

РЕДАКЦІЯ:

Головний редактор – Василь Стасюк, доктор психологічних наук, заслужений працівник освіти України, професор, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Відповідальний секретар – Вадим Богайчук, кандидат політичних наук, доцент, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Василь Осьодло, доктор психологічних наук, професор, заслужений працівник освіти України, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-2893-4721>

Олег Хмільяр, доктор психологічних наук, професор, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-2693-1906>

Інгріда Баранаускіне, Ph.D. в соціальних науках, професор, кваліфікований доктор, завідувач кафедри соціальної роботи Клайпедського університету, Литва

<https://orcid.org/0000-0003-2158-4941>

Олена Бочарова, професор, Педагогічний університет комісії народної освіти в Кракові, Краків, Республіка Польща

<https://orcid.org/0000-0001-8415-3925>

Наталія Володарська, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної Академії педагогічних наук України, Київ, Україна

<http://orcid.org/0000-0003-1223-718X>

Наталія Волянчук, доктор психологічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<http://orcid.org/0000-0001-6945-5984>

Галина Гандзілевська, доктор психологічних наук, професор, Національний університет «Острозька академія», Острог, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6137-8344>

Тамара Говорун, доктор психологічних наук, професор, професор Інституту поведінкових наук Джіндаля (JIBS) Глобального університету О. П. Джіндаля (JGU), Сопінат, Хар'яна, Індія

<https://orcid.org/0000-0003-1520-9766>

Іван Данилюк, доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

Георгій Ложкін, доктор психологічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6705-9344>

EDITORS OFFICE:

Editor in Chief – Vasil Stasuk, Doctor of Science (Psychology), , **honored worker of education of Ukraine** Professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Executive Secretary – Vadim Bohaichuk, candidate of political sciences, associate professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

EDITORIAL BOARD:

Vasyl Osodlo, Doctor of Science (Psychology), Professor, honored worker of education of Ukraine, laureate of the State Prize of Ukraine in the field of science and technology, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-2893-4721>

Oleh Khmiliar, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Ingrida Baranauskiene, Ph.D. in Social Sciences (Educology), Professor, Qualified doctor, Head at the Department of Social Work of Klaipeda University, Lithuania

<https://orcid.org/0000-0003-2158-4941>

Olena Bocharova, Professor, Uniwersytet Pedagogiczny im Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, Krakow, Rzeczpospolita Polska

<https://orcid.org/0000-0001-8415-3925>

Natalia Volodarska, Candidates of Science (Psychology), Senior Research, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0003-1223-718X>

Nataliia Volianiuk, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute» Kyiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0001-6945-5984>

Halyna Handzilevska, Doctor of Science (Psychology), Professor, National University «Ostroh Academy», Ostroh, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6137-8344>

Tamara Hovorun, Doctor of Psychology, Professor, Professor, Jindal Institute of Behavioural Sciences (JIBS) of O.P. Jindal Global University (JGU), Sopinat, Haryana, India

<https://orcid.org/0000-0003-1520-9766>

Ivan Danyliuk, Doctor of Science (Psychology), Professor, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

Georgii Lozhkin, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute», Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6705-9344>

© Вісник Національного університету оборони України

Томас Матіок Ph.D. (аналіз та розв'язання конфліктів), майор Армії США (у відставці), професор Центру Джорджа Маршалла, старший лектор кафедри політології Державного Університету Середньої Джорджії США

<https://orcid.org/0000-0003-1828-7938>

Ксенія Максименко, доктор психологічних наук, доцент, Національна академія внутрішніх справ України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-0354-628X>

Наталія Мілорадова, доктор психологічних наук, доцент, Харківський національний університет внутрішніх справ, Харків, Україна

<http://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

Татьяна Перепелюк, кандидат психологічних наук, професор, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини Умань, Україна

<http://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Любовь Помиткіна, доктор психологічних наук, професор, Національний авіаційний університет, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-2148-9728>

Ігор Приходько, доктор психологічних наук, професор, Національна академія Національної гвардії України, Харків, Україна

<http://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

Людя Радзевичене, доктор соціальних наук, Шяуляйская академия Вильнюсского университета, м. Шяуляй, Литва

<https://orcid.org/0000-0001-8468-3176>

Цезарій Смуневський, доктор філософії хабілітований доктор наук про безпеку, професор, факультет політології та міжнародних студій Варшавського університету, заступник директора Центру міждисциплінарних досліджень Варшавського університету» Ідентичність – Діалог – Безпека», Варшава, Республіка Польща

<https://orcid.org/0000-0002-8973-3539>

Іван Сулятицький кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної освіти ЛНУ імені Івана Франка, Голова Українського центру психології безпеки (всеукраїнська громадська організація), Львів, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

Татьяна Траверсе, доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-9031-1173>

Микола Фомич, кандидат психологічних наук, доцент, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України, Черкаси, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

Tomas G. Matyok, Ph.D. (Conflict analysis and resolution), major of US Army (ret.), Professor at George C. Marshall Center, Senior Lecturer in Political Science at Middle Georgia State University, Georgia, USA

<https://orcid.org/0000-0003-1828-7938>

Ksenia Maksimenko, Doctor of Science (Psychology), Assistant Professor, National Academy of Internal Affairs, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-0354-628X>

Natalia Miloradova, Doctor of Science (Psychology), Assistant Professor Kharkiv National University of Internal Affairs, Kharkiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

Tetiana Perepeliuk, Candidates of Science (Psychology), Professor; Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

<http://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Lyubov Pomytkina, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Aviation University, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-2148-9728>

Igor Prykhodko, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Academy of the National Guard of Ukraine, Kharkiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

Liuda Radzeviciene, Doctor of Social Sciences, Vilnius University Šiauliai Academy, Siauliai, Lithuania

<https://orcid.org/0000-0001-8468-3176>

Cezary Smuniewski, Doctor of Philosophy, Doctor of Security Sciences, Professor, Faculty of Political Science and International Studies of the University of Warsaw, Deputy Director of the Center for Interdisciplinary Studies of the University of Warsaw "Identity - Dialogue - Security", University of Warsaw: Warsaw, Rzeczpospolita Polska

<https://orcid.org/0000-0002-8973-3539>

Ivan Sulyatytskyy I. candidate of psychological sciences, associate professor associate professor of the Department of Special Education of the Ivan Franko National University of Lviv, Head of the Ukrainian Center for Safety Psychology, Lviv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

Tetiana Traverse, Doctor of Science (Psychology), Professor, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-9031-1173>

Mykola Fomych, Candidates of Science (Psychology), Assistant Professor, Cherkasy Institute of Fire Safety named after Heroes of Chernobyl of the National University of Civil Defense of Ukraine, Cherkasy, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

ЗМІСТ

Питання психології

Бабак С. В., Заїчко І. О., Ярмак О. М., Бабак К. В. Компонентний склад тіла курсантів в умовах освітнього процесу у вищому військовому навчальному закладі.....	7
Глуцук А. О., Кандибал А. С., Оданельчук Н. С. Посттравматичний стресовий розлад, як наслідок війни у військовослужбовців та цивільних.....	19
Грилюк С. М. Психофізіологічна адаптація та функціональний стан організму людини...	26
Дончук Н. В., Бронзель Л. А., Іванов В. В. Психологічні ресурси особистості в умовах організації національного спротиву.....	34
Журавльова Л. В. Аналіз механізмів формування та особливостей перебігу ПТСР у жінок, що стали жертвами сексуального насилля в умовах війни.....	45
Іванова Н. Г., Ваврик Л. В. Психологічні аспекти подолання військовослужбовцями психічної травми в умовах війни.....	53
Кобець О. В., Вахоцька І. О. Особистісний ресурс як інтегральна характеристика професіонала.....	60
Костюченко І. М. Формування довіри та психологічного благополуччя військовослужбовців Державної прикордонної служби України.....	69
Мицишин М. М., Фечан Н. П. Особливості емоційного інтелекту студентів технічних спеціальностей.....	76
Мороз Л. І., Ольховецький С. М. Мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна складові дистанційного навчання як предиктори успішності учіння здобувачів.....	84
Москальов І. О., Арістархова М. С. Дослідження психологічних особливостей формування понять та узагальнень у мисленнєвій діяльності суб'єкта.....	93
Пащенко В. В. Основні напрямки дослідження феномена емоційного вигорання у зарубіжній психології.....	101
Пілішек С. О., Рудоман О. А. Психологічні фактори, що впливають на розвиток мовної впевненості у студентів під час вивчення іноземної мови за професійним спрямуванням у ЗВО.....	110
Рибчук О. О., Ворожук О. М. Мотиваційне лідерство у військових підрозділах.....	118
Руснак Ю. І. Психологічна реабілітація ветеранів в умовах проведення АТО (ООС): правова складова.....	125
Святенко Т. І., Костюченко А. В., Харькова І. Г. Методи психологічної корекції субдепресивних станів учасників бойових дій в контексті медико-психологічної реабілітації.....	134
Скрябін О. Л., Євсєєв І. Г., Халіманенко К. В., Дембіцький В. М. Використання радянською пропагандою комунікативно-пропагандистських технологій впливу для формування "образу США" під час холодної війни.....	141
Сорока О. М. Автентичність у структурі стрес-долаючої поведінки фахівця морського транспорту.....	152
Тептюк Ю. О. Ресурсний потенціал саморозвитку керівника як чинник його професійного зростання.....	160
Філіпов В. К., Богайчук В. Ж. Громадянське суспільство і національна держава в Україні...	169
Хлонь О. М. Специфіка застосування тренінгів щодо молодих юристів з метою формування правосвідомих устремлінь.....	179
Храбан Т. Є. Тематичний аналіз у дослідженнях соціально-психологічних явищ.....	188
ДО ВІДОМА АВТОРІВ.....	196

CONTENTS

Issues of psychology

Babak S. V., Zaichko I. O., Yarmak O. M., Babak K. V. Component composition of cadets' bodies in the educational process at the military academy.....	7
Hlushchuk A. O., Kandybal A. S., Odanelchuk N. S. Post-traumatic stress disorder as a consequence of war in military servants and civilians.....	19
Hrylyuk S. M. Psycho-physiological adaptation and functional state of the human organism...	26
Donchuk N., Bronzel L., Ivanov V. Psychological resources of the individual in the context of organising national resistance.....	34
Zhuravlyova L. V. Post-traumatic stress disorder in women who survived sexual violence during the war.....	45
Ivanova N., Vavryk L. Psychological aspects of overcoming mental trauma by military servants in the conditions of war.....	53
Kobets O., Vakhotska I. Personal resource as an integral characteristic of a professional..	60
Kostyuchenko I. M. Building trust and psychological well-being of military officers of the state border service of Ukraine.....	69
Myshchyshyn M., Fechan N. The peculiarities of the technical students emotional intelligence.....	76
Moroz L., Olkhovetskyi S. Motivational-regulatory, cognitive-motivational and integrative components of distance learning as predictors of students' learning success.....	84
Moskalov I. Aristarkhova M. A study of psychological features concepts and generalizations formation in the thinking activity of a subject.....	93
Pashchenko V. Main directions of research on the phenomenon of emotional burnout in foreign psychology.....	101
Pilishek S., Rudoman O. Psychological factors affecting the development of language confidence in students during the learning of a foreign language under professional direction in high schools.....	110
Rybchuk O. O., Voroshchuk O. M. Motivational leadership in military units.....	118
Rusnak Y. Psychological rehabilitation of veterans in the context of the ATO (JFO): the legal component.....	125
Sviatenko T. I., Kostiuchenko A. V., Kharkova I. H., Methods of psychological correction of subdepressive states in combat participants in the context of medical-psychological rehabilitation.....	134
Skriabin O., Yevsieiev I., Khalimanenko K., Dembitskyi V. The use of communication and propaganda technologies of influence by soviet propaganda for the formation "image of the usa" during the cold war.....	141
Soroka O. Authenticity in the structure of teacher's stress-coping behaviour.....	152
Teptyuk Y. Resource potential of the manager's self-development as a factor in their professional growth.....	160
Filipov V., Bohaichuk V. Civil society and the nation state in Ukraine.....	169
Khlon O. M. Specific application of training for young lawyers with the purpose of forming law-conscious opinions.....	179
Khraban T. Thematic analysis in the study of social and psychological phenomena.....	188
INFORMATION FOR AUTHORS.....	196

КОМПОНЕНТНИЙ СКЛАД ТІЛА КУРСАНТІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ВИЩОМУ ВІЙСЬКОВОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Бабак С. В. кандидат біологічних наук, доцент
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-6985-1394>

Заїчко І. О. офіцер ЗСУ
<https://orcid.org/0009-0001-2955-4950>

Ярмак О. М. кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-6580-6123>

Бабак К. В. менеджер міжнародної діяльності
<https://orcid.org/0009-0005-8027-6924>

У статті описано компонентний склад тіла: кістковий, м'язовий, жировий – їхні функції, співвідношення, значення для організму, здоров'я та виконання професійних обов'язків. Проаналізовані чинники, які впливають на компонентний склад тіла курсантів ВВНЗ.

Проведено дослідження компонентного складу тіла курсантів 1-4-х курсів ННІФКтаСОТ НУОУ впродовж навчального року та зроблено порівняльний аналіз цих даних між курсантами різних курсів.. За всіма досліджуваними параметрами курсанти всіх курсів відповідають нормі та мають досить розвинений м'язовий компонент тіла, невисокий рівень жирового компоненту, достатню кісткову масу, високий рівень основного обміну речовин, що свідчить про відповідність стану їхнього фізичного тіла до специфіки навчального закладу та здатність виконувати відповідну професійну діяльність. З іншого боку, це також показує ефективність освітнього процесу НУОУ.

Ключові слова: компонентний склад тіла; обмін речовин; курсанти; освітній процес; вищий військовий навчальний заклад.

Вступ. Фізична форма, маса тіла, певні антропометричні показники військовослужбовців є ключовими чинниками, що впливають на їхню здатність виконувати професійні обов'язки.

Розуміння змін у компонентному складі тіла є необхідним для оптимізації програм фізичної підготовки, спрямованих на підвищення ефективності в навчанні та на службі, у т.ч. бойових операцій, тренування та щоденних обов'язків.

У арміях та у вищих військових навчальних закладах (ВВНЗ) ведучих країн світу звертають значну увагу на компонентний склад тіла та соматотип військовослужбовців і двічі на рік проводять масштабні антропометричні дослідження.

Навчання у ВВНЗ вимагає від курсантів підтримки фізичної форми, оволодіння різними фізичними вправами. Слід підкреслити, що при переході на наступний курс ця відповідність має зростати.

Мета дослідження – визначити і проаналізувати показники компонентного складу тіла курсантів впродовж одного

навчального року та порівняти дані 1-4-х курсів і таким чином виявити вплив наповненості освітнього процесу фізичними навантаженнями для підтримання курсантами необхідної структури та якості складу тіла.

Актуальність вивчення теми дослідження є очевидною з огляду на нагальну потребу високоякісної фізичної підготовленості випускників ВВНЗ для виконання професійної діяльності, що залежить від освітнього процесу впродовж усіх років навчання курсантів.

Дослідження компонентного складу тіла серед курсантів Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій (ННІФКтаСОТ) НУОУ проведено вперше.

Теоретичне підґрунтя. Компонентний склад тіла (КСТ) – це співвідношення різних компонентів, що формують загальну масу тіла людини – м'язової, жирової, кісткової та інших тканин, які визначають фізичний стан та спортивні можливості атлета.

Компонентний склад тіла є важливим, як для спортсменів, так і для військовослужбовців. Найважливішим, безумовно, є м'язова маса. М'язова маса відповідає за силу, витривалість, швидкість та інші важливі для спорту показники. Жирова маса виконує енергетичну та захисну функції, але надлишок жиру може негативно впливати на працездатність. Кісткова маса забезпечує опору та жорсткість тіла, що важливо для силових видів спорту. Інші компоненти: вода, сухожилля, зв'язки, внутрішні органи – також є важливими для функціонування організму (Шинкарук, 2013).

Антропометрія широко використовується для досліджень особливостей морфологічного статусу різних верств населення. При проведенні антропометричних досліджень потрібно враховувати можливий вплив зовнішніх та внутрішніх чинників. КСТ залежить від: віку, статі, генетики, харчування, фізичної активності та ін. (Беспалова, 2010).

На компонентний склад тіла курсантів ВВНЗ впливають і специфічні чинники:

⇒ психологічна та фізична адаптація на 1 курсі до нових умов життя;

⇒ хронічний стрес, який негативно порушує гормональний баланс, що може призвести до порушення обміну речовин та збільшення жирової маси. На тлі стресу та перевантажень, як фізичних, так і психічних, може відбутись зміна харчової поведінки: емоційне переїдання або навпаки, втрата апетиту, що порушує КСТ;

⇒ недосипання, що негативно впливає на м'язовий ріст та відновлення;

⇒ випадки специфічного сприйняття колективом форми тіла курсанта (висміювання, жарти та ін.);

⇒ фізичні травми та перевантаження можуть призвести до порушення опорно-рухового апарату і до хронічних травм, що ускладнює заняття спортом та веде до зміни КСТ. Недостатнє відновлення: може призвести до м'язового дисбалансу, атрофії м'язів, що негативно впливає на КСТ;

⇒ психологічні травми можуть призвести до депресії, тривожності, посттравматичного стресового розладу (ПТСР), що негативно впливає на загальний стан організму, включаючи КСТ. Відчуття

втрати дому може призвести до депресії, апатії, втрати апетиту, що негативно впливає на КСТ;

⇒ нездорове харчування, самотність можуть призвести до емоційного переїдання, апатії, зниження фізичної активності, що негативно впливає на КСТ (Стасюк, 2010). Вживання кави та солодких газованих напоїв: може призвести до зневоднення, порушення обміну речовин, збільшення жирової маси (Mykhalov, 2021);

⇒ електромагнітне випромінювання мобільних вишок на території ВВНЗ;

⇒ корективи, як негативні так і позитивні, може внести і сімейний стан та ін. (Петрачков, Білошицький, & Ярмач, 2022);

⇒ чинники пов'язані з воєнним станом в країні: часті повітряні тривоги, вибухи ракет та шахедів. Отруйні речовини з ракет після вибухів спричиняють розвиток інтоксикації, що може призвести до ураження різних систем організму, включаючи ендокринну та обмінну (McCarthy, Elshaw, Szekely, & Pflugeisen, 2017).

Для мінімізації негативного впливу додаткових чинників на КСТ курсантам ВВНЗ рекомендується аналізувати свій психічний стан та вчасно звертатися за допомогою до психологів.

Дослідження у галузі фізичної підготовки військовослужбовців показують, що відповідна адаптація програм тренувань до індивідуальних особливостей покращує загальний фізичний стан та підвищує ефективність служби. Це може включати в себе не лише тренування для збільшення силових показників та витривалості, але і роботу над змінами в складі маси тіла для досягнення оптимального балансу між масою і фізичною формою.

Додаткові дослідження у галузі фізичної підготовки військовослужбовців допомагають розкрити більш детальні зв'язки між КСТ, масою тіла та ефективністю служби, що сприятиме розробці і впровадженню персоналізованих програм тренувань (Гусаров, 2015).

Методи дослідження.
Використовували наступні методи дослідження:

- теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація);
- емпіричні (аналіз документації, спостереження);
- практичні:

а) антропометричні дослідження: вимірювання довжини тіла (з використанням ростоміру підлогового РП-2000), ваги, товщини шкірно-жирових складок (з використанням каліпера (Вимірювач підшкірного жиру каліпер),

б) біоімпедансний аналіз: визначення м'язової, кісткової та жирової маси; основного обміну (за допомогою аналізатора Tanita BC-545 N),

в) статистичні методи: обробка та аналіз отриманих даних. Обробку статистичної інформації здійснювали з використанням комп'ютерного пакета прикладних програм Statistica 10.0 (StatSoft, Inc., США) та «Microsoft Excel». Визначалась достовірна відмінність за непараметричними критеріями для незалежних вибірок Манна-Уїтні та за критеріями Вілкоксона, для залежних вибірок між показниками курсів, порівняно із 1-м курсом ($p < 0,05$).

У антропометричних дослідженнях брали участь 34 курсанти чоловічої статі ННІФКтаСОТ НУОУ 1–4-х курсів: 9 курсантів – 1-го курсу, 10 курсантів – 2-го курсу, 8 курсантів – 3 курсу, 7 курсантів – 4-го курсу. Вік досліджуваних – 17-24 роки, які відносяться до двох вікових категорій: 17-21 роки – юнацький вік, від 21 року – зрілий вік І.

Дослідження проводилось у 2 етапи: 1 етап – вересень 2023 року, 2 етап – квітень 2024 року. При проведенні дослідження дотримувалися біоетичних стандартів відповідних постанов ВООЗ та законів України.

Результати і обговорення.

Антропометричне дослідження курсантів 1-4 курсів ННІФКтаСОТ показало наступне.

Не дивлячись на те, що курсанти 1-4 курсів відрізняються віковими категоріями, і за період юнацького віку відбувається зростання організму, у нашому дослідженні, зріст курсантів впродовж навчального року не змінився на жодному з курсів (рис.1). Можна припустити, що курсанти мають великі фізичні навантаження, знаходяться в стресі (з огляду на військовий стан в країні) або в харчовому раціоні не вистачає білків.

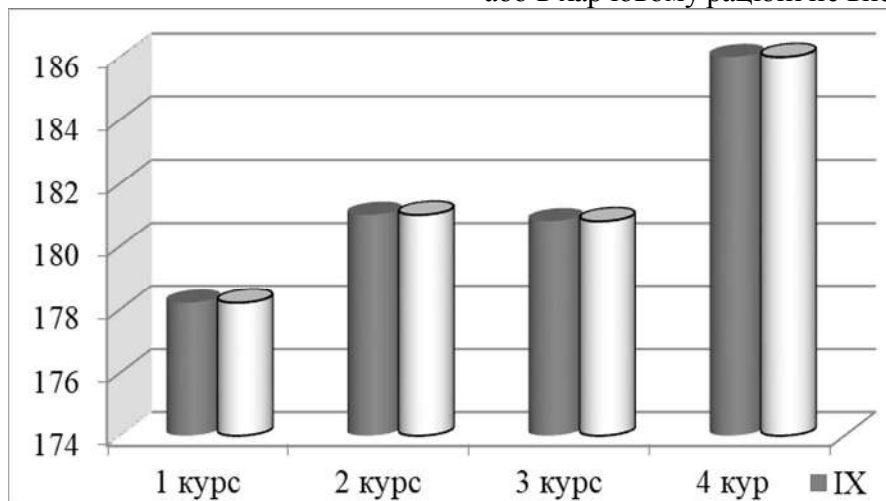


Рис. 1. Довжина тіла (см) (на осі ординат) курсантів 1-4 курсів у вересні 2023 р. та у квітні 2024 р.

Слід зазначити, що курсанти всіх 4-х курсів мають досить високий зріст – 178 – 186 см, що є більшим за середньостатистичну довжину тіла українців.

Стосовно маси тіла, варто відмітити, що її значення змінюються впродовж навчального року на одному курсі і між курсами. Виключенням є курсанти 2-го курсу.

Достовірних змін маси тіла у квітні 2024 року порівняно із вереснем 2023 року не виявлено. На 1, 3 і 4 курсах навесні курсанти одного курсу мали тенденцію до збільшення маси тіла.

Між курсами виявлено достовірні відмінності між масою тіла курсантів: у вересні – 2 та 4-й курси, порівняно із 1-м, а у квітні – 2, 3 та 4-й курс порівняно із 1-м (рис. 2).

Найбільший приріст маси тіла курсантів 3-го курсу (в середньому – $2 \pm 0,2$ кг) (табл.1)

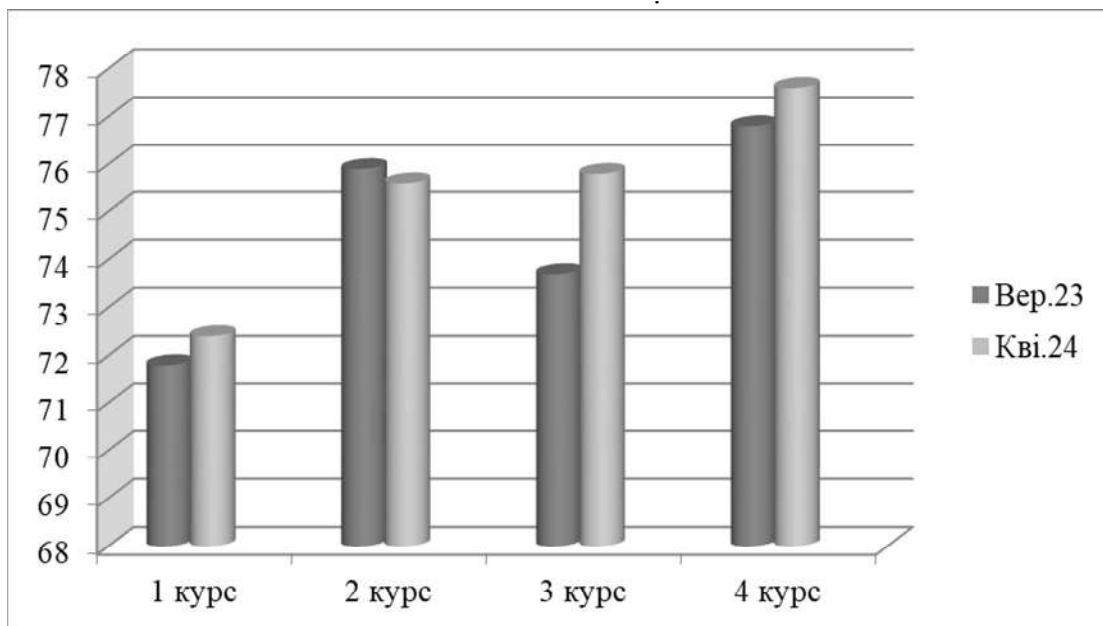


Рис. 2. Маса тіла (кг) (на осі ординат) курсантів 1-4 курсів у вересні 2023 р. та у квітні 2024 р.

Таблиця 1.

Маса тіла курсантів 1-4 курсів (вересень 2023, квітень 2024) (n=34)

Курс	Вересень 2023	Квітень 2024
1 курс	71,8 ± 1,1	72,4 ± 1,0
2 курс	75,9 ± 1,1*	75,6 ± 1,1*
3 курс	73,7 ± 1,5	75,8 ± 1,1*
4 курс	76,8 ± 1,0*	77,6 ± 0,8 *

Примітка: * - достовірна відмінність між показниками курсів, порівняно із 1-м курсом ($p < 0,05$).

Як відомо, стандарти ваги, які використовуються військовими, є близькими до індексу маси тіла (ІМТ). Індекс маси тіла – це інструмент, за допомогою якого можна швидко класифікувати людину як із недостатньою вагою, нормальною вагою, надмірною вагою або ожирінням на основі їхнього зросту та ваги. ІМТ є визнаним і надійним способом оцінки складу тіла. Використання ІМТ має деякі обмеження. Основне обмеження полягає у тому, що воно не враховує відмінностей у складі тіла. Для різних людей з однаковим ІМТ відсоток жиру в організмі (BF%) може відрізнятися залежно від статі, раси, віку та рівня фізичної підготовки. Отже, «надмірна вага» ІМТ не обов'язково означає, що людина нездорова. Наприклад, ІМТ схильний класифікувати низьких м'язистих людей як людей із зайвою вагою. Якщо буде здійснено більше вимірювань, наприклад окружність живота, тоді стане очевидним, що ці люди не є «надлишковими», тому вони можуть не мати

ризиків для здоров'я, який передбачає їхній ІМТ.

Індекс маси тіла є досить точним показником жиру в організмі для значень понад 30. Малоімовірно, що когось із «ожирінням» ІМТ 30 або більше неправильно класифікують, оскільки вони дуже м'язисті з невеликим вмістом жиру. Зазвичай такі люди є спортсменами високого рівня, які не мають надлишку жиру. Зважаючи на обмеження результатів значень ІМТ, цей індекс не слід використовувати як тип вимірювання здоров'я військовослужбовця (How the military measures body composition).

У DoDI 1308.03 (USA) зазначено, що під час перевірки зросту й ваги, максимальна допустима вага має бути між ІМТ – 25 і 27,5, а мінімально допустима вага не може бути нижчою за ІМТ – 19. Кожній службі дозволено встановлювати свої конкретні стандарти ваги, якщо максимальні та мінімальні значення знаходяться в межах цих діапазонів ІМТ. Це дозволяє чоловікам і жінкам мати здорову кількість жирової маси,

яка необхідна для здоров'я і для працездатності (Гусаров, 2015).

У нашому дослідженні ми розраховували ІМТ (табл. 2).

Таблиця 2.

ІМТ курсантів 1-4 курсів (вересень 2023, квітень 2024)

Курс	Вересень 2023	Квітень 2024
1 курс	23,8 ± 0,1	23,6 ± 0,1
2 курс	23,0 ± 0,1	22,8 ± 0,2
3 курс	22,7 ± 0,08	22,5 ± 0,1
4 курс	22,0 ± 0,09*	22,1 ± 0,08 *

Примітка: * - достовірна відмінність між показниками 4 курсу порівняно із 1-м курсом ($p < 0,05$).

Згідно результатів нашого обстеження усіх 34 курсантів на усіх курсах, індекс маси тіла відповідає нормі, яка за класифікацією маси тіла у дорослих (згідно з даними ВООЗ) відповідає ознаці – «еквівалент нормальної маси тіла» (Вимірювач підшкірного жиру каліпер).

Вище було зазначено, що маса тіла достовірно зросла у курсантів 2-4 курсів, порівняно із 1-м курсом. Логічним постало питання: за рахунок якої компонентної складової це відбулось? Визначення вмісту жиру в тілі курсантів показало, що зміни цього компоненту тіла позитивно корелюють із змінами маси тіла (рис. 3).

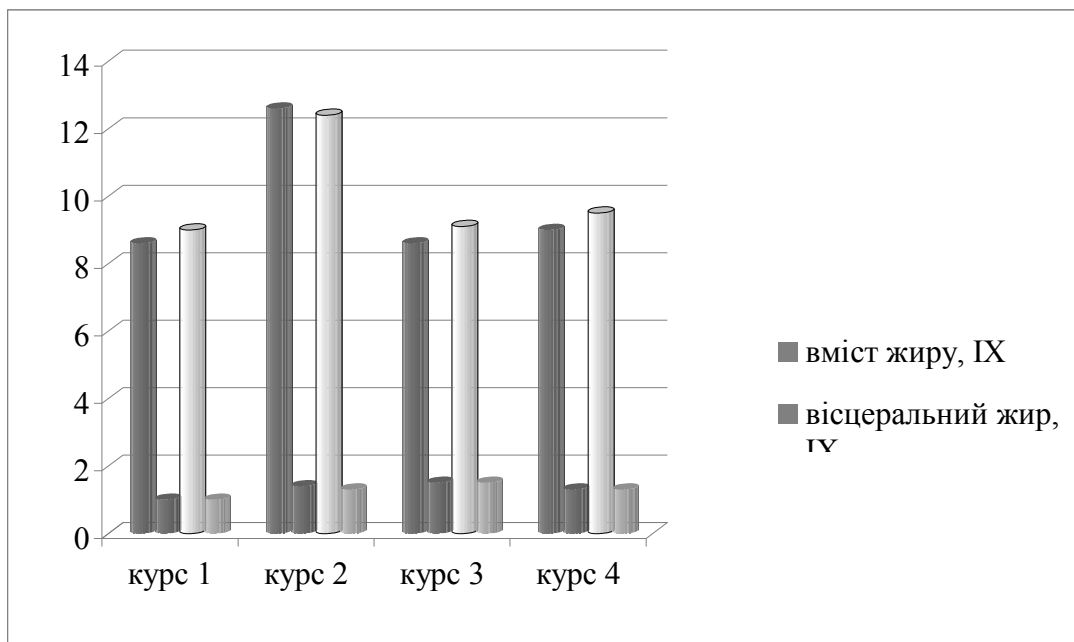


Рис. 3. Вміст жиру (%) та вісцерального жиру (%) (на осі ординат) у тілі курсантів 1-4 курсів у вересні 2023р. та у квітні 2024р.

На першому курсі вміст жиру збільшився за 7 місяців на 0,4 %, на 2-му курсі – практично не змінився, як і маса тіла, на 3-му курсі вміст жиру збільшився на 0,5 %, а на 4-му курсі – на 0,4 %.

На 1-му курсі жирові відкладення збільшились лише на правій руці та на тулубі. На 2-му курсі – жирові відкладення навіть зменшились – на тулубі та кінцівках. На 3-му курсі вміст жиру збільшився на

тулубі, а на 4-му курсі, в основному, – на правій руці.

Порівняння вмісту жиру в тілі курсантів з вмістом води показало зворотну залежність (рис. 4). Так, найменший відсоток жиру виявлено у курсантів 1-го курсу (8,9 % та 9 % – вересень і квітень) і одночасно найбільший вміст води – 70,3 % та 70 % – відповідно.

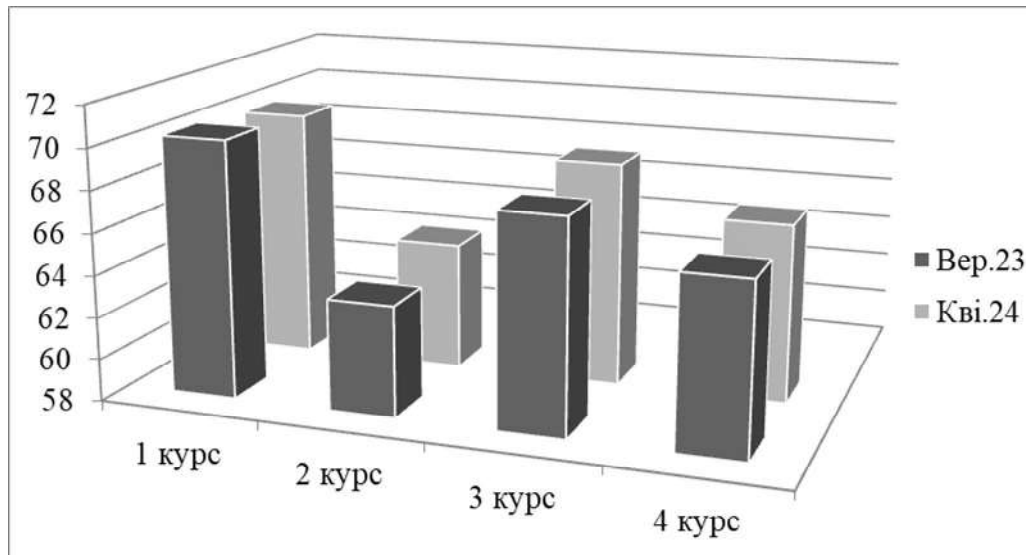


Рис 4. Вміст води (%) (на осі ординат) у тілі курсантів 1-4 курсів у вересні 2023 р. та у квітні 2024 р.

Стосовно курсантів 2-го курсу – у них виявлено найбільший вміст жиру – 12,6 % та 12,4 % відповідно, а вміст води – найменший – 63,3 % та 64,1 % відповідно (рис. 3). Можливо, при фізичному навантаженні «вода переходить в жир» (утримується жиром).

Виходячи з отриманих даних у наших дослідженнях, можна стверджувати, що кореляційні залежності між вмістом жиру та вісцеральним жиром недостатньо виражені (рис. 3). Можливо, причиною є невеликі вибірки досліджуваних.

Жирова маса у людини – це сукупність всіх видів жирових тканин, що знаходяться у тілі. Вона включає в себе підшкірні накопичення, внутрішньорганні жири та інші форми жирової тканини. Функції жирової маси багатогранні: вона слугує як запас енергії, регулює тепловий обмін, є джерелом для вироблення гормонів та функціонування імунітету. Необхідно враховувати, що рівень жирової маси має велике значення для загального стану здоров'я. Спортсмени, як правило, мають нижчий відсоток жиру в організмі, ніж люди в хорошій фізичній формі. Однак, коли відсоток жиру в організмі падає занадто низько, спортивні результати також погіршуються. Рівень жирової маси – 10-15 % від загальної маси тіла є оптимальним. Надмірна жирова маса може негативно впливати на фізичну працездатність військовослужбовців, знижувати їхню витривалість та збільшувати ризик травм. Велика кількість жирової маси знижує

швидкість, витривалість та ефективність рухів. Зайвий жир може спричиняти втомленість та знижувати стійкість до фізичного навантаження, що ускладнює виконання завдань на полі бою (Єрмаков, 2013).

Надмірний вміст жиру в тілі військовослужбовців є наростаючою проблемою для армій світу. У 2018 році, за даними американських джерел: «кожен п'ятий військовослужбовець занадто товстий, щоб воювати» (Nykänen, Pihlainen, Kyröläinen, & Fogelholm, 2020). У 2023 році, згідно з новим масштабним дослідженням, майже сім з 10 військовослужбовців США мали надмірну вагу або ожиріння – це може поставити під загрозу військову готовність країни і підірвати національну безпеку. Виявлення, діагностика і лікування ожиріння серед солдатів є пріоритетом збройних сил (Koenig, 2023).

У міністерствах оборони різних країн приділяється велика увага визначенню усіх компонентів тіла у претендентів на військові професії. Особливо гостро постало питання після епідемії Covid-2019.

Зростаюча поширеність ожиріння серед військовослужбовців – це криза здоров'я (думка зарубіжних фахівців), що потребує медичного втручання, а не адміністративних покарань, знущань і цькування у військовому середовищі.

У досліджуваних нами курсантів вміст жиру – від 8,6 % до 12,6 %, що є оптимальним та нижчим за норму. Варто зауважити, що наші дані не зовсім коректно

порівнювати із даними американських стандартів, тому що вони визначаються дещо по-різному.

М'язова маса є одним з ключових компонентів. Військовослужбовці, які мають високий рівень м'язової маси (40-45 % від загальної маси тіла), забезпечені силовим потенціалом і витривалістю, необхідними для ефективного виконання бойових завдань. Такий рівень м'язової маси дозволяє їм переносити важкі навантаження, забезпечує швидкість та координацію рухів, а також слугує додатковим захистом від травм.

У досліджуваних курсантів 1, 3 та 4 курсів у квітні 2024 року зафіксована м'язова маса тіла, яка виявилась більшою,

ніж у вересні. Лише у курсантів 2-го курсу м'язова маса зменшилась на тлі збільшення вмісту жиру (рис. 5).

Найбільшу м'язову масу виявлено у курсантів 4-го курсу (у вересні 2023 і квітні 2024), а найменшу – у курсантів 1-го курсу. М'язова маса курсантів 4-го курсу достовірно збільшилась на 6,4 %, порівняно із 1-м курсом ($p < 0,05$). Це може свідчити про те, що фізичні навантаження та харчування сприяли зростанню маси м'язів. Причини зменшення м'язової маси у курсантів 2-го курсу потрібно досліджувати.

М'язова маса досліджуваних курсантів достатньо велика для здійснення професійної діяльності (рис. 5).

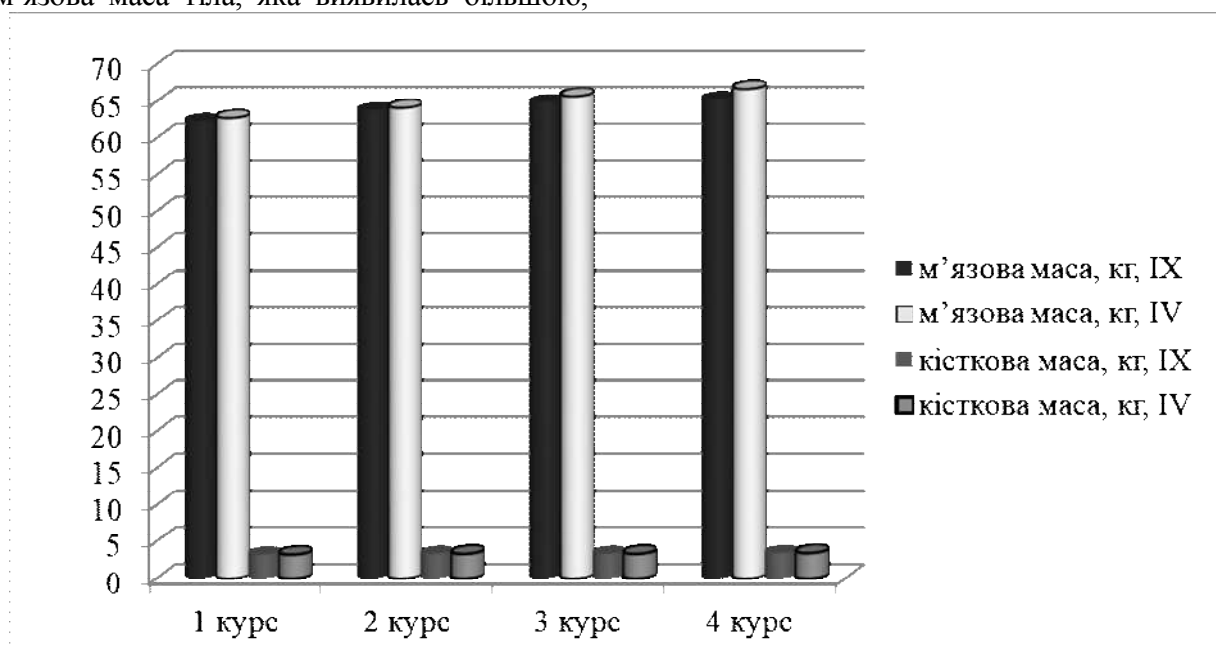


Рис 5. М'язова маса і кісткова маса (кг) (на осі ординат) у тілі курсантів 1-4 курсів у вересні 2023 р. та у квітні 2024 р.

Нами був визначений також кістковий компонент складу тіла курсантів. Кісткова маса змінюється більш повільними темпами в онтогенезі людини в юнацькