5. Закон України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю» від 21.06.2001 № 2558-III URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14>.

6. Маруніч В. В., Шевчук В. І., Яворовенко О. Б. Методичний посібник з питань реабілітації інвалідів : посібник. Вінниця: О. Власюк,

2006. 212 с. URL: <https://dspace.vnmu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3061/Posibnik.pdf>

7. Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0115-20>

8. Пономаренко Т. В., Денисенко М. В. Напрямок реалізації соціальної адаптації демобілізованих учасників бойових дій з розладами психіки та поведінки. *Клінічна та профілактична медицина*. 2022. № 4(22). С. 73–79. URL: [https://doi.org/10.31612/2616-4868.4\(22\).2022.11](https://doi.org/10.31612/2616-4868.4(22).2022.11)

9. Царенко Л. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с. URL: <https://www.osce.org/files/f/documents/a/c/430829.pdf>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-17>

Тімоніна Є. О.,

*студентка 4 курсу кафедри психології
ЗВО «Відкритий міжнародний університет
розвитку людини «Україна»*

Науковий керівник: Маслянікова І. В.,
кандидат психологічних наук, доцент,

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

ВИНИКНЕННЯ СТАНУ ЗАЛЕЖНОСТЕЙ ЯК РЕЗУЛЬТАТ НЕГАТИВНОГО ПРОЯВУ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРАВМУВАЛЬНИХ ПОДІЙ

Анотація. У статті розглядаються можливі наслідки негативного подолання проблем, стресів, травмувальних подій. Наголошується важливість профілактики, психопросвіти, психокорекції станів, які виникають внаслідок дистресу і призводять до зловживань психоактивними речовинами за відсутності адаптивних стратегій подолання. Подаються ефективні стратегії подолання стресів, набуття навичок стресостійкості, застосування корисних стратегій управління проблемами та відновлення життєстійкості (формування резильєнтності).

Ключові слова: резильєнтність, дистрес, стрес, психоактивні речовини, стратегії, травмувальні події.

Timonina Ye. The emergence of a state of addiction as a result of a negative manifestation of the experience of traumatic events

Summary. The article considers possible consequences of negative coping with problems, stress, and traumatic events. The importance of prevention, psychoeducation, psychocorrection of states that arise as a result of distress and lead to abuse of psychoactive substances in the absence of adaptive coping strategies is emphasized. Effective strategies for overcoming stress, acquiring stress resistance skills, applying useful problem management strategies and restoring vitality (building resilience) are provided.

Key words: resilience, distress, stress, psychoactive substances, strategies, traumatic events.

Сучасна реальність є невичерпним джерелом травмувальних ситуацій, під якими розуміють такі екстремальні критичні події, ситуації загрози, які потужно і негативно впливають на індивіда та вимагають екстраординарних зусиль для подолання наслідків цього впливу. Вони можуть набирати форми незвичайних обставин чи якихось подій, які піддають індивіда екстремальному, інтенсивному, надзвичайному впливу загрози для життя чи здоров'я як його самого, так і близьких, та докорінно порушують відчуття безпеки. Складність вивчення травмівних ситуацій полягає в тому, що їх число і джерела багатомірні. Одним із видів реакції на травмувальні події може бути залежна поведінка.

Виникнення залежності – це процес, при якому людина не може адаптивно пережити дистрес, починає зловживати психоактивними речовинами (ПАВ), щоб не відчувати тривоги та напруження. Не маючи інших, адаптивних способів долати стрес, не в змозі пережити напруження, людина вдається до стратегій, які приносять їй тимчасове розслаблення. Людина прагне полегшити власний стан, ризикуючи своїм здоров'ям та навіть життям, благополуччям своїх близьких, іноді всупереч власним цінностям. Такий спосіб долати стрес, тягне за собою наслідки, які підвищують напруження і замикають коло деструктивної поведінки. У кінцевому результаті, виникає залежність, без якої функціонування не вважається можливим. Таки стан потребує лікування, перегляду способу життя та набуття навичок здорової поведінки [4].

Негативні прояви подолання стресу, можуть проявлятися у вживанні психоактивних речовин на постійній основі. Повертатися у реальність, уникати емоційних переживань страждання, болю тощо, стає болісним та неприємним процесом. Також, вживання ПАВ має свої наслідки: з'являються проблеми зі здоров'ям, у стосунках в родині,

на роботі (в подальшому втрата роботи), проблеми з законом, втрата житла. Не отримавши вчасної кваліфікованої допомоги, людина втрачає власне «Я». Подолання залежностей потребує комплексних втручань та багатопрофільної допомоги, тому що стан кожної окремої людини впливає на загальне благополуччя суспільства.

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає здоров'я, як стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб. Психічне здоров'я – це стан психічного благополуччя, що дозволяє людям справлятися зі стресовими ситуаціями у житті, реалізовувати свій потенціал, успішно вчитися і працювати, і навіть робити внесок у життя суспільства. Захист та відновлення психічного здоров'я – життєво важлива проблема в усьому світі. Протягом усього нашого життя численні індивідуальні, соціальні та структурні детермінанти у сукупності можуть захищати або, навпаки, підривати наше психічне здоров'я та змінювати наше становище в континуумі психічного здоров'я. Різні індивідуальні психологічні та біологічні фактори, такі як емоційні навички, вживання психоактивних речовин і генетичні особливості, можуть робити людину більш схильним до порушень психічного здоров'я [5].

Як підтримати здоров'я та благополуччя людини? Як допомогти ефективно відновитися після стресу?

До ефективних стратегій подолання відноситься салютогенний підхід. У 1979 році ізраїльський американський соціолог Аарон Антоновський уперше сформулював теорію «салютогенезу», провівши в Ізраїлі експеримент з жінками, які пережили нацистські концтабори Другої світової війни. У своїй книзі «Здоров'я, стрес і боротьба», він уперше представив теорію «салютогенезу». Його ідея полягала в тому, щоб зосередитися більше на потенціалі людей для підтримання здоров'я та благополуччя, ніж на патогенезі хвороби. Отже, салютогенний підхід зосереджується на чинниках, що підтримують здоров'я та благополуччя людини, а не на чинниках, що спричиняють захворювання (патогенез). Салютогенний підхід у роботі з людьми, які зазнали впливу травматичних подій, – це принцип взаємодії з опорою на їхнє душевне здоров'я та фокусуванням уваги на відновленні після впливу травматичної події, підтримання благополуччя та звернення до ресурсів людини. Ресурси – це особистісні властивості та здібності, що є для людини цінними й допомагають адаптуватися до стресових ситуацій та успішно долати їх [6].

Процес відновлення після стресу – це процес поступового повернення здатності людини до благополучного функціонування, а також підвищення адаптаційних можливостей. Процес відновлення досить індивідуальний, має нелінійний характер і різну тривалість.

Керівними принципами відновлення після травми є відновлення безпеки та розширення можливостей. Одним із чинників, що сприяють відновленню людини – резильєнтність [1].

Резильєнтність (резилієнс, психологічна пружність, стресостійкість, стійкість тощо) – це здатність людини впоратися зі складними життєвими подіями та відновитися після труднощів чи стресу. Резильєнтність – це здатність людини або соціальної системи вибудувувати нормальне, повноцінне життя в складних умовах (визначення Ф. Лозеля) [2].

Висновки: травмувальна ситуація – це подія або обставина, яка спричиняє фізичні, психологічні або емоційні травми чи стрес. Якщо людина не справляється з стресом, виникає дистрес. Це може бути очевидним у наявності явищ невідповідної соціальної взаємодії, як-то: агресія, пасивність чи ізоляція, залежність. Виникнення залежності – це процес, в якому сама людина, яка не в змозі пережити травмувальну подію, починає зловживати психоактивними речовинами (ПАВ). Подолання залежностей потребує комплексних втручань та багато-профільної допомоги. До ефективних стратегій подолання відноситься салютогенний підхід. Процес відновлення в кожній людині індивідуальний. Одним із чинників, що сприяє відновленню людини – плекання резильєнтності.

Список використаних джерел:

1. Гершанов О., Макієнко Н. Шлях до зцілення: основи роботи з наслідками травматичних подій. Israel Trauma Coalition. 2023. 72 с.

2. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології. Том 3 : Консультативна психологія і психотерапія*. Вип. 14. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України ; Вінниця, ФОП Рогальська І. О., 2018. С. 26–64

3. Боярський Н., Єлфімова Ю., Макієнко Н., Черних О. Посібник з навчального курсу з молодіжної роботи, інформованої про травму, проєкт (2022). URL: <https://rm.coe.int/posybnyk-trauma-informed-youth-works-ukr-digitalyfduii/1680a8ec2f>

4. Психологія залежної поведінки. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/21201/3/Psykhol_zalezhn_pov.pdf

5. Психічне здоров'я. Всесвітня організація охорони здоров'я. (2018, 30 березня). URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

6. Салютогенний підхід до здоров'я. URL: <https://langs.physio-pedia.com/uk/salutogenic-approach-to-wellness-uk/>

Чистікова З. В.,

*магістрантка 2 курсу кафедри психології
ЗВО «Відкритий міжнародний університет
розвитку людини «Україна»*

Науковий керівник: Поджинська О. О.,

*кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології
ЗВО «Відкритий міжнародний університет
розвитку людини «Україна»*

СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ "АСЕРТИВНІСТЬ" ПІДЛІТКА У ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ: ОСНОВНІ НАУКОВІ ПІДХОДИ

Анотація. У статті дано огляд сутності поняття асертивної поведінки підлітків у психологічній науці, висвітлено основні наукові підходи до цього поняття, обґрунтовано соціальну значущість формування навиків асертивної поведінки саме в підлітковому віці.

Ключові слова: асертивність, асертивна поведінка, поведінка, підлітки, соціальні відносини, взаємодія.

Chystikova Z. The essence of the concept "assertiveness" teenager in psychological science: basic scientific approaches

Summary. The article provides an overview of the essence of the concept of assertive behavior of adolescents in psychological science, highlights the main scientific approaches to this concept, substantiates the social significance of the formation of assertive behavior skills in adolescence.

Key words: assertiveness, assertive behavior, behavior, teenagers, social relations, interaction.

На етапах розвитку суспільних відносин ефективність функціонування особистості пов'язана з низкою соціально важливих якостей, які визначають стратегії взаємодії між суб'єктами. На думку сучасних психологічних дослідників, однією з таких якостей є асертивність.

Асертивність як частина особистісного потенціалу є необхідною умовою самореалізації та ключовим фактором розвитку молоді. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), у цьому віці різко зростають різні форми девіантної поведінки.

Відсутність необхідних життєвих навичок і стратегій поведінки, нездатність впоратися з новими соціальними вимогами можуть призвести до відхилень у поведінці, що веде до розвитку девіантної поведінки та можливої деградації особистості.

Підлітки є найбільш чутливими до соціального та психологічного стресу, і в цьому відношенні питання збереження особистісної стійкості під тиском соціального середовища є особливо важливим для цієї вікової групи.

Навички асертивної поведінки є специфічним компонентом первинної профілактики девіантності та протидії маніпулятивним і деструктивним формам впливу на підлітків.

Отже, систематизовано поняття асертивності та впевненості в собі на основі теоретичного аналізу здобутків гуманістичної, біхевіористської та соціально-когнітивної шкіл психології.

Асертивність представлено як інтегративний психологічний феномен, що має внутрішню узгоджену структуру та наповнений смисловими конструктами. Асертивність – це вміння людини діяти самостійно та автономно, адекватно соціальній ситуації на основі самоповаги та позитивної самооцінки, а також здатність до утвердження своєї позиції з повагою до особистих меж та інтересів оточуючих.

Асертивна поведінка спрямована на те, щоб реалізація власних інтересів була умовою реалізації інтересів суб'єктів взаємодії. Асертивна поведінка запобігає виникненню конфліктів, а в конфліктній ситуації допомагає знайти конструктивне вирішення.

Асертивність визначається як певна особистісна риса, яку можна визначити як автономію, незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно регулювати власну поведінку.

Або як гармонійне поєднання властивостей особистості людини, прояв її знань про природу людини, умінь і навичок спілкування, етично допустимого в конкретній ситуації, прояв у формі конкретних дій світоглядної позиції позитивної спрямованості.

Асертивність – здатність людини впевнено і з гідністю відстоювати свої права, не принижувати при цьому прав інших.

Асертивною називається відкрита поведінка, що не завдає шкоди іншим людям та не принижує їхню гідність.

Асертивність – впевнений захист своїх інтересів чи свого погляду з урахуванням інтересів інших людей.

Асертивна людина володіє здатністю домовлятися і знаходити компромісне вирішення проблеми, такій людині властиве позитивне ставлення до навколишніх, позитивне сприймання проблемних ситуацій і адекватна самооцінка.

Асертивна поведінка формується під впливом специфічних умов соціалізації, опосередковується особистісною готовністю до життєтворчості та сприяє зниженню агресивності.

Асертивність підлітка – це системна особистісна якість, що характеризується емоційними та когнітивними диспозиціями, комунікативною спрямованістю та такими психологічними рисами, як впевненість у собі, соціалізованість, незалежність та інтернальність.

Асертивні підлітки відрізняються емоційною зрілістю, комунікативною спрямованістю, прагненням до особистої автономії та впевненою поведінкою, що виражається в комунікабельності (здатності адаптуватися до соціокультурного середовища), саморегуляції та самоприйнятті.

Структурними особливостями підліткової асертивності є уявлення про асертивну поведінку, незалежність суджень (когнітивний компонент), задоволеність, спрямованість на спілкування (афективний компонент), зрілість, соціальну адаптацію (ціннісний компонент), впевнену поведінку та самостійність (ідеаційний компонент).

Асертивність підлітків опосередкована психологічними механізмами (наслідування, рефлексія, інтерполяція), мотивами асертивності, домінуючими ціннісними орієнтаціями та умовами соціалізації, які визначають змістовий контекст структурно-функціональної моделі асертивності підлітків.

Процес соціалізації в підлітковому віці визначається як поступове розширення сфери спілкування та діяльності особистості через набуття нею соціального досвіду самоконтролю та формування активної життєвої позиції.

Асертивні підлітки мають чіткі та структуровані уявлення про асертивну поведінку, характеризуються впевненою поведінкою, лідерськими тенденціями, авторитарністю, автономністю, інтернальністю в досягненні успіху, поєднанням комунікативної спрямованості з практичною емоційною орієнтацією, відвертістю, радикалізмом, практичністю, рішучістю та емоційною зрілістю та сприяють ефективному вирішенню складних життєвих ситуацій; психологічні чинники, що визначають розвиток асертивності молоді в різних умовах соціалізації: чіткі уявлення про асертивні якості, впевнена поведінка, домінуюча емоційно-комунікативна спрямованість в ієрархії ставлень до різних сфер життя, орієнтація на власні досягнення та досвід інтернальність, соціалізованість і зрілість як мотиваційні чинники, впевненість і самостійність як поведінкові чинники, динамічна система індивідуально-психологічних якостей (інтелектуальних, емоційних і комунікативних) як особистісні детермінанти самоствердження молоді.

Таким чином, після детального ознайомлення з різними точками зору можна зробити висновок, що дослідження проблеми формування навичок асертивної поведінки є особливо важливим у підлітковому віці, адже саме цей момент є основним у становленні особистості та формуванні світогляду. У цей період вирішуються найважливіші питання, такі як подальше самовизначення, вибір професії та життєвого шляху в цілому, вміння брати на себе відповідальність за себе та свій вибір, прийняття нового становища у сім'ї та суспільстві.

Асертивність означає ствердження себе, своєї особистості, якщо в підлітковому віці людина навчиться виражати свою позицію впевнено і твердо, не впадаючи в агресію і не дозволяючи іншим людям маніпулювати собою. Це сприятиме росту самопізнання, вмінню знати, любити і розуміти своє справжнє «я». Для чого вкрай необхідно навчитись слухати оточуючих і відгукуватись на їх потреби, не нехтуючи власними інтересами і не поступаючись принципами. Для чого необхідні навички спілкування, контроль за проявами стресів і вмілий вихід з конфліктних ситуацій та встановлення контактів з важкими співбесідниками. Мова про те, наскільки важливо для підлітка вчитись робити усвідомлений вибір – досягти здібності формулювати власні точки зору, почуття та потреби, віднайти впевненість, що я більше не буду подавлений, експлуатований чи примушений.

Високий рівень асертивної поведінки значно підвищує адаптаційні процеси підлітків в шкільному середовищі, благотворно впливає на їх соціалізацію та задає вектор їх соціальному успіху, самоактуалізації та самореалізації. Проблема формування асертивної поведінки особистості не тільки психологічна, а й педагогічна, оскільки з метою успішної самореалізації, професійного становлення та розвитку сучасні юнаки та дівчата повинні опановувати саме таку поведінку.

Список використаних джерел:

1. Шинкар М. І. Проблема асертивності в сучасному суспільстві. Вісник Національного університету оборони України. Сер. Питання психології. Т. 1. Вип. 54. 2020. С. 210–213.

2. Гук О. І. Асертивність як складова культури демократичного врядування. *Науковий вісник. Демократичне врядування*. Вип. 9. 2012. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/DeVr_2012_9_4

3. Лучків В. З. Психологічні особливості розвитку асертивності в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Житомир. держ. ун-т. ім. І. Франка. Нац. пед. ун-т. ім. М. П. Драгоманова. Житомир, 2017. 200 с.

НАПРЯМ 5. ПСИХОДІАГНОСТИКА СВІДОМОСТІ, МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-19>

Кременчуцька М. К.,

*кандидат психологічних наук,
професор кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова*

Присяжнюк О. Я.,

*кандидат філологічних наук,
доцент кафедри іноземних мов професійного спрямування
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова*

Акопян А. Б.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова*

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АСОЦІАТИВНОГО МЕТОДУ ВИВЧЕННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ

Анотація. У статті розглядається питання психологічного супроводу опанування іноземних мов. Описано дослідження ролі асоціативної пам'яті в учнів підліткового віку при вивченні англійської мови. Наводяться результати використання спеціальної розвиваючої програми на формування здібностей до асоціювання образів та аналізуються отримані результати.

Ключові слова: англійська мова, асоціативна пам'ять, підлітки, метод асоціацій, психодіагностика.

Kremenchutska M., Prysyzhnyuk O., Akopyan A. Psychological aspects of the associative method of learning English

Summary. The article deals with the issue of psychological support for learning foreign languages. The study of the role of associative memory in adolescent students in learning English is described. The results of the use of a special developmental program for the formation of abilities to associate images are presented and the results obtained are analyzed.

Key words: English language, associative memory, teenagers, association method, psychodiagnostics.

Вивчення англійської мови в Україні є важливим елементом освіти та особистого розвитку, що відкриває безліч можливостей для індивіда в глобалізованому світі. До Верховної Ради України подано законопроект про застосування англійської мови в Україні. Метою цього Закону є сприяння забезпеченню використання англійської мови як однієї з мов міжнародного спілкування на всій території України у публічних сферах суспільного життя, визначених цим Законом.

У зв'язку із цим особливої актуальності набувають питання психологічного супроводу опанування англійської мови особами різного віку. При вивченні іноземної мови важливе значення має активізація процесів пам'яті – запам'ятовування, збереження й відтворення іншомовного навчального матеріалу [1]. Розвиток асоціативного мислення сприяє підвищенню якості пам'яті та результативності її процесів. Відповідно до психолінгвістичної теорії процесу вивчення іноземної мови, формування асоціативних зв'язків відбувається цілеспрямовано при сприйнятті іншомовних слів. Цей процес впливає на перетворення лексичного складу мови, інтенсифікують його перехід від пасивної форми до активного словника.

Асоціативний напрямок досліджень пам'яті та її процесів є достатньо традиційним для психологічної науки і має давню історію. Асоціативна психологія XIX ст. намагалася слідувати природній історії матеріального світу (В. Вундт, Г. Мюллер, Т. Рібо, Ір. Тен, Т. Циген). Яскравими представниками американська асоціативної психології були В. Джемс та Е. Торндайк. Асоціативні механізми мислення досліджували О. Леонт'єв, О. Лурія та інші.

Психологічні аспекти особливостей вивчення іноземної мови досліджували такі науковці, як О. Бондаренко, І. Зимня, Лозова О., Т. Шкваріна та інші. Вивченням асоціативного потенціалу слова займалися О. Залевська, А. Клименко, Ю. Караулов [3].

Розвиток асоціативної пам'яті особливо необхідний у шкільному віці. Останнім часом в школах на вивчення англійської мови відводиться велика кількість людей. Необхідно допомагати учням формувати прийоми та методи активного запам'ятовування великих масивів іноземної мови [2].

Нами було проведено дослідження ролі асоціативної пам'яті в учнів підліткового віку при вивченні англійської мови.

Ми припустили, що при оволодінні способами раціоналізації асоціативної пам'яті, загальний рівень пам'яті підвищується. Визначивши за допомогою діагностичних методик рівень асоціативної

пам'яті і знаючи особливості пам'яті у підлітків, ми розробили програму розвиваючої роботи, спрямованої на виправлення або підвищення цього рівня. Експериментально-дослідницька робота була проведена в 10-х класах на базі Української гімназії № 2 м. Одеси.

В спеціальну розвиваючу програму входили спеціальні вправи на розвиток здібностей до асоціювання образів, встановлення зв'язків між елементами матеріалу, метод словесних асоціацій, які проводились за наступною схемою:

– вибір словесних асоціацій не обмежується. Вчитель називає слово, учень називає асоціацію, яка першою спадає йому на думку (можна називати іменники, дієслова, прикметники). Наприклад: table – furniture (меблі), set the table (накривати стіл), wooden table (дерев'яний стіл);

– вибір словесних асоціацій обмежений: у відповіді на слово, вимовлене вчителем, треба в якості словесної асоціації використати тільки загальні іменники. Наприклад: table – surface (поверхня), legs (ніжки), top (верх).

– вибір словесних асоціацій обмежений: у відповідь на слово, вимовлене вчителем, треба в якості словесної асоціації використати тільки прикметники. Наприклад: table – round (круглий), glassy (скляний), tall (високий).

– вибір словесних асоціацій обмежений: у відповідь на слово, вимовлене вчителем, треба в якості словесної асоціації використати тільки дієслово. Наприклад: table – stand a table (стоїть стіл), move the table (рухати стіл).

В подальшій роботі інструкції змінювали в різній послідовності. Всього було проведено 10 розвиваючих занять протягом 2-х місяців. Результати групи, з якою було проведено програму порівняли з результатами контрольної групи.

В результаті діагностики було встановлено, що рівень засвоєння слів англійської мови в експериментальній групі був достовірно вищий ніж в контрольній групі. Слід відмітити, що рівень інших видів пам'яті підлітків експериментальної групи (аудіювання – слухова, граматика – письмова) теж підвищилася у порівнянні з результатами до розвивальних заходів.

Таким чином можна рекомендувати асоціативні прийоми мнемотехніки для інтенсифікації засвоєння англійської мови у шкільному навчанні. Перспективним є дослідження даних форм запам'ятовування у здобувачів вищої школи.

Список використаних джерел:

1. Барчі Б. В., Купець І. Ю. Психологічні особливості запам'ятовування. *Сучасні тенденції розвитку науки й освіти в умовах поглиблення євроінтеграційних процесів* : збірник тез доповідей за матеріалами VI Всеукраїнської науково-практичної конференції, 13–14 травня 2021 р., Мукачево. 2021. С. 290–292.
2. Гунько С. В. Метод асоціативних символів – сучасний високоефективний метод вивчення іноземної мови на початковому етапі. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2010. № 8. С. 319–329.
3. Лозова О. М. Психологічні аспекти засвоєння іноземної мови : навчально методичний посібник. К., 2010. 143 с.

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

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-20>

Гулько Ю. А.,
*кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інституту психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України;
доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

НАСЛІДУВАННЯ ТА АНАЛОГІЗУВАННЯ У ПРЕДМЕТНО-ПРАКТИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ

Анотація. Представлений погляд на аналогізування як на процес, що зароджується у наслідувальних діях. Обґрунтована точка зору згідно якої цілеспрямовані трансформації дитиною зразка предметно-практичної діяльності свідчать про те, що аналогізування починає формуватися як окремий вид розумової діяльності.

Ключові слова: наслідування, аналогізування, предметно-практична діяльність.

Hulko Yu. Inheritance and analogy in the activities of early age children

Summary. The idea looks at analogy as a process that arises in inheritance activities. A point of view has been established for the purpose of direct transformation of the child's expression of objective-practical activity to note those that analogy begins to take shape as a separate type of creative activity.

Key words: inheritance, analogy, subject-practical activity.

Проблематика наслідування завжди цікавила фахівців в галузі дитячої, педагогічної, соціальної психології тощо. Специфіка наслідування як окремого виду діяльності полягає у тому, що воно важко піддається вивченню із-за своєї багатовимірності та

варіативності проявів. Адже не існує наслідування як окремого процесу, воно існує тільки в структурі якоїсь діяльності – предметно-практичній, комунікативній, мовленнєвій, образотворчій, ігровій. Розглянемо наслідування у предметно-практичній діяльності дітей раннього віку.

Процес наслідування бере свій розвиток у неусвідомлюваних імітаційних рухах немовляти, а далі вже у першому півріччі життя, наслідування починає набирати все більше психологічного наповнення. У першому році життя дитини наслідування починає розвиватись завдяки ведучій ролі сенсорних процесів. А вже на кінець періоду немовляти і входженні дитини у період раннього віку, наслідування розвивається завдяки стрімкому сенсомоторному розвитку дитини і здійснюється із опорою на перцептивні і мнемічні процеси. Саме при домінуванні процесів емоційно наповненої пам'яті, радіючи процесу повторення, дитина буде відтворювати показаний їй раніше зразок предметно практичних дій не спостерігаючи безпосередньо за діями дорослого. Окремо з'являється такий вид наслідування як відстрочене наслідування. В ньому важливо виділити два типи прояву. Перший – коли ведучу роль відіграють перцептивні процеси, тоді дитина може згадати зразок наслідування безпосередньо сприймаючи предмет. У такому випадку сприймання активізують асоціативну наочну пам'ять. Другий вид прояву, коли збережений у пам'яті образ конкретного предмету активізує пошукову діяльність дитини. Тоді дитина буде намагатися знайти предмет у найближчому оточенні і відтворити відомі дії з ним. У наслідуванні, що протікає із опорою на мнемічні процеси починає зароджуватись дитяче аналогізування.

Погляди психологів на аналогізування як на розумовий процес різняться. Зокрема відомий погляд на аналогізування, як на розумовий процес, що здійснюється суто в образному і понятійному планах [1], тоді як наслідування може здійснюватися лише у зовнішньому наочно – дійовому плані [2]. В такому разі аналогізування протікає як творчий розумовий процес, як стратегія творчої діяльності (В.О. Моляко). Відомі точка зору А.І. Уємова який трактував аналогізування як суто логічну операцію завдяки якій можна здійснювати умовиводи [цит. по 2]. Аналогізування можна розглядати як синонім наслідування і не важливо на якому психічному рівні вони реалізуються. У наслідувальних предметно-практичних діях дитини завжди можна спостерігати відхилення від зразка [4]. За умови домінування не випадкових, а цілеспрямованих дитиною дій, такі відхилення можна розглядати як зародження аналогізування. Згідно нашим спостереженням за процесами предметно-практичного наслідування у дітей другого і третього року життя, надлишкові цілеспрямовані дії при переносі

зразка у свою діяльність проявляються спочатку на операційному рівні. При зміні операційного компоненту завжди змінюється і смисловий компонент предметно-практичної діяльності. Поява внутрішнього плану дій у дітей третього року життя може свідчити про те, що аналогізування виділяється в окремий творчий процес. Тоді дитина почне здійснювати смислові трансформації із зразками діяльності. Певним чином експериментувати з ними. На кінець раннього віку можна спостерігати наявність замінних дій і замінних предметів у наслідувальній діяльності дитини із подальшими їх трансформаціями як у смисловій так і в операційній сторонах діяльності. В цей період можна спостерігати смислові та операційні комбінації відомих дитині аналогів або їх частини. Сказане свідчить про те, що аналогізування почало розвиватись як окремий творчий процес.

Список використаних джерел:

1. Біла І. М. Особливості аналогізування в мисленнєвій діяльності старших дошкільників. Стратегії творчої діяльності: школа В. О. Моляко, К. : Освіта України, 2008. С. 233–263
2. Здібності. Творчість. Обдарованість: теорія, методика, результат / за ред. В. О. Млдяко, О. Л. Музики. Житомир : Рута, 2006. 320 с.
3. Моляко В. О. Психологічні аспекти проблеми сприймання в контексті теорії творчості. Психологічне дослідження творчих перцептивних процесів на різних вікових рівнях. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. С. 7–32.
4. Портницька Н. Ф. Наслідування як психологічний механізм розвитку творчих здібностей : автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.07. Центральний інститут післядипломної педагогічної освіти АПН України, Київ, 2007. 20 с.

Іванов К.,

*студентка IV курсу за спеціальністю 231 – Соціальна робота
Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*

Науковий керівник: Мігіна С. В.,

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

РОЗВИТОК СВІДОМОСТІ ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Анотація. У статті розглядається проблема розвитку свідомості школярів в умовах освітнього процесу. Розглянуто питання національної та моральної свідомості школярів, важливості патріотичного виховання учнів. Визначені шляхи розвитку свідомості школярів.

Ключові слова: свідомість, національна свідомість, учні, патріотичне виховання, моральна свідомість.

Ivanov K. Development of Consciousness of Schoolchildren in the Conditions of the Educational Process

Summary. The article discusses the problem of the development of the consciousness of schoolchildren in the conditions of the educational process. The issue of national and moral consciousness of schoolchildren, the importance of patriotic education of schoolchildren was considered. Ways of development of schoolchildren's consciousness are determined.

Key words: consciousness, national consciousness, schoolchildren, patriotic education, moral consciousness.

Кожна людина, починаючи з самого дитинства розвивається як особистість, формується її свідомість. Людина сама обирає свій життєвий шлях. Але на її вибір впливають різні фактори, такі як: сімейне виховання, рівень інтелекту та можливостей батьків; соціальне оточення; вчителі, їх ставлення до школярів; соціум загалом; мас-медіа, радіо програми, телепередачі; і, звичайно, особисті думки, погляди, бажання дитини. Проблема розвитку свідомості школярів в умовах освітнього процесу сьогодні є дуже актуальною. Адже діти – наше майбутнє і майбутнє нашої країни. Вони повинні усвідомлювати яка їх роль в житті і розуміти, що на життєвому шляху існує велика кількість питань і проблем і вони мають їх вирішити. Вони мають розуміти, що

від їх рішення можуть залежати не тільки їх життя, а також долі інших людей.

Свідомість – це складний психологічний і нейрофізіологічний процес, який включає в себе здатність сприймати, усвідомлювати, інтегрувати, зберігати та обробляти інформацію з навколишнього світу та внутрішнього стану особистості. Тобто можна сказати, що інформацію, яку дитині подають у школі, вона сприймає, обробляє, зберігає і усвідомлює. Важливим у розвитку свідомості школярів в умовах освітнього процесу є формування їх моральної і національної свідомості, патріотичного виховання учнів.

Свідомість людини загалом і її моральна самосвідомість зокрема є вищими формами відображення дійсності, внутрішніми характеристиками буття людини. Сучасна школа не може стояти осторонь від створення ефективного педагогічного середовища, що сприяло б формуванню в учнів морального досвіду, допомагаючи їм глибоко усвідомлювати сутність і характер моральних відносин у житті. У формуванні морального досвіду учнів протягом усього часу навчання в школі вирішальну роль відіграють два взаємопов'язані процеси: навчання та виховання. Завдяки першому відбувається вироблення певної системи моральних знань, понять, поглядів, переконань, мотивів діяльності; виховання ж забезпечує формування стійких форм і способів моральної поведінки, виявлення моральних почуттів і якостей [2; стр. 82].

Моральна свідомість включає знання, уявлення, оцінки, відношення, тобто ті характеристики свідомості, які опосередковують поведінку учнів як внутрішні умови, що її регулюють. Через ці самі характеристики свідомості та на їх основі розвивається самопізнання особистості, усвідомлення себе як носія моральності. У процесі навчання розвиваються розумові операції, формуються поняття. Розвиток теоретичного мислення впливає й на процес пізнання моральних явищ. Поліщук О.П. вказує на взаємозв'язок загального розумового та морального розвитку дитини, тобто діти із затримкою загального розвитку не чітко сприймають ситуацію морального характеру. Уміння спостерігати, здійснювати мислительні операції допомагає молодшим школярам краще орієнтуватися в моральних проявах оточуючих. Використання художнього матеріалу в процесі навчання допомагає вчителю підвести учнів до аналізу конкретної моральної ситуації [2; стр. 83].

Отже, розвиток теоретичного мислення сприяє загальному й моральному розвитку дітей в початкових класах, формує навички аналізу, узагальнення типових явищ, готує ґрунт для подальшого морального розвитку дитини.

Також дуже важливо в умовах освітнього процесу розвивати національну свідомість учнів, прищеплювати любов до Батьківщини; до відомих діячів культурної спадщини; до своєї нації та мови; до міста в якому людина народилася та живе. Головними завданнями національного виховання є: – передача молодому поколінню соціального досвіду, багатства духовної культури народу, його національної ментальності, своєрідності світогляду, – виховання «патріота з активною позицією, який діє згідно з морально-етичними принципами і здатний приймати відповідальні рішення, поважає гідність і права людини, дбає про національну культурну спадщину» [4; стр. 99].

Сформованість національної свідомості, на думку О. Солдатенко, полягає в тому, що дитина може розказати про своє місто, про видатних діячів свого краю з гордістю, повагою, гідністю. Дуже багато видатних людей, саме з рідного краю, але їх творча діяльність залишається невідомою, невивченою, тому так важливо знати і поширювати інформацію про них [4; стр. 100].

Національне виховання – це створена упродовж віків народом система поглядів, переконань, ідеалів, традицій, звичаїв, покликаних формувати світоглядну свідомість та ціннісні орієнтації молоді, передавати їй соціальний досвід, надбання попередніх поколінь. Науково обґрунтоване, правильно організоване національне виховання відображає історичну ходу народу, перспективи його розвитку. На думку К.С. Радченко в основу національного виховання мають бути покладені принципи гуманізму, демократизму, єдності сім'ї і школи, наступності та спадкоємності поколінь. У процесі виховної роботи формуються основні складові національної самосвідомості: любов до рідної землі і свого народу, патріотизм і готовність захищати державу, досконале володіння мовою, духовна культура, повага до батьків, культури та історії, традицій та звичаїв рідного народу, бажання працювати задля розквіту власної держави, культура міжособистісного спілкування, усвідомлення громадянської відповідальності, почуття гордості за свою Батьківщину [3].

Система сучасного національного виховання зорієнтована, насамперед, на виховання громадянина, на розвиток патріотизму. Патріотичне виховання – це планомірна виховна діяльність, спрямована на формування у вихованців почуття патріотизму, тобто доброго ставлення до Батьківщини [1; стр. 30].

На думку Дробот А.В., Богданюк А.М провідна роль у вихованні молоді належить українській мові як духовному стержню нації. Рідна мова – найважливіший засіб патріотичного виховання. Вона була і є важливою сферою впливу на національну свідомість молоді [1; стр. 34].

Готовність брати участь у соціально-політичному житті країни, усвідомлення, щодо покращення повсякденного життя залежить від самих громадян та їх прагнення впливати на прийняття рішень на різних рівнях влади (від всеукраїнського до місцевого, від локальної громади до школи) є важливим компонентом патріотизму. Повага до інших людей, їх прав і свобод, здатність захищати свою думку та права, а також повага до законів своєї Батьківщини починаються з поваги до себе [1; стр. 31].

«Концепція Національно-патріотичного виховання дітей та молоді» зазначає, що одним із покликань української національної системи освіти і виховання є завдання пробуджувати і виховувати в кожній дитині, підлітці і юнака патріотичні якості, цінності, а саме: «любов до батька і матері, родичів, своїх предків, рідної природи, землі; любов до рідної мови, культури, народу, пошани до його історичного минулого, національних традицій і звичаїв; глибоке усвідомлення своєї національної приналежності, відчуття єдності з представниками своєї нації; турбота про добре ім'я своєї сім'ї і своїх друзів, збереження людської і національної гідності, честі; активна діяльність з метою розвитку рідної культури, мистецтва, науки, демократії, державотворчих процесів; боротьба за підвищення духовності і добробуту всіх українців, представників національних меншин України; синівська любов до України-Батьківщини, готовність захищати від ворогів рідну землю, здатність на подвижництво, героїчні справи в ім'я свободи і незалежності України; готовність боротися з неправдою, злом, потворністю в будь-яких формах, спростовувати антиукраїнські, антинаукові версії, ідеї, шкідливі і ворожі для нашого народу, батьківщини»[1; стр. 31].

Підсумовуючи вищевикладену інформацію слід зазначити, що розвиток свідомості школярів в умовах освітнього процесу відбувається за декількома напрямками: усвідомлення дитиною своєї життєвої ролі як громадянина і як патріота. В умовах освітнього процесу викладачі повинні навчати дітей моральним, патріотичним і національним принципам та цінностям.

Список використаних джерел:

1. Дробот А. В Патріотичне виховання учнів початкових класів у сучасній школі. Чернівці, 2021. С. 30–34.

2. Поліщук О. П. Вплив навчання та виховання на формування моральної свідомості в молодшому шкільному віці. *Зб. наукових праць. Херсонського державного університету*. 2017. Вип. 79(3). С. 81–84.

3. Радченко К. С. Формування національної свідомості учнів початкових класів: методичні матеріали. 2019. С. 26.

4. Солдатенко О. І. Виховання національної свідомості школярів через ознайомлення з фольклорною спадщиною рідного краю. *Вісник Національного ун-ту Чернігівський колегіум ім. Т. Г. Шевченка*. Вип. 19(175). 2023. С. 98–103.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-22>

Морозов М. В.,

аспірант лабораторії психології творчості

Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

Науковий керівник: Гулько Ю. А.,

кандидат психологічних наук,

старший науковий співробітник лабораторії психології творчості

Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України;

доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

СЕНСОМОТОРНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ В КОНТЕКСТІ ЗАДАЧНОГО ПІДХОДУ

Анотація. Обґрунтовується застосування задачного підходу до сенсомоторного розвитку дітей раннього віку. Показано, що оточуюча дитину реальність постає як багатовимірна система сенсомоторних задач, що потребують розуміння. Розуміння сенсомоторної задачі протікає як процес послідовного конструювання нових моторних програм.

Ключові слова: сенсомоторна задача, розуміння, моторні програми.

Morozov M. Sensorimotor development of early age children in the context of a task-based approach

Summary. The application of a problem-based approach to the sensorimotor development of young children is substantiated. It is shown that the reality surrounding the child appears as a multidimensional system of sensorimotor tasks that require understanding. Understanding of a sensorimotor task proceeds as a process of sequential construction of new motor programs.

Key words: sensorimotor task, understanding, motor programs.

Сучасна дитина має замало можливостей для активного фізичного розвитку на відкритому природньому просторі. Це пов'язано із з тим, що діти майже з народження оточені гаджетами, вплив на розвиток яких не з'ясований, однак вже зараз зрозуміло, що вони знижують або спотворюють рухову активність. Також низький рівень рухової активності пов'язаний тим, що епідемічний та воєнний стан у нашій країні обумовлює малорухомиий образ життя дітей. Однак ще Ж. П'яже виділяв сенсомоторну стадію розвитку інтелекту як важливий етап, який треба пройти в повному обсязі у сумісній із дорослими діяльності, для успішного переходу розвитку на інші етапи. Сучасні дослідження показують, що збіднення сенсомоторного та емоційного розвитку дітей спричиняє ряд набутих парціальних дефектів, що згодом відбиваються на загальному психічному розвитку дитини (Синьов В.М., Тарасун В.В., Шеремет М.К.). В той же час в останні десятиліття здійснені дослідження та розроблені програми розвитку, що дозволяють активізувати різноманітну діяльність дітей в умовах ускладнених реаліями суспільства, що переживає період турбулентності (Біла І.М., Ваганова Н.А., Злівков В.Л., Коқун О.М., Ладивір С.О., Пироженко Т.О., Ткач Б.М.). При цьому відчувається суттєвий брак досліджень присвячених сенсомоторному розвитку дітей саме раннього віку. Але ж саме на початку цього вікового періоду дитина активно освоює ходіння і пов'язані з цим нові форми рухової активності. В цей період оточуюча дитину реальність постає як багатомірна система сенсомоторних творчих задач, що потребують розуміння. І від того як дитина вчиться розуміти такі задачі залежить її успішний розвиток.

Українською науковою психологічною школою створеною Г.С. Костюком зроблений суттєвий внесок у розробку проблеми розуміння. Вивчалось протікання процесу розуміння іншомовного тексту (Андрієвська О.О.); особливості розуміння молодшими школярами метафор, прислів'їв, загадок, байок (Балацька Л.К., Концева Н.В.); розуміння алегорій, віршів (Косма Т.В.); розуміння художніх текстів (Косма Т.В., Таращанська Р.Ю.); розуміння казок (Дубовис-Арановська Д.М., Титаренко С.І.); розуміння учнями незнайомих слів під час читання художнього тексту (Синиця І.О.), розуміння учнями психології літературних персонажів (Прайсман Б.Д., Рубцова Т.В., Сверстюк Е.О.).

Спируючись на розробки вітчизняних вчених, що здійснені за останні десятиліття (Бал Г.О., Машбиць Ю.І., Моляко В.О., Смульсон М.Л) ми вважаємо доцільним застосувати цей підхід у вивченні психологічної специфіки сенсомоторного розвитку дітей. Адже сенсомоторна задача постає перед дитиною як проблемна ситуація з чітко окресленою метою (дістатися в певне місце, пройти і донести,

здійснити ряд дій з предметами тощо), досягти яку можна долаючи ускладнення зовнішнього і внутрішнього походження.

Власне кажучи опанування дітьми раннього віку культурно фіксованих дій з предметами може бути розглянуто як розуміння ними нових сенсомоторних задач. Останні дослідження специфіки перебігу процесів розуміння на різних вікових рівнях (Коваленко А.Б., Мойсеєнко Л.А., Гулько Ю.А., Ваганова Н.А.) показують, що він здійснюється за рахунок домінування як перцептивних так і мисленевих компонентів. Тому розуміння будь якої нової сенсомоторної задачі може бути розглянуто як вибудовування дитиною нової моторної програми в ускладнених умовах. Отже, сенсомоторна задача може розглядатися як така, що має за мету: встановити різні модальні характеристики предметів, встановити смислові зв'язки між модальними характеристиками предмета; встановити смислові відношення зв'язки між предметами у просторі та об'єднати їх в один цілісний образ-розуміння того як з ними діяти. Згідно тому розуміння дітьми раннього віку сенсомоторної задачі протікає як процес послідовного конструювання нових моторних програм (моделей) шляхом наслідування-аналогізування та комбінування створених раніше моторних програм або їх частин. Успішність розуміння нової сенсомоторної задачі визначається: наявністю творчих експериментальних дій дитини з предметами; наявністю надлишкових активних предметних дій з предметами, що не обумовлені цілком специфікою задачі; наявністю такого типу ускладнюючих умов, що стимулюють процес розуміння сенсомоторної задачі. Такий підхід, на нашу думку, дає можливість пошуку нових теоретичних та практичних шляхів сенсомоторного розвитку дитини раннього віку в умовах сьогодення.

Список використаних джерел:

1. Бал Г. О. Теорія учбових задач. Психолого-педагогічний аспект, 1990, 101 с.
2. Біла І. М. Психологія творчого конструювання в дошкільному віці К. : Веселка, 2011. 431 с.
3. Коваленко А. Б. Психологія розуміння творчих задач. Київ, 1999, 184 с.
4. Моляко В. О. Г. С. Костюк – видатний стратег психологічної науки (до 120 річчя з дня народження) [Електронний ресурс] код доступу: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v12/i26/3.pdf>
5. Машбиць Ю. І. Психологічні основи управління навчальною діяльністю. К. : Вища школа, 1987, 220 с.

6. Психологічне дослідження творчих перцептивних процесів на різних вікових рівнях : монографія / за ред. В. О. Моляко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012, 210 с.

7. Смутьсон М. Л. Психологія розвитку інтелекту. К. : Нора-друк, 2003. 1136 с.

8. Функціонування творчого мислення в інформаційно-віртуальному просторі суб'єкта : монографія / В. О. Моляко, Ю. А. Гулько, Н. А. Ваганова [та ін.]. Київ – Львів : Видавця Вікторія Кундельська, 2021. 194 с.

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

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-23>

Костюченко О. В.,

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

ПСИХОЛОГІЧНА РОЛЬ ОДОРАТИВНОЇ СКЛАДОВОЇ СВІТОСПРИЙМАННЯ У ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СУЧАСНИКА

Анотація. У статті обґрунтовано місце і роль запахів у світосприйманні та життєдіяльності сучасної людини. Акцентовано на одоративному компоненті світосприймання як впливовому інструменті на фізіологічному, емоційному, психічному рівнях. Зазначено, що запахи органічно пов'язані із потребами і виступають важливими чинниками детермінації її психічних станів.

