

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 забезпечити 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).