Ключові слова: запах, ольфактотерапія, ароматерапія, аромавплив, аромапсихологія.

Kostiuchenko O. Psychological role of the narrative component of world perception in the life of a contemporary

Summary. The article substantiates the place and role of smells in the world perception and life of a modern person. The emphasis is placed on the narrative component of world perception as an influential tool at the physiological, emotional, and mental levels. It is noted that odors are organically related to the needs and are important factors in determining the mental states of a person.

Key words: odor, olfactory therapy, aromatherapy, aroma effect, aromatherapy psychology.

Одним із найважливіших елементів, який структурує наше сприйняття світу і навколишнього простору, нашу власну ідентичність вважається запах. Актуальність дослідження одоративної (лат. odor – «запах») складової світу обумовлена тим, що нюхова система

сприйняття не є природно витісненою на периферію, а лише перебуває в такому стані в умовах слабкої вивченості.

У дослідженнях особливостей функціонування тієї чи іншої системи сприйняття, передусім нюхової, часто використовуються експериментальні дані, а також результати психологічних і психотерапевтичних спостережень, де запах представлений як один з інструментів фізіологічного, емоційного, психічного впливу. У такому контексті одоративну складову життєдіяльності та світосприймання, її вплив на функціонування людини розглядають М. Брайен, Д. Браун, М. Бріль, В. Бруд, Ю. Вагін, Л. Голан, П. Девіс, І. Заузолкова, Т. Кодлубовська, О. Костюченко, Т. Кузьміна, Г. Лавренова, Н. Леонова, Т. Літвінова, Д. Лоулес, Р. Мазитова, Д. Макдугал, Д. Маклоклан, Л. Міллер, А. Моносова, В. Охотська, Ф. Пеклі, Б. Пучкіна, В. Хаснайн, Т. Хілінська, Е. Хомська й ін.). Останнім часом з'явилися статті, присвячені «соціології запаху», його комунікативній ролі (Г. Зіммель, А. Левінсон та ін.).

Засновник фонду лікування та досліджень запаху і смаку, піонер дослідження запахів у сучасній психології вважається американський невролог та психіатр А. Гірш, який встановив: певні запахи спричиняють конкретні дії та поведінку людини, впливають на продуктивність праці; взаємозв'язок між запахами та споживчою поведінкою людей, уперше термін «аромамаркетинг» використав наприкінці ХХ ст.; деякі аромати знімають депресію у хворих, покращують їхній настрій; а також навчився за допомогою запахів підвищувати або знижувати кров'яний тиск, уповільнювати або прискорювати серцебиття, збуджувати або навпаки – присипляти людину.

У сучасних дослідженнях нюху як сенсорної системи, органу чуття, яким раніше складно було займатися, виявилася значна роль не тільки в житті тварин, а й у житті людини. У 2004 році Нобелівську премію з медицини було присуджено дослідникам нюхової системи Лінді Бак і Річарду Аксель [1], якими було: виявлено величезна частина геному людини, геному тварин містить гени, які кодуєть нюхові рецептори; показано, як кодується нюховий сигнал; порівняно це з музичним акордом, коли кілька рецепторів збуджуються під дією пахучої речовини, і щоразу під дією пахучої речовини акорди різняться. Одна й та сама пахуча речовина збуджує різні рецептори, і різні рецептори реагують на різні пахучі речовини, і щоразу виникає абсолютно унікальний акорд.

Коли людина вдихає повітря з певним запахом, по певних клітинах передається інформація про нього до гіпоталамуса, який відповідає за значну кількість функцій людському організмі: температура, голод,

ріст, пробудження, спрага, рівень цукру в крові, сон і сексуальне збудження, гнівні та радісні емоції. Паралельно гіпоталамусу інформація про запах передається в гіпокамп, відповідального за такі функції, як пам'ять, увага та образи. Тому для кожної людини конкретний аромат має асоціацію з певною подією, яка колись відбувалася з нею. У зв'язку з цим можна з упевненістю сказати, що коли людина вдихає запах, то в мозок надсилається певний сигнал, який потім поширюється по всьому організму. Ольфакторна частина безпосередньо пов'язана з нижньою частиною лімбічної системи («емоційна» область мозку), на відміну від інших органів почуттів, які спочатку проходять через таламус і тому є більш доступними за допомогою свідомої думки [3]. Давно встановлено, що нюховий імпульс доходить до мозку набагато швидше, ніж больовий. Це відбувається миттєво, на підсвідомому рівні. Нерв, що відповідає за передачу нюхових сигналів, пов'язаний із мозком безпосередньо. Ніс – це єдиний орган чуття людини, який не має посередників.

У будь-яких сферах власної життєдіяльності ми відчуваємо запах, але не завжди розуміємо або, або навіть, ніколи не розуміємо, як він на нас діє. Значна кількість робіт дають змогу з'ясувати, як впливає на людину фоновий, навколишній запах, який зазвичай невеликої концентрації, проте з доволі сильною дією. Практичне значення таких досліджень полягає у вирішенні питання безпеки ольфакторного впливу: позитивний/негативний вплив на самопочуття людей, заспокоєння або провокація тривожності, агресивності тощо. Як правило після користування громадським транспортом ми перебуваємо деякий час у стані нервового напруження у створенні якого відіграє певну роль і ольфакторний стрес: крім «ароматів» переповненого вагона в метро, які ми свідомо відчуваємо, ми неусвідомлено сприймаємо запахи невдоволення, роздратування, тривоги, які «випромінюються» організмами збитих у купу людей. І навіть незважаючи на те, що навколишні запахи невідчутні, вони постійно присутні в нашому енергетичному просторі, вносячи свої корективи та зміни. Неодноразово кожен із нас помічав, що, приходячи додому, змінюється настрій, активізуються сили й можливості. Не тільки «дом і стіни допомагають», а й рідний, звичний для нас аромат.

Було доведено, що запах є потужним тригером спогадів, пов'язаних з кожним з ароматів, і що це відбувається незалежно від нашої готовності згадати щось. Крім того, досвід, який аромати привносять нам до пам'яті, є емоційнішим, ніж спогади, викликані образами або словами [4]. Це пов'язано з великою різноманітністю запахів. Багато з цих спогадів, викликаних запахом, можуть бути дитячими, тому що в ті роки ми вперше відчуваємо більшість запахів. Діти починають

сприймати запахи ще в утробі матері і згодом можуть надавати перевагу певним, які не викликали в матері стрес. Проте найцікавіший репертуар реакцій, які ми маємо на запах, може бути, коли цей запах походить від іншої людини. Якщо ми хочемо зрозуміти, як працює комунікація між людьми, заснованими на запаку, ми повинні говорити про феромони (хімічний сигнал, що випромінюється індивідумом і змінює поведінку або психологічну диспозицію іншої особи) [5]; вони є хімічними сигналами, що визначаються кожним видом, зокрема, і викликають інстинктивні реакції. Ідентифікація кожного конкретного члена виду ґрунтується на досвіді розпізнаванні запахів [7]. Вважається, що запах відіграє суттєву роль: у виборі сексуального партнера, в емоційній синхронізації [2]; в оцінюванні привабливості людей, оскільки це надає відповідну інформацію про внутрішній стан наших органів, область, над якою зір і слух не можуть багато чого зробити [6].

У сучасному світі люди здебільшого ігнорують важливість запахів, через що часом взагалі не помічають маніпулятивних одоро-приймів. Певні аромати мають здатність викликати конкретні емоції, непідвладні нашій свідомості. Навчившись використовувати запахи, транснаціональні корпорації отримують величезні прибутки. На Заході дизайнери в буквальному сенсі проєктують запахи ресторанів, готелів, аеропортів, торгових кварталів. Запахи широко експлуатуються в бізнесі, зокрема у переговорах, в політиці, у світі мистецтву криміналістиці для отримання зізнання у скоєнні злочину, прикордонній службі для виявлення порушників.

Кожен запах викликає у людей глибоко особисті спогади та асоціації. Аромапсихологія займається вивченням впливу натуральних ароматів на психіку людини, ароматерапія (термін був уведений у вжиток у 1928 р. французьким хіміком Рене Моріс Гаттефоссе) як напрям допоміжної медицини використовує ефірні олії рослин з лікувально-профілактичною метою, впливаючи на 3-х рівнях: фізичному (ароматичні молекули через легені потрапляють у кров), психоемоційному (через лімбічну систему головного мозку), енергетичному (ефірні олії мають високі вібрації). Поширення збудження від нюхових цибулин до лімбічних структур посилює синтез нейромедіаторів та нейропептидів, які беруть участь у захисно-адаптивних реакціях, що допомагають нам долати стреси, інфекції та внутрішні захворювання. Мікси натуральних ефірних олій виявляють широкий спектр оздоровчих ефектів: зниження рівня адреналіну та кортизолу; нормалізація артеріального тиску та серцевого ритму; покращення мозкового та коронарного кровопостачання; підтримка та активація імунітету; подолання гострих та хронічних запальних процесів;

прискорене загоювання ран; боротьба з безсонням; збагачення крові киснем; підвищення витривалості; стимуляції когнітивних і виконавчих функцій. Важливими є надбання представників сучасної французької ароматерапії Курта Шнаубельта, П'єра Франкомма, Джима Гаррісона, Інґрід Гексьєр. На відміну від ароматерапії, ольфактотерапія, засновником якої є Жиль Фурніл (Gilles Furnil, 1992), – порівняно молодий напрям терапії за допомогою ароматів, поки що більше відомий у Франції, сприяє вивільненню від травм, зниженню стресу, виявлення і усунення емоційного блокування, набуттю впевненості в собі тощо.

Таким чином, запахи є невід'ємною частиною життя. Емоційна реакція на них виявляється глибоко в несвідомій сфері й накладається на ті нюхові сигнали, які усвідомлюються, регулюючи поведінку, настрій, впливаючи на прийняття рішень, оптимізацію фізичних і психічних станів.

Список використаних джерел:

1. Buck, L.; Axel, R. A novel multigene family may encode odorant receptors: a molecular basis for odor recognition, 1991, 65(1). P. 175–87. doi:10.1016/0092-8674(91)90418-X. PMID 1840504
2. de Groot, J. H. B., Smeets, M. A. M., Kaldewaij, A., Duijndam, M. J. A., Semin, G. R. Chemosignals human emotions communicate. *Psychological science*, 2012, 23(11). P. 1417–1424.
3. Goodspeed, R. B., Gent J. F. i Catalanotto, F.A. Chemosensory dysfunction: clinical evaluation of the results of the taste and smell clinic. *Postgraduate medicine*, 1987, 81. P. 251–260.
4. Herz, R. S. i Schooler, J. W. A naturalistic study of autobiographical memories elicited by olfactory and visual cues: testing Proust's hypothesis. *American Journal of Psychology*, 2002, 115. P. 21–32.
5. Luscher, M and Karlson, P. "Pheromones": a new term for a class of biologically active substances. *Nature*, 1959, 183. P. 55–56.
6. Schaal, B. i Porter, P. H. "Microsomatic people" again: generation and perception of chemical signals. *Advances in behavioral research*, 1991. 20. P. 474–482.
7. Vaglio, S. Chemical communication and mother-child recognition. *Communicative and integrative biology*, 2009. 2(3). P. 279–281.

НАПРЯМ 8. САМОСВІДОМІСТЬ І РЕФЛЕКСИВНА САМООРГАНІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-24>

Біла І. М.,

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

ФОРМУЛА ЩАСТЯ

Щастя проявляється в емоціях й емоційних станах задоволення. Позитивний настрій, як результат позитивних почуттів, є індикатором щастя. Формула щастя, $Щ=+Н$, враховує всі компоненти особистісної моделі щастя (когнітивну, особистісну, соціальну, фізіологічну) та створює передумови для його формування і розвитку шляхом активізації емоційних складових.

Ключові слова: щастя, позитивні емоції, настрої, формула щастя.

Bila I. The formula of happiness

Happiness manifests itself in emotions and in emotional states of pleasure. A positive mood, as a result of positive emotions, is an indicator of happiness. The formula of happiness, $H=+M$, takes into account all components of the personal model of happiness (cognitive, personal, social, physiological) and creates prerequisites for its formation and development by activating emotional components.

Key words: happiness, positive emotions, mood, formula of happiness.

Проблема пошуку способів покращення життя людини, її позитивного функціонування призвела на сьогодні до великої кількості різноманітних визначень та формул щастя (Happiness), що знаходять вираження й у ряду тотожних понять, таких як: задоволення життям (Life Satisfaction), психологічне благополуччя (Psychological Well-Being), суб'єктивне благополуччя (Subjective Well-Being), якість життя (Quality of Life) тощо.

У роботах зарубіжних і вітчизняних вчених (М. Аргайла, Є. Ільїна, Д. Канемана, А. Кемпбелла, Д. Леонтєва, К. Роджерса, В. Татаркевича) «щастя» розглядається як інтегративна категорія, що має оціночний та мотивуючий характер. Більшість вчених дотримуються точки зору, що

щастя залежить від якостей людини та її характеру. Щасливі люди здебільшого володіють внутрішнім локусом контролю, оптимізмом, високою самооцінкою. Крім того, на щастя, благополуччя індивіда значний вплив здійснюють особистісні риси, когнітивні процеси, особливості ціннісно-мотиваційної сфери, етнічні й культурні характеристики. Широкий спектр чинників щастя визначається як об'єктивними обставинами життя, так і своєрідністю особистості.

У цьому контексті нами була запропонована компонентна модель щастя, що справді включає когнітивну, емоційну, особистісну, соціальну та фізіологічну складову й передбачає задоволеність життям та домінування позитивного емоційного стану. Метою даного наукового пошук є дефініція щастя через її афективні основи. Адже, як стверджував Джон Локк: «У розумі немає нічого, чого б раніше не було у почуттях».

Розглянувши двофазову модель щастя Деніеля Канемана, ми погоджуємось з думкою про те, що щастя-благополуччя відчувається-переживається (experienced well-being) і його можна оцінити за емоціями, які переживаються в даний момент часу «тут і зараз». Усвідомлене ж щастя-благополуччя (remembering of well-being) пов'язане з міркуваннями, уявленнями конкретної особистості про те, що таке щастя – її наратив (історія) про рівень благополуччя, сімейне положення, задоволення від роботи, спілкування, статус, наявність практичних навиків. Обидві фази щастя – як фізіологічних відчуттів, комплексу переживань та щастя, пов'язаного з особистими інтерпретаціями та індивідуальними характеристиками особистості, що зберігаються в індивідуальній свідомості суб'єкта, – тісно взаємопов'язані та взаємодіють [5]. Подібно до цього, польський філософ В.Татаркевич визначив щастя як складний морально-психологічний стан людини, який має об'єктивний (сприятливі події в житті) та суб'єктивний (приємні переживання) контекст. Модель щастя Мартіна Селігмана складається з п'яти дій, звичок або способів бачення життя: позитивних емоцій (positive emotions); залученням (engagement), захопленням; позитивних стосунків (positive relationships); сенсу (meaning); досягнень/результатів (accomplishments/achievements). Формула щастя, яку запропонував дослідник поведінкової психології з Гарвардського університету Тал Бен-Шахар, виглядає так: фізичне благополуччя; духовне благополуччя, яке полягає у здобутті сенсу життя; інтелектуальний добробут (пізнавальна активність, допитливість та інтерес до навчання новому); соціальний добробут (здорові стосунки, що становлять основу повноцінного життя); емоційне благополуччя, що є результатом вчинків людини, і, у свою чергу, формує її думки [4].

Зазначимо, що у Вікіпедії «щастя» трактується через емоційний контекст, зокрема як психоемоційний стан цілковитого вдоволення життям, відчуття глибокого задоволення та радості. Тобто щастя проявляється в емоціях і може бути виявлене та оцінене у емоційних станах задоволення.

Саме тому важливо звернути основну увагу на емоційні основи прояву щастя, адже емоції відіграють значиму роль у життєдіяльності людини, і кожна подія чи стан має емоційний супровід. Емоції є головним регулятором нашої діяльності – емоції супроводжують всю життєдіяльність (пізнання, спілкування, мотивацію тощо), слугують джерелом оцінки дійсності та загалом впливають на формування образу світу суб'єкта. «Велика революція XXI століття, на думку Д. Гоулмена, – складається в реванші почуття над інтелектом».

І. Сеченов, В. Бехтерев, І. Павлов, а також представники школи біхевіоризму, наполягаючи на зв'язку між емоційним станом і поведінкою людини, розглядали емоції в нерозривній єдності з інстинктами та вважали, що функція останніх – пристосування, а емоцій – стимулювати до нього. Загалом, на думку дослідників, емоція є комплексним утворенням, що включає не лише емоційні, а й вольові компоненти та розкриває взаємозв'язок з потребами і мотиваціями, впливає на розумові процеси. На афективно-когнітивній структурі емоцій наполягали більшість дослідників (П. Екман, К. Ізард, Д. Локк, Я. Рейковський, та ін.), підкреслюючи зв'язок емоцій зі сприйманням, мисленням, поведінкою, іншими когнітивними процесами. Зауважимо також, що індивідуальне психічне життя починається з посмішки – з емоції радості, коли малюк реагує, емоційно відгукується на дорослого рухами та посмішкою. Емоція радості, оптимізму зароджується першою, і є найважливішим стимулом розвитку особистості [2].

На характер емоцій у значній мірі впливає соціальне середовище, настроїв оточуючих. У 1962 році вченими (Шахтером та Зінгером) було встановлено, що досліджувані, які знаходяться в оточенні ейфорично налаштованих людей, самі впадають в ейфорію, а з сердитими стають сердитими. Унікальні клітини мозку, дзеркальні нейрони, активізуються коли суб'єкт спостерігає за діями інших (Дж. Ріоццолатті, 1992), і як дзеркало, автоматично відображають чужу поведінку у мозку людини та дозволяють відчути те, що вона бачить, так як якщо б вона робила відповідні дії самі. Тобто коли індивід бачить усміхнену людину мозок дає команду: підняти настрій [7]. Стійкість окремих емоційних проявів спричиняють їх закріплення та виникненню відносно стійких форм поведінки – основи формування характеру. Так,

наприклад, властиве дитині переживання радості закріплюється при певних умовах і перетворюється в рису характеру – в життєрадісність.

М. Аргайл у своїх дослідженнях, виявив, що найбільш приємними подіями життя є стан закоханості, здача екзамену та отримання диплому, видужання після важкої хвороби, вихід у відпустку, примирення з чоловіком (дружиною) чи другом, одруження чи заручини, народження дитини, виграш великої суми грошей, просування по службі або прибавка до зарплати, зустріч з друзями, перехід на нову роботу [1, с. 186]. Загалом щастя, благополуччя пов'язане як із зовнішніми умовами (насамперед соціальними), так і з культурою почуттів, навичками поведінки щасливої людини. І відповідно можна підібрати методи, що посилюють це відчуття, здатність бути щасливими піддається розвитку через емоційне підґрунтя шляхом тренування. Відомий експеримент, проведений в галузі нейробіології американськими психологами-біхевіористами Джеймсом Олдсом і Пітером Мілнером 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 «центром задоволення» [6]. Для емоційного благополуччя людини співвідношення позитивних і негативних емоцій, згідно досліджень американського психолога Б. Фредріксона, не повинно бути рівним, необхідна перевага позитивних емоцій у співвідношенні 3:1. Фредріксон наголошувала, що через позитивні емоції люди стають більш творчими, психічно стійкими та більш щасливими. Саме тому, на нашу думку, настрої, як результат позитивних емоцій є індикатором щастя і знаходиться з ним у прямій залежності: Щастя = піднесений настрої. Людина, яка перебуває у гарному настрої відчуває себе щасливою і навпаки, як тільки настрої перестає бути позитивним – відчуття щастя зникає.

Зауважимо, що на відміну від ситуативних емоцій та афектів, настрої є емоційною реакцією не на безпосередні наслідки конкретних подій, а на їхнє значення для суб'єкта в контексті загальних життєвих планів, інтересів та очікувань. Відносно стійкий позитивний настрої виникає внаслідок задоволення вагомих запитів, прагнень і потреб людини. Він є сумарною характеристикою емоційного стану людини. У результаті афективних реакцій, переживання емоцій створюються передумови формування настрою. Настрої залежить від результатів соціальної взаємодії, комунікації і стосунків, а також подій у світі, на роботі, родині. На настрої також впливає фізичне самопочуття, фізіологічний стан, що формується у результаті організації режиму дня суб'єкта, повноцінності його сну, харчування, фізичної активності. Настрої залежить також від думок, міркувань, особистісних

інтерпретацій та уявлень, тобто ряду компонентів (когнітивних, соціальних, фізіологічних, особистісних). І навпаки, сформований настрій, у свою чергу, може впливати на емоційні реакції залежно від подій, що відбуваються, відповідно змінюючи напрям думок, сприйняття (соціальну перцепцію) і поведінку. Стійкість окремих емоційних проявів спричиняє їх закріплення та трансформацію у позитивний настрій, а згодом у формування риси характеру – життєрадісність та оптимізм. Тобто, настрій передбачає перспективу його тренування, настроювання, що призводить до формування стійких емоційних проявів та особистісних характеристик, які лежать в основі настрою як сумарної характеристики емоційного стану щасливої людини.

Формула щастя, $\Psi = +N$, що має афективні основи і враховує всі компоненти особистісної моделі щастя (когнітивну, особистісну, соціальну, фізіологічну) створює передумови для його формування та розвитку шляхом активізації емоційних складових. Саме цій проблемі будуть присвячені наші подальші наукові пошуки.

Список використаних джерел:

1. Аргайл М. Психологія щастя. М. : Прогрес, 1990. 336 с.
2. Біла І. М. Роль емоцій у позитивному функціонуванні особистості / Психологічні проблем творчості : матеріали ХХІІ Міжнародної науково-практичної конференції, 23 липня 2022 року / за ред. В. О. Моляко. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022., С. 28–37.
3. Ільїн Е. П. Емоції та почуття / Є. П. Ільїн. СПб. : Пітер, 2001. 752 с.
4. Тал Бен-Шахар Бути щасливіше. Сьогодні. Зараз. Завжди. КСД, 2016. 162 с.
5. Kahneman, Daniel, Alan B. Krueger, David Schkade, Norbert Schwarz, and Arthur Stone. 2004. Toward National Well-Being Accounts. *American Economic Review*, 94(2): 429–434.
6. Olds, J., and Milner P.(1954). Positive reinforcement produced by electrical stimulation of septal area and other regions of rat brain. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 47(6), 419–427.
7. Rizzolatti G., Fadiga L., Gallese V., Fogassi L. Premotor cortex and the recognition of motor actions. *Cogn. Brain Res.*, 3(1996), 131–141.
8. Schachter, S.; Singer, J. (1962). Cognitive, Social, and Physiological Determinants of Emotional State. *Psychological Review*, 69: 379–399.

Гергіль І. В.,

*студентка II курсу, група ЗПЛ 22-1м, за спеціальністю 053 –
Психологія*

Інституту соціальних технологій

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

Науковий керівник: Поджинська О. О.,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології

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

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РЕАЛІЗАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ПЛАНІВ ОСОБИСТОСТІ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ

Анотація. Соціальні та політичні зміни ХХІ століття, складні умови суспільного життя вимагають від людини вибору правильної життєвої позиції, яка б сприяла збереженню цілісності її внутрішнього світу й досягнення самореалізації в майбутньому. У контексті досліджуваної проблематики особливої актуальності набуває питання побудови особистістю своїх життєвих планів для її майбутнього самовизначення враховуючи вікові та психологічні особливості її розвитку. У публікації проаналізовано аспекти моделювання людиною своїх життєвих планів, розглядаються ціннісні орієнтири особистості, фактори і чинники, які впливають на процес проєктування людиною свого життєвого шляху.

Ключові слова: життєвий план, життєвий шлях, життєва перспектива, життєва позиція, життєві цілі.

Herhil I. Psychological factors of the realization of life plans of an individual in adulthood

Summary. Social and political changes of the 21st century, complex conditions of social life require a person to choose the right position in life, which would contribute to preserving the integrity of his inner world and achieving self-realization in the future. In the context of the researched issues, the question of the individual's construction of his life plans for his future self-realization, taking into account the age and psychological features of his development, becomes especially relevant.

Below is a theoretical overview of the aspects of a person's modeling of their life plans, the value orientations of the individual, factors and factors that influence the process of designing a person's life path are considered.

Key words: "life plan", "life path", "life perspective", "life position", "life goals".

Життя людини в ХХІ ст. характеризується неоднозначністю та невизначеністю: з одного боку, соціальні та політичні умови дійсності значно розширили можливості людей, а з іншого, ситуація нестабільності суспільства в цілому стала постійною та визначальною у житті кожної людини.

В умовах стрімких перетворень в політичній, соціально-економічній, освітній, культурній сферах сучасного суспільства відбувається трансформація свідомості людей, що багато в чому визначає зміни головних характеристик її життєвих стратегій та життєвих планів і спонукає до пошуку нових життєвих орієнтирів. Саме тому в останні роки все частіше постає проблема проєктування людиною власного життя, що виражається в її вмінні бути суб'єктом життєдіяльності, брати активну участь у побудові власного життєвого шляху та бути відповідальною за власний життєвий вибір.

Погляди різних психологів і науковців всіх часів були спрямовані в бік таких близьких між собою понять як «життєвий шлях», «життєва перспектива», «життєві цілі», «життєві плани», «життєвий вибір». Становлення життєвих цілей і життєвої спрямованості індивідуума у цілому дослідники пов'язують з переживанням задоволення та уникненням незадоволення (поведінка індивіда регулюється наміром зменшити напругу – З. Фройд) [1].

Український психолог Є.І. Головаха зазначав, що фактором обумовлення руху людини по життєвій лінії від однієї події до іншої є – ціннісні орієнтири особистості. Плануючи своє майбутнє та визначаючи конкретні цілі та плани, індивідуум орієнтується в першу чергу на певну ієрархію цінностей, яка існує в його свідомості. Для того, щоб життєва ціль була досягнута, вона має бути чітко сформована і терміни її реалізації мають бути узгоджені з терміном здійснення попереднього її плану. Як перешкода на шляху досягнення цілей може виникнути ситуація, коли хочеться досягти успіхів паралельно в багатьох напрямках, що часто не можливо через обмеженість індивідуальних ресурсів, в першу чергу енергетичних. Також спостерігається невідповідність життєвих цілей можливостям і здібностям людини та умовам соціального середовища в яких вона проживає – це можна розглядати як невідповідність життєвих цілей. Отже найважливішою передумовою успішної самореалізації людини є узгоджена, несуперечлива система ціннісних орієнтацій, яка лежить в основі формування змістовно і хронологічно узгоджених життєвих цілей і планів [1].

Як зазначав, О.В. Посацький, життєві плани особистості, інтегруючись з ціннісними орієнтаціями, емоційним ставленням до свого майбутнього, засвоєними стереотипами й настановами, рефлексією та самооцінкою, утворюють образ майбутнього [2].

Індивідуальний стиль життя унікально поєднує в собі якості, мотиви, ціннісно-сміслові орієнтації особистості, її когнітивні стилі та підходи до того, щоб вирішувати життєві ситуації.

Ми погоджуємось з українською вченою А.Є. Левенець, та розділяємо її точку зору з приводу феномена «життєва перспектива». Вона визначила, що це поняття має смисловий та часовий вимір. Смисловий вимір складають саме особистісні смисли, що детерміновані цінностями особистості, смисловими диспозиціями й конструктами, які відбивають її здатність здійснювати життєвий вибір. Складниками часового виміру є життєві цілі, життєві плани та життєві програми, які оцінюються за критеріями визначеності, диференційованості, довго тривалості та реалістичності. Науковець зазначала, що для узгодженості життєвої перспективи особистості важлива гармонійність взаємозв'язку обох згаданих вимірів.

Синтезуючи огляд визначень різних науковців можна сказати, що життєвий план – це система певних рішень особистості, що зумовлені особистими цінностями, мотивами, потребами, цілями, рівнем її духовності та психологічними настановами, та способи їх реалізації. Варто зазначити, що життєві плани є засобами здійснення життєвої мети, їх конкретизацією у хронологічних й змістовних аспектах, вони визначають порядок дій, необхідних для реалізації життєвої мети як основних орієнтирів життєвого шляху у майбутньому. Якщо предметно визначити життєві плани та узгоджені терміни їх досягнення відповідно до термінів реалізації попередніх планів, то таким чином їх можна трансформувати в реальні та дієві засоби, які будуть допомагати досягати особистості свої життєві цілі.

Процес моделювання людиною своїх життєвих планів актуалізується в юнацькому віці та може ускладнюватись віковими, психологічними та індивідуальними особливостями її розвитку. Психічний розвиток дорослої, зрілої людини потрібно розглядати в контексті трьох взаємопов'язаних найголовніших аспектів «Я»: індивідуальне «Я», родинне «Я» та професійне «Я» [4]. Зрілою можна вважати людину, яка навчилася реалізовувати життєві задуми, перспективи, яка у своєму розвитку перейшла від самовизначення до самореалізації.

На побудову життєвих планів впливають значною мірою як зовнішні, так і внутрішні фактори. До внутрішніх відносяться – мотиви, потреби, особистісні переконання, ставлення людини до об'єктивних

життєвих подій, прагнення подолати труднощі. До зовнішніх умов постановки людиною життєвих цілей та планів належать об'єктивні життєві події, соціальні контакти та спілкування з іншими значущими для неї людьми. Крім того, значний вплив на формування усвідомлення життєвих планів особистості зумовлюють батьки, а також соціальні умови становлення особистості.

Таким чином на формування та реалізацію життєвих планів особистості впливає:

- узгодженість життєвих планів і цілей з індивідуальними особливостями особистості (мотивами, цінностями, переконаннями, прагненнями долати труднощі, потребами, вольовими якостями).

- здатність особистості рефлексувати про події свого життя в різних часових вимірах;

- прагнення до самоактуалізації, само здійснення та реалізації власного життєвого потенціалу;

- об'єктивне ставлення особистості до непередбачуваних і незалежних від неї подій;

- здатність визначати власні життєві цілі та життєві плани, з огляду на власне «Я»;

- ціннісно-сміслові ставлення особистості до навколишньої дійсності;

- здатність до прогнозування власного майбутнього, до складання життєвих планів та їх реалізації.

Отже, передового значення в наш не простий час надається вмінню бути суб'єктом життєдіяльності, брати активну участь в побудові життєвого шляху та бути відповідальним за власний життєвий вибір.

Список використаних джерел:

1. Гуляс, І. А. «Життєва перспектива особистості як предмет теоретико-методологічного аналізу». Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології", 2019. URL: <https://journals.urau/index.php/2227-6246/article/view/161159> (дата звернення 21.11. 2023).

2. Гладкевич, М. І. Основні наукові підходи вітчизняних психологів до вивчення феномена "життєві плани особистості" : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. № 12 . С. 70–77.

3. Левенець А. Є. Психологічні особливості становлення життєвої перспективи в юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07. Київ, 2006. 21 с.

4. Сергеєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєкова О. В. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : ЦУЛ, 2020. 376 с.

Кисленко Є. Д.,

*здобувач вищої освіти другого магістерського рівня за спеціальністю
053 – Психологія*

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

*Науковий керівник: **Маслянікова І. В.,***

кандидат психологічних наук, доцент,

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

ВПЛИВ САМООЦІНКИ НА ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ ЖІНОК 30–50 РОКІВ

Анотація. У статті розглядається питання взаємозв'язку між самооцінкою та переживанням самотності жінок 30–50 років. Ситуація в нашій країні створила багато викликів, серед яких хочемо виділити проблему самотності. Самооцінка є важливою складовою регуляторної діяльності людини, що необхідно для збереження її психічного та фізичного здоров'я. Наводяться результати досліджень зазначеної проблеми та аналізуються отримані результати.

Ключові слова: самооцінка, самотність, якості особистості, жінки.

Kyslenko Ye. The influence of self-esteem on the experience of loneliness of women aged 30–50

Summary. The article examines the links between self-esteem and the experience of loneliness among women aged 30-50. The situation in our country has created many challenges, we would like to emphasize on the problem of loneliness. Self-esteem is an important component of a person's regulatory activity, which is necessary to preserve ones mental and physical health. The results of researches of the specified problem are resulted and the received results are analyzed.

Key words: self-esteem, loneliness, personality qualities, women.

Метою дослідження було теоретично та емпірично дослідити вплив самооцінки на переживання самотності у жінок 30–50 років.

Нам імпонує визначення терміна "самооцінка" дане Річардом Беднаром та Скоттом Петерсоном: «Ми визначаємо самооцінку як суб'єктивне, тривале і реалістичне почуття самосхвалення. Це прояв того, як індивід бачить і оцінює власне его на найбільш фундаментальних рівнях психологічного досвіду. Тоді, самооцінка –

це тривале емоційне відчуття особистої цінності, засноване на адекватному самосприйнятті» [3, р. 196].

Зараз проблема самотності є дуже поширеною. Багато жінок віком 30–50 років опинилися в ситуації, за якої багато хто (як біженці, так і ті, хто в Україні) може почуватися самотньо, але по-різному самотньо. По допомогу звертаються жінки, які випали із сітки своїх контактів. І завдання суспільства – нікого не загубити. На кожному локальному рівні треба підтримувати всі важливі стосунки навколо себе. Не дати жодній людині випасти. Травма з'являється тоді, коли людина страждає одна, коли емоційно залишається сам-на-сам зі своєю бідною. Ми залишимося такими людьми, якими й були, але з іншим досвідом.

Важливо також зазначити, що індивідуальний досвід і звички сприйняття самотності можуть відрізнятись, зокрема через культурні відмінності. Якщо ширше, то самотність виникає, коли стосунки людей не можуть задовольнити їхні індивідуальні та культурні потреби, очікування чи бажання щодо стосунків. Одна людина може відчувати себе самотньою через відсутність романтичного партнера, тоді як інша в тій самій ситуації може зовсім не почуватися самотньою.

З метою експериментального дослідження впливу самооцінки на переживання самотності жінок 30–50 років, а також визначення наявного взаємозв'язку між рівнем самооцінки та особливостями переживання самотності, було проведено емпіричне дослідження, яке проходило в три етапи.

Перший етап був спрямований на теоретичний аналіз понять “самотність” та “самооцінка”, визначення факторів впливу на переживання самотності, підбір методології дослідження. *На другому етапі* відбувався підбір вибірки та власне проведення емпіричного дослідження. *На третьому етапі* проводились аналіз та інтерпретація отриманих результатів.

Вибірку склали 33 жінки у віці від 30 до 50 років. Дослідження проводилося на базі Інституту соціальних технологій Університету «Україна» протягом трьох місяців. Середнє значення віку дорівнює 40,21 роки, а стандартне (середнє квадратичне) відхилення дорівнює 6,01. Отриманий масив даних оброблявся за допомогою програми SPSS.

Для дослідження впливу самооцінки на рівень самотності жінок 30–50 років, було обрано 4 методики: Тест на самооцінку СОНЕРСЕН, Шкала самоповаги Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale), Шкала самотності Д. Рассела UCLA, Шкала соціальної та емоційної самотності для дорослих (Social and Emotional Loneliness Scale for Adults, SELSA). Перші дві відповідно направлені на дослідження самооцінки, останні дві – на дослідження рівня самотності.

Методика на самооцінку М. Соренсен побудована таким чином, що чим більше балів набирає людина, тим нижче вона має самооцінку. Соренсен виділяє наступні рівні: нормальний, середній, низький та критично низький. Так, проаналізувавши всі результати Теста на самооцінку Соренсен, було встановлено, що 21,2% респонденток мають критично низький рівень самооцінки, 30,3% мають низький рівень, 36,4% – середній рівень, а 12,1% мають нормальний рівень самооцінки.

За результатами Шкали самоповаги Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale) можна оцінити рівень самоповаги. Науковець виділив 4 можливі рівні самоповаги, згідно з кількістю балів, які були набрані, відповідно це: мінімальний, помірний середній та високий рівень. Себто чим більше балів людина набирає при проходженні методики тим більший рівень її самоповаги.

Після проведення статистичного аналізу було встановлено, що мода дорівнює 26 балів, і таке ж значення є медіаною. Середнє значення дорівнює 26,67, а стандартне відхилення становить 1,96. І те значення що найчастіше зустрічається (мода), і середина ранжованої вибірки (медіана) і середнє значення знаходяться в середньому рівні самоповаги. Майже всі з опитаних, а саме 97% мають середній рівень самоповаги. І тільки 1 жінка має помірний рівень самоповаги, але тут теж варто зазначити що цей результат знаходиться на межі з середнім рівнем.

За результатами методики Д. Рассела та М. Фергюсона – Шкала самотності UCLA можна визначити рівень самотності: низький, середній чи високий [4, р. 20–40]. Провівши статистичний аналіз вибірки результатів було встановлено що значення яке зустрічається найчастіше – 36 балів, і серединою цієї ранжованої вибірки також є 36 бала. Середнє значення дорівнює 37,33 бали, а стандартне відхилення становить 4,86. І мода, і медіана, і середнє значення знаходяться в межах середнього рівня самотності, ближче до високого.

Проаналізувавши результати методики Рассела “Шкала самотності” було встановлено, що 27,3% респонденток мають високий рівень самотності, а 72,7% мають середній рівень.

Шкала соціальної та емоційної самотності для дорослих, SELSA, дала можливість дослідити рівень самотності згідно з трьома шкалами: романтична, сімейна та соціальна самотність. середнє значення за шкалою Романтична самотність дорівнює 44,73 бали, що відповідає 53,22% вираженості цієї шкали.

Себто, у жінок 30–50 років романтична самотність виражена трохи більше середнього. Відповідно, середнє значення за шкалою Сімейна самотність дорівнює 21,97 бали, що відповідає 28,6% вираженості.

Це свідчить що сімейна самотність у жінок 30–50 років нижче середнього, тобто низький рівень сімейної самотності. Наостанок, середнє значення за шкалою Соціальна самотність дорівнює 34,33 бали, що відповідає 34,7% вираженості даної шкали. Себто, соціальна самотність також виражена нижче середнього, або на низькому рівні.

Для дослідження взаємозв'язків між самооцінкою та почуттям самотності у жінок 30–50 років було вирішено використовувати кореляційний аналіз. Себто метод обробки статистичних даних, що полягає у встановленні коефіцієнтів кореляції між змінними. Для встановлення кореляційних зв'язків було обрано коефіцієнт кореляції Пірсона, який характеризує існування лінійної залежності між двома величинами.

Розглянемо встановлені зв'язки. Кореляція між рівнем самооцінки та рівнем самоповаги дорівнює 0,07. Це свідчить про зв'язок виявленого низького ступеня вираженості.

Отже, особливості самооцінки жінок 30–50 років визначають своєрідність їх внутрішнього світу, цілий комплекс психічних властивостей, які реалізуються певним стилем поведінки.

З'ясовано, що самотність являє собою багатовимірне за змістом явище, яке обумовлене екзистенціальними, соціальними та особистісними детермінантами. Складність інтерпретації самотності обумовлена бінарною (індивідуальної та суспільної) сутністю людини, різноманіттям форм і рефлексії самотності.

Список використаних джерел:

1. Виноградна О. В., Гриб І. А. Психологічні особливості феномену самотності в юнацькому віці. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 11. С. 5–9.
2. Матвійчук Т. Теорії особистості. Львів : Видавець Марченко Т. В., 2020. С. 65–220.
3. Bednar R., Peterson S. Self-Esteem: Paradoxes and Innovations in Clinical Theory and Practice. Washington : Amer Psychological Assn, 1995. P. 196.
4. Russell D. W. The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 1996. № 66. P. 20–40.

Копилова С. В.,

кандидат педагогічних наук,

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

Желновацька В. Д.,

магістр за спеціальністю 053 – Психологія

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

РОЗВИТОК ТЕОРЕТИЧНИХ ПІДХОДІВ ДО ПРОБЛЕМИ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті аналізується розвиток теоретичних підходів до проблеми дослідження стресостійкості особистості. Стресостійкість розглядається як системна якість особистості, що має динамічну й статичну складові. Крім об'єктивних параметрів стресору тепер враховується його особистісна значущість.

Ключові слова: стресостійкість, стрес, резильєнтність, якість особистості.

Kopylova S., Zhelnovatska V. Development of theoretical approaches to the problem of researching stress resistance of the individual

Summary. The article analyzes the development of theoretical approaches to the problem of researching the stress resistance of an individual. Stress resistance is considered as a systemic personality quality that has dynamic and static components. In addition to the objective parameters of the stressor, its personal significance is now taken into account.

Key words: stress resistance, stress, resilience, personality quality.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки значна кількість наукових досліджень присвячена проблемі розвитку стресостійкості особистості. З одного боку, це зумовлене воєнними діями в Україні, які розглядаються як стресовий фактор, що має велику інтенсивність і тривалість впливу. З іншого боку, розвиток сучасної постнекласичної науки зумовлює виникнення нових психологічних феноменів, які стають предметом дослідження. Одним із них є феномен стресостійкості особистості, який може бути розглянутий як механізм

адаптації особистості до впливу факторів зовнішнього середовища, що забезпечує збереження здоров'я людини.

Попередній аналіз переконав, що існує достатня велика різноманітність наукових праць, присвячених дослідженню стресостійкості особистості та чинників її формування. Брак чіткої та прозорої позиції в науковій спільноті відносно сутності і особливостей формування стресостійкості особистості зумовлює необхідність продовження наукового пошуку. Актуальним стає упорядкування теоретичних підходів на основі історичного принципу. Отже, метою нашого дослідження стало виявлення тенденцій розвитку теоретичних підходів до проблеми дослідження стресостійкості особистості.

У 1932 році ще У.Кеннон описував реакцію стресу як «реакцію боротьби» або «реакцію втечі». Але точкою відліку в постановці проблеми дослідження стресостійкості слід визнати роботу Г. Сельє, у якій у 50-х роках ХХ століття увів поняття стрес та розробив концепцію стресу як адаптаційної реакції організму на екстремальні фактори. Він зосереджується на фізіологічних змінах, які відбуваються в організмі під впливом стресорів. Мова йшла про «напругу організму, викликану необхідністю подолання труднощів та пристосування до збільшених вимог»; стрес розглядався як форма захисту від різних загроз [5].

У сучасному розумінні стресу крім фізіологічних реакцій, прийнято до уваги психологічні [1]. На нашу думку, зміни відбулись і у факторах, які розглядаються як стресори. Як такі стали досліджуватись умови соціуму, набуло значення уміння особистості управляти своїм станом, тобто здатність саморегуляції. Сутністю стресової ситуації є втрата контролю, що зумовлює відсутність адекватної реакції індивідуума. Цей підхід, на нашу думку, відповідає сутності біхевіористичного. Реакція людини на стрес розглядається не як вроджена характеристика, а як така, що формується шляхом актуалізації та розвитку певних індивідуальних здібностей особистості. Людина може навчитись протидіяти стресу, справлятися із ним. Для цього, насамперед, необхідне набуття досвіду саморегуляції.

Сучасні науковці прийшли до висновку, що протидіяти шкідливому впливу стресу на організм можливо завдяки формуванню якості стресостійкості. Реакція на стрес залежить від розвитку особистості. На сучасному етапі у розумінні сутності стресостійкості немає однозначності. Спільним, що поєднує різні підходи є розгляд стресостійкості як особистісної характеристики, але специфіка цієї характеристики інтерпретується по-різному: як здатність протистояти негативному впливу стрес-факторів, зумовлену індивідуальним комплексом вроджених та набутих психологічних і фізіологічних

властивостей і процесів [7, с. 199; 4, с. 249]; як сукупність вроджених і набутих психологічних та фізіологічних якостей особистості [3, с. 27]; як комплексну (інтегральну) властивість особистості, що вирізняється необхідним ступенем адаптації до дій в екстремальних ситуаціях, сприяє перенесенню інтелектуальних, вольових й емоційних навантажень, зумовлених особливостями професійної діяльності, без відчуття несприятливих наслідків для роботи й здоров'я [6, с. 6].

Останнім часом набув популярності ресурсний підхід у дослідженні стресостійкості. Дослідники акцентують увагу на проблемі розвитку резильєнтності, що дозволяє людині мобілізувати особистісні ресурси у відповідь на стресову ситуацію, відновити емоційну рівновагу і зберегти психічне здоров'я [3].

Ставлення до стресової ситуації змінюється через суб'єктивні внутрішні установки, які пов'язані з вихованням, життєвими переко-наннями, принципами, поглядами та життєвими позиціями, розумінням реального та ідеального Я. Якщо раніше до уваги приймалися лише об'єктивні параметри стресору – інтенсивність (сила) та тривалість (час), то тепер враховано суб'єктивну оцінку – особистісну значущість стресору, тобто інформаційний фактор. Отже, у дослідженні стресостійкості особистості застосовується і когнітивний підхід.

Стресостійкість є системною якістю особистості, яка має динамічну й статичну складову. Перша, – забезпечує можливість адекватно реагувати на ситуаційні зміни, відновлювати інформаційну недо-статність, а також містить потенціал усвідомлення ситуації й зміни ставлення до неї; друга, – ґрунтується на можливості перебудовувати власну діяльність з урахуванням зміни умов, на основі власного досвіду, а також суб'єктивної оцінки значущості ситуації.

Список використаних джерел:

1. Китаєв-Смик Л. А. Психологія стресу / за ред. В. А. Попова. Наука, 1983.
2. Кудінова М. С. Порівняльний аналіз понять «стресостійкість» та «емоційна стійкість». *Теорія і практика сучасної психології*. 2016. № 1. С. 22–28.
3. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології. Т. 3 : Консультаційна психологія і психотерапія* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. Київ, 2018. Вип. 14. С. 26–64.
4. Мигаль Г. В., Протасенко О. Ф. Стресостійкість людини-оператора. *Методи підвищення стресостійкості*. URL:

<https://docplayer.net/30299844-Stresostiykistlyudini-operatora-metodi-pidvishchennya-stresostiykosti> (дата звернення: 03.12.2023).

5. Селье Г. Стрес без дистресу. М. : Прогрес, 1979.

6. Шевченко Р. М. Психологічні умови розвитку стресостійкості жінок – державних службовців : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2020. 22 с.

7. Шпак М. М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. *Габітус*. 2022. Випуск 39. С. 199–203.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-28>

Мітіна С. В.,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки

Таврійського національного університету імені І. В. Вернадського

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ПРОСТОРУ НА РОЗВИТОК САМОСВІДОМОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Анотація. У статті розглядаються різні аспекти впливу Інтернет простору на розвиток самосвідомості сучасної молоді. Зауважується, що віртуальний простір надає широкі можливості для самовираження особистості, проте надмірне занурення у віртуальну реальність призводить до формування мінливої ідентичності, дисгармонійності образу-Я, неадекватної самооцінки.

Ключові слова: самосвідомість, молодь, Інтернет-простір, ідентичність, самооцінка, образ-Я.

Mitina S. The influence of the Internet space on the development of self-consciousness of modern youth

Summary. The article examines the various aspects of the influence of the Internet space on the development of self-consciousness of modern youth. It is noted that the virtual space provides the ample opportunities for personal self-expression, but excessive immersion in virtual reality leads to the formation of an unstable identity, disharmony of Self-image, and inadequate self-esteem.

Key words: self-consciousness, youth, Internet space, identity, self-esteem, Self-image.

Самосвідомість займає центральне місце в процесі розвитку особистості, забезпечує її єдність і цілісність, дозволяє людині усвідомлювати себе у навколишньому світі, розуміти свої переваги та недоліки, певним чином відноситися до себе і здійснювати саморозвиток. Відомо, що фундаментальні зміни у сфері самосвідомості, які мають кардинальне значення для становлення особистості відбувається у юнацькому віці. Значною мірою на формування моделей поведінки, системи цінностей та розвиток самосвідомості сучасної молоді впливає Інтернет-простір. З одного боку мережа надає необмежені можливості отримання інформації, але водночас обмежує світ реального життя та безпосередні контакти між людьми, змінює характер соціальної взаємодії, змінює сприйняття себе. Крім цього, надмірна зануреність у віртуальний простір, некритичне сприйняття інформації може негативно позначатися на психіці та розвитку особистості, саме це обумовлює актуальність дослідження впливу Інтернет-простору на формування самосвідомості сучасної молоді.

У працях сучасних вчених розглядаються різні аспекти впливу Інтернет-простору на розвиток особистості. Значна кількість психологічних досліджень орієнтована на вивчення процесів формування ідентичності користувачів соціальних мереж (D. Vask, T. Лобанова-Шуніна, А. Лучинкіна, Ю. Половинчак, Г. Фандеева.); формування Я-концепції та образу Я у віртуальному просторі (А. Краснякова); особливості інтернет-комунікації (О. Онищук), закономірності Інтернет-соціалізації особистості (О. Немеш, Д. Педич), вплив Інтернет простору на ціннісні орієнтації сучасної молоді (А. Стьопкіна, І. Трубник).

Аналіз наукових джерел відносно проблеми самосвідомості показує, що незважаючи на різноманіття трактування сутності даного феномена можна виділити загальні критерії його розуміння: самосвідомість – усвідомлення людиною себе як індивідуальності, свого внутрішнього світу та сприйняття себе як суб'єкта діяльності. Самосвідомість функціонує як єдність трьох взаємопов'язаних складових: пізнавальної (самопізнання), емоційно – ціннісної (самоставлення); дієво – вольової (саморегуляція) – усвідомлення і контроль власної поведінки, психічних процесів і станів.

В межах нашого дослідження ми дотримувалися поглядів науковців щодо розвитку самосвідомості як складного динамічного процесу опосередкованого пізнання себе, поступового створення цілісного образу власного «Я» як суб'єкта. Процес самопізнання супроводжується різноманітними переживаннями, які узагальнюються у емоційно-ціннісне ставлення до себе, закріплюються у відповідну самооцінку, що забезпечує систему саморегуляції особистості. Отже,

образ-Я у структурі самосвідомості є центральним її утворення [7, с. 149].

Формування особистості сучасної молодої людини, так зване покоління Z, відбувається під впливом двох світів: реального та віртуального. Інтернет простір відрізняється високої соціальної мобільністю, розмиванням рамок вже наявних соціальних структур, забезпечує відсутність соціального контролю, небажаного впливу інших, даруючи особистості необмежену свободу самопрезентації, що в реальному світі не завжди можливо. Ідентичність людини, що живе у світі цифрових технологій, – це синтез образів, досвіду самовираження у реальному і віртуальному просторах [6, с. 169].

У Інтернет-просторі формування образу «Я» може здійснюватися різними шляхами: копіювання реальної ідентичності; утворення віртуального образу, відмінного від реальної ідентичності; поєднання елементів віртуальної і реальної ідентичності у гібридній моделі. А. Краснякова зауважає на те, що можливість створювати різні «Я» образи у віртуальному просторі призводить до формування мінливої, гнучкої, динамічної і нестабільної ідентичності [2, с. 179].

Lobanova-Shunina, T., Shunin, Yu. стверджують, що віртуальні простори, трансформують ідентичність, з'являється нова «гібридна» ідентичність, як взаємозв'язок реальної та віртуальної ідентичності [5, с.149]. Проте, D. Back, Stopfer J., заперечують побудову альтернативної ідентичності і вважають, що здорова особистість прагне до автентичності та самоактуалізації як в реальному житті, так і в віртуальному просторі. Привабливі своєю доступністю інструменти самопрезентації у Інтернет просторі дозволяють користувачам конструювати символи, що відображають реальну ідентичність їх особистості. Віртуальне середовище розцінюється не як простір для побудови віртуальної ідентичності, а як засіб створення віртуальної оболонки реальної ідентичності [1, с. 373].

Аналогічну думку висловлює А. Лучинкіна яка вважає, що в Інтернет-просторі людина не набуває додаткову соціальну роль, не здійснює надбудову на власне «Я», вона лише звільнюється від обмежень соціальних очікувань, фруструючих факторів, негативних соціальних стереотипів і реалізує себе тими шляхами, які не підвладні їй у реальному житті. Це змінює поведінку, але не саму суть людини [4, с. 229].

Під час перебування в мережі індивід має необмежені можливості для створення образів віртуального Я, в якому презентуються такі риси які особистість хотіла б мати, але якими не володіє, тобто відбувається самопрезентація, яка дозволяє почуватися комфортно та впевнено. Відбувається викривлення сприйняття себе в Інтернеті, схильність до

формування віртуального Я, привабливішого для особистості ніж Я – реальне. О. Камінська зауважує, що порушення структури Я-концепції особистості, невідповідність між Я-реальним та Я-ідеальним, негативне самоствавлення, знижена самооцінка є передумовою формування Інтернет залежності. У даному випадку, Інтернет простір перетворюється в платформу для реалізації тих якостей індивіда, програвання тих ролей, які фрустровані у реальному житті [3, с. 78–82].

Дані висновки узгоджуються з результатами нашого дослідження, які вказують на слабкий зв'язок між «Я» ідеальним і «Я»-реальним у студентів, які надмірно занурені у віртуальний простір, у структурі образу Я переважають особистісні якості, при цьому недостатньо ідентифіковані соціальні ролі, що свідчить про дисгармонійність образу «Я». Крім того, для інтернет-залежних студентів, характерна суперечливість самоствавлення, тобто з одного боку вони позитивно сприймають себе, але при цьому схильні до очікування негативного ставлення з боку оточуючих. Підвищена чутливість до критики робить людину вразливою, схильною не довіряти своїм рішенням, вона сумнівається в здатності долати перешкоди, досягати намічені цілі. Результати дослідження свідчать, що у Інтернет-залежних юнаків низький рівень саморегуляції, занижена самооцінка, тому вони йдуть від власних проблем занурюючись у віртуальний простір.

Вплив Інтернет простору на формування самосвідомості особистості залежить від цілей діяльності та часу перебування в Інтернет просторі. З одного боку, віртуальна комунікація дає можливість апробувати на собі різні ролі, розширює перспективи самопізнання та саморозвитку. Однак, можливість створювати різні образи Я в Інтернет просторі сприяє формуванню нестабільної ідентичності, при цьому віртуальна ідентичність може спотворювати реальну ідентичність та призводити до дисгармонійності образу «Я».

Отже, підсумовуючи вищенаведене можна зазначити, що надмірне занурення у віртуальне середовище може негативно впливає на розвиток самосвідомості. Проте, позитивний чи негативний вплив здійснює Інтернет простір на особистість залежить значною мірою від рівня суб'єктності людини, здатності протистояти різного роду маніпуляціям, що є умовою критичного засвоєння Інтернет-культури та гармонійного розвитку самосвідомості.

Список використаних джерел:

1. Back D. Stopfer J. M., Vazire S., et al. Facebook Profiles Reflect Actual Personality, Not Self-Idealization. *Psychological Science*. 2010. 21(3). P. 372–374.

2. Краснякова А. О. Мережа Інтернет як комунікативний простір національної та громадянської самоідентифікації кіберпокоління. *Проблеми політичної психології*. 2018. Вип. 7(21). С. 174–184.

3. Камінська О. В. Психологічні основи інтернет-залежності молоді. дис. докт. психол. наук: 19.00.07. Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2016. 478 с.

4. Лучінкіна А. І. Типологія віртуальних ідентичностей особистості. *Вісник післядипломної освіти* : зб. наук. праць. Вип. 8(21). Київ, 2012. С. 226–231.

5. Lobanova-Shunina T., Shunin Yu. Technology impact on developing virtual identity. Riga: Technical University, 2015. URL: <https://www.researchgate.net/publication/319652827>

6. Немеш О. Вплив медіа на соціалізацію сучасної молоді. *Психологія: реальність і перспективи* : зб. наук. праць РДГУ. Вип. 14, 2020. С. 166–176.

7. Свіденська Г. М. Особливості формування і розвитку само-свідомості на етапі переходу від підліткового до юнацького віку. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 4. С. 148–153.

НАПРЯМ 9. МЕНТАЛЬНІ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ Й МІФОТВОРЧІСТЬ У СОЦІОКУЛЬТУРНОМУ ПРОСТОРИ УКРАЇНИ ТА ІНШИХ КРАЇН

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-353-1-29>

Олійник У. В.,

студентка III курсу

Фахового коледжу «Освіта»

ЗВО «Відкритий міжнародний університет

розвитку людини «Україна»

Науковий керівник: Маслянікова І. В.,

кандидат психологічних наук, доцент,

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

ОБРАЗИ В ТВОРАХ ЯК ФРАГМЕНТ КУЛЬТУРИ ДЕРЖАВИ

Анотація. Дані матеріали розкривають тему ментальних репрезентацій, закладених нам з дитинства через казкових персонажів. Спостерігаючи за ними, діти повторюють поведінку своїх улюблених героїв, що відображається на їхньому житті. В цій доповіді представлений аналіз творів різних країн.

Ключові слова: казки, культура.

Oliinyk U. Images in works as a fragment of state culture

Summary. The following materials reveal the topic of mental diversity representations that have been following us since childhood through fairy-tale characters. Watching them, children repeat the behavior of their favorite characters, which is reflected in their lives. This report presents an analysis of multiple works from different countries.

Key words: fairy tales, culture.

Будучи малими, ми починаємо вивчати світ. І не малу роль в цьому відіграють казки, оскільки саме в них передається світогляд, притаманний даному народу, та розуміння тих чи інших понять. Саме казки є одним з аспектів, які створюють великий пласт культури цієї чи іншої країни. Частіше за все в казкових персонажів закладаються характеристики, які є найбільш важливими для людини в тій чи іншій

місцевості. Тому, читаючи казки різних народів світу, можна в певному сенсі передбачити, які принципи по життю, риси характеру, навички, тощо, можуть мати представники конкретного народу.

За думкою К.Д. Ушинського будь-який народ у своїй літературі, починаючи з народної пісні, прислів'я, казки, і закінчуючи драмою і романом, висловлює свої уявлення про те, якою має бути людина. «Народ прикрашає цю ідеальну людину всіма кращими якостями душі своєї, і якщо народний ідеал людини не завжди узгоджується з правилами суворої християнської моралі, то це лише тому, що сама християнська мораль не цілком ще вкоренилася в тому або іншому народі; але яким би не був цей ідеал, він завжди відображає собою міру самосвідомості народу, його погляд на якості і чесноти, висловлює народну совість» [4].

Розпочнемо з образів, закладених в українських казках.

Перш за все, до уваги хочу взяти образ Котигорошка – хлопчика, який, незважаючи на юний вік, мав велику силу. В різних творах його образ описується по-різному, але є спільні характеристики. Наприклад, аллюзивний (той, що повертає до минулих текстів) спосіб в поемі «Енеїда» Івана Котляревського, яка містить згадку про Котигорошка: Вулкан викував його разом з іншими героями українських казок на щиті Енея [1], і в цьому ж моменті зазначається про «найлуччі лицарські діла», і загалом, саме цей образ, як символ сили і мужності, у вигляді прізвиська (прізвиська) впливає в таких творах, як: «Вітька+Галя, або Півість про перше кохання» В. Чемериса; «Дорогою ціною» М.Коцюбинського; «Котигорошкові світанки» В. Зубача, тощо.

За образ розсудливої, господарської, запасливої, а також хитрої та шахрайоватої постаті, схильної поглузувати з ворогів, безоглядно дошкуляючи їм різними капостями, виступає персонаж Лис Микита – персонаж поеми «Лис Микита. З німецького переробив Іван Франко» І. Франка, в якій було 9 пісень і яка першопочатково вийшла в дитячому журналі «Дзвонік». Варто зауважити, що Микита мав вміння підлещуватися, а так само мав неабияку харизму, і саме ці навички допомагали йому уникнути покарання. Чого тільки вартий фрагмент, коли його вели на страту: «Микита почав битися у груди і говорити, що багато нагрівив. Від дитинства він привчався до розбою, починав з курей, гусей, качок. Згодом крав ягнят і козенят, а далі побратався з Вовком Неситим: *«І коли я нині стою / Під смертельною вербою, / То його заслуга в тім»* [3].

Як можемо побачити, то попри все Микита стояв на своєму і знаходив можливість викрутитися з будь-якої ситуації.

Так само, цей персонаж з'являється і у сучасному мультсеріалі «Лис Микита» від кіностудії «Фреска». Це є ознакою того, що пам'ять про цього персонажа живе й досі.

На противагу, образом мудрості, винахідливості та кмітливості є Івасик-Телесик. Він є тим персонажем, який на перший погляд може виглядати, як звичайна дитина, але незважаючи на це, він достатньо кмітливий та винахідливий. Побачити це можна у фрагменті, де він сказавши, що не знає, як сісти на лопату, обдурює змію Олену, яка хотіла запекти його, внаслідок чого, та сама втрапляє в халепу.

Продовжуючи тему образів в казках я б хотіла більш детально зупинитися на країні з не менш цікавими казками – Польщі.

В цій країні за образ винахідливого та кмітливого персонажа виступає Заєць – герой казки «Справедливий заєць». У казці його роль не є основною, але саме завдяки йому головний герой долає ведмедя. Саме заєць радить причавити цього велетня сосною, аби він не з'їв головного героя, що дало їм змогу врятуватися втечу.

Тим часом, Яцусь – головний герой польської народної казки «Цвіт папороті» – навпаки, є образом персонажа, що є людиною, яка надмірно егоїстична, і боїться втратити те багатство, яке отримала. Це простежується в тому, що він не наважився порушити умову, що висунув Цвіт Папороті – він не поділився статками з батьками, коли приїхав до них, хоча мав таку можливість. Він побоюється, що сам втратить це багатство і залишиться ні з чим. Коли він все ж таки наважився віддати те, що мав, то побачив жахливі наслідки свого вчинку і те, що його батьки, залишившись в злиднях, загинули через відсутність харчів та належних умов проживання. Так само, він є прикладом людини, яка неочікувано отримала величезні за його мірками статки, проте, на жаль, не була готовою до того, аби розпорядитися ними правильно. Його історія нагадує нам, що не треба боятися втрачати хороше, адже невідомо, що буде далі. Тому що далі може бути не тільки погане, а й щось дуже добре, краще за попереднє. Також оповідання наголошує на тому, що варто робити все вчасно. І якщо хочеш зробити добру справу, але вагаєшся – краще зроби її, і саме зараз – щоб потім не жалкувати про можливість, яку було втрачено.

І на завершення пропоную переміститися на південний захід Європи – Іспанію.

Потрібно зазначити, що не тільки в нашій культурі зустрічається образ кмітливого хлопчика, що зміг обдурити лиходійку. Подібним до Івасика-Телесика образом є Перкіто – персонаж іспанської народної казки «Перкіто й Марікіта», що зміг здолати бабусю, яка з'їдала малих дітей. А саме, він попросив її навчити його танцювати на лопаті,

що й допомогло йому звільнитися, запікши її у полум'ї. Неочікуваним подарунком для хлопчика стали два чарівні хорти, що після цього вилізли із печі і в подальшому врятували його від неминучої смерті, яку хотіли влаштувати Перкіто підступні мисливці.

За образ персонажки, в чьому серці є місце любові та відданості, виступає сестра сімох братів з казки «Семеро круків». Це легко помітити по тому, як вона, почувши про своїх братів і халепу, що з ними трапилася, йде в далеку путь, аби врятувати їх від злих чар відьми, яка зачарувала братів, коли ті не послухалися батьків і продовжували сваритися, що аж розбили глек. Бачачи добрі наміри дівчини, їй починає допомагати Добрий Чаклун, даючи курячу кістку, яка допоможе відімкнути скляну скелю. Власне, в цій казці ми можемо бачити алегорію на життєві ситуації: коли людина хоче зробити добру справу, то навколо неї збираються однодумці, які готові підтримати її ідею і долучитися до виконання цієї справи.

Підсумовуючи те, що було написано в цій доповіді, хочу зазначити одне: в кожній країні є свої персонажі, які уособлюють ті чи інші чесноти та якості, але попри різницю культур, є подібними один одному. Так, в кожній країні цінуються такі чесноти, як: доброта, щедрість, відданість, чесність, кмітливість, цілеспрямованість; і так само не схвалюються: брехливість, заздрість, егоцентричність, агресивність, тощо. Така схожість і свідчить про те, що попри різність культур, все одно є незмінними моральні цінності, які об'єднують між собою на перший погляд різних людей.

Список використаних джерел:

1. Образ Котигорошка: літературна й анімаційна версії. *DSpace of Korolenko Poltava National Pedagogical University: Домівка*. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/14516/1/11.pdf> (дата звернення: 05.12.2023).

2. Невмирущий лис Микита, або надзвичайні пригоди рудого крутихвоста. *Франко:Наживо/Franko:Live*. URL: <http://surl.li/nxzhc> (дата звернення: 05.12.2023).

3. Іван Франко – Лис Микита (скорочено). *Бібліотека української літератури УкрЛіб*. URL: <https://www.ukrlib.com.ua/styslo/printit.php?tid=17810> (дата звернення: 05.12.2023).

4. Народні казки українців як засоби виховання дітей. *Про Україну*. URL: <https://we.org.ua/kultura/narodni-kazky-ukrayintsiv-yak-zasoby-vyhovannya-ditej/> (дата звернення: 05.12.2023).

Швець В. В.,

*кандидат психологічних наук,
здобувач вищої освіти ступеня доктора наук
кафедри педагогіки та освітнього менеджменту
Уманського державного педагогічного університету*

ТВОРИ СВІТОВОЇ ЛІТЕРАТУРИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ВПЛИВУ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ МОЛОДІ

Анотація. У статті розкрито важливість здійснення психологічного аналізу творів світової літератури та надбань власного народу у контексті звернення до біблійних мотивів. Метою статті є дослідити спосіб поетичного зображення поетами та митцями слова Законів Божих, що стало надбанням людства.

Ключові слова: педагогіка, Старий Заповіт, ментальне здоров'я, стійкість, молодь, виховання.

Shvets V. Works of world literature as a tool for influencing the formation of psychological resilience of young people

Summary. The article reveals the importance of psychological analysis of the works of world literature and the achievements of our own people in the context of reference to biblical motifs. The purpose of the article is to study the way poets and artists portray the word of God's Laws, which has become the property of mankind.

Key words: pedagogy, Old Testament, mental health, resilience, youth, education.

Психолого-педагогічні проблеми виховання особистості в умовах здійснення освітнього процесу формують нові виклики філософсько-соціологічного спрямування. Знання про міфотворчу та етнологічну спадщину власного народу чи представників інших країн в системі освіти втрачають значення у ментальних репрезентаціях молоді. Уроки літератури сприймаються здобувачами освіти як непотрібний або легкий предмет, на якому необхідно переказати прочитану чи почуту «казочку». Змістовне наповнення та символізм, що закладений у творах літератури лишається поза увагою значної кількості молоді. Дитина відвідує заклад освіти без розуміння, слухає, проте не чує, зрікається надбань предків силу кількох важливих об'єктивних для неї причин: *скута в дитячому тілі душа не здатна осягнути всіх знань без набутого досвіду; досвід роду формує власну систему цінностей, яка*

не відповідає нормам, описаним у книгах; спостереження сприймається дитиною як калейдоскоп подій. Відсутність духовного виховання, заснованого на аналізі творчів світової чи вітчизняної літератури, неможливість цитування та роз'яснення дитині книг Святого Письма духовними наставниками, сліпа віра батьків у правильність вчинків та потреба відповідати певним нормам моралі чи поведінки стимулюють зниження рівня духовної просвіти та психологічної стійкості молоді.

Народна казка, міфи Давньої Греції, казки Братів Грімм, поетична творчість Т. Шевченка, І. Франка, Л. Українки, П. Грабовського, П. Куліша, Ю. Федьковича, Л. Костенко та інших літературних діячів вивчаються з позиції приналежності до школи, літературної течії, впливу символізму на читача, особливостей літературної мови, біблійних мотивів. Дослідження притч про блудного сина, морально-етичний зміст творів, вплив вчинків на життя людини, заклики до пробудження можна знайти у дослідженнях вчених, на сторінках текстів для шкільних творів, [1], [2], [3], [4], [5], проте сам сенс, закладений митцем лишається поза увагою молоді. Так, вислови Г. Сковороди, наведені у статті [6], педагоги називають крилатими фразами, проте не зазначають, що походження даних висловів сягає II–III століття до н.е, як елемент Старого Заповіту. Якщо порівняти поезію Т. Шевченка, міфи Давньої Греції, діяльність Г. Сковороди, то можна відмітити, що всі вони метафорично наповненні заповідями та принципами співіснування, описаними у Старому Заповіті.

Якщо проаналізувати міф «Деметра і Персефона» [3; 12–17], то з перших рядків тексту знаходимо приклади виховання, глибокий символізм образів та символів, основи цноти та правил побудови відносин між партнерами. Якщо звернутися лише до образів, то сич, на якого обернула Деметра слугу Аїда (Втор. 27: 2–19) уособлює біблійний символ (5 М. 14: 11–20), цей образ зустрічається і у інших книгах Біблії (Лев. 11: 17); (Втор. 14: 16), (Іс. 34:11). Сама ж назва птаха «сич» відображає етимологію слова, яке підкреслює як нічний спосіб життя птаха, так і сильний придих в голосі птаха. Гранат є символом полдючості, сили та вічності і цей образ є частим символом Біблійних книг: (Чис. 13:23), (Чис. 20:5), (Чол 1:12), (Втор. 8:8), (3 Цар. 7: 18,20). Маки також є уособленням нескінченності буття, дівочої краси, сну, отрути, оберегу від нечисої сили. Оскільки у Святе Письмо є уособленням лаконічності, чіткості і кожне слово відображає принципи світобудови, то приклад міфів греків є відповідним метафоричним поетичним аналогом. Кожен міф відображає заповіді, вміщує глибинне поетичне роз'яснення змісту книг Старого Заповіту та адаптований як до сприйняття дітьми молодшого шкільного віку, так і для широких верств населення. Варто зауважити, що передача

норм моралі та принципів виховання здавна передавалася усно, тому образність символу сприяла кращому запам'ятовуванню та передачі знань з покоління в покоління. Так, образно-символічна мова міфів, що стали надбанням Давньої Греції є лише одним із варіацій збереження духовних принципів, описаних в Біблії. Такий же принцип можна знайти у народних казках та поезії українських поетів та письменників. Їхня творчість та життєвий досвід дозволили створити образно-словесну мову, сповнену прикладів історії рідного краю та держави загалом, які підкріплюють істинність законів Божих. Автори та народні мислителі демонструють у своїх творах, що як тільки людина починає шукати собі ілюзорних ідолів для поклоніння, не дотримується дня суботнього для збереження заповідей, приписаних їй, забуває про своє рабство та довгий шлях виведення, вбиває, краде, лихословить чи здійснює наклеп, бажає добра ближнього, зневажає батьків, забуває про обіцянки свої, дає волю словам чи неправомірним діям, то життя людини та її родини зазнає змін. Коли людина зберігає свою віру та чистоту серця, то її життя сповнене захисту від неправдивих дій, ворогів, а сама людина отримує ресурс справитися з різними випробуваннями на своєму шляху. Принципи захисту людини Богом чітко розписані у книзі «Второзаконня» [2]. Аналіз притч цієї книги формує змістовне духовне наповнення особистості та дозволяє актуалізувати знання з історії, здійснити порівняльний аналіз розвитку та занепаду країн, які або зреклися принципів побудови міжособистісних відносин, розписаних у Старому Заповіті, або сформували викривлене сприйняття їх, позиціонуючи їх як ідеологію. За таким принципом можемо відмітити єврейський народ, який в основній масі поділяється на дві категорії: ортодоксальні, які не здатні до мімікронії та парафінують власне трактування норм, та ті, які зуміли адаптувати життя до умов зовнішнього світу, та зберегли свою віру та людяність по відношенню до інших народів. Звідси і виходить, що благословення та прокляття (Втор. 10:26–28) залежить від прийнятого людиною рішення. Ці заповіді знаходимо в тому ж міфі «Деметри і Персефона» на прикладі Деметри, яка пішла за покликом свого серця, відхилившись від шляху. Разом з тим, знаходимо твердження, що Деметра робила в підземному царстві не те, що їй заманулося (Втор. 12:8–25), а те, що було гідним її виховання, маючи глибоку покору (Втор. 13: 5–11).

Завдання педагога, окрім покладених на нього обов'язків, є іще й демонстрація ідеї, що не можна дійти фінішу, не пройшовши всього шляху; не можна дізнатися яка дорога є твоєю, якщо ти не ступив на жодну, проте дотримання правил і норм, які існують не одне століття, визначають яким буде цей шлях. Спрямування свого інтересу за соціальними нормами моди, примарними цінностями, актуалізація

емоційної сфери – це лише етап у житті людини, проте по завершенню життєвого шляху людина має не лише повернутися до норм роду, цінностей нації, а й примножувати їх і насаджувати, аби кожне нове покоління прагнуло зберігати їх у своєму серці та діяльності. Формування такої стійкості є важливим елементом ментального виховання молоді, перспективного планування розвитку країни та зміцнення підвалин педагогічного вчення. Важливими є не знання педагога, а вміння його донести мудрість книг, відкриття світла знань та запалення бажання жити за принципами успішного народу.

Список використаних джерел:

1. Біблійні мотиви та образи в творчості українських письменників 19-20 століть. URL: <https://www.ukrlib.com.ua/referats/printit.php?tid=12467>
2. Второзаконня. URL: <https://bible-lessons.in.ua/bible/old/book05/gl01.html>
3. Гловацька К. І. Міфи Давньої Греції: Для серед. та ст. шк. віку / за ред. А. О. Білецького. Київ : Веселка, 1986. 239 с.
4. Грибан Г. Біблійні мотиви і пророцтво майбутнього у творчості Тараса Шевченка. URL: <http://surl.li/nirag>
5. Дитрів І. Жанр молитви у творчості поетів-«логосівців». URL: http://www.arhn-journal.in.ua/archive/14_2015/26.pdf
6. Калантаська Г. Українська література XIX століття : навч. посіб. Суми : Сумський державний університет, 2016. 237 с.
7. Найкращі цитати українських письменників. URL: <https://buki.com.ua/news/naikrashi-citati-ukrayinskix-pismennikiv/>
8. Українські народні казки: для мол. та сер. шк. віку /за ред. Л. Ф. Дунаєвської. Київ : Веселка, 1990. 271 с.

НОТАТКИ

МІЖНАРОДНА
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ

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

8 грудня 2023 р.

м. Київ, Україна

Підписано до друку 11.12.2023. Формат 60×84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Цифровий друк.
Умовно-друк. арк. 15,35. Тираж 100. Замовлення № 0224-004.
Ціна договірна. Віддруковано з готового оригінал-макета.

Українсько-польське наукове видавництво «Liha-Pres»
79000, м. Львів, вул. Технічна, 1
87-100, м. Торунь, вул. Лубіцка, 44
Телефон: +38 (050) 658 08 23
E-mail: editor@liha-pres.eu
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6423 від 04.10.2018 р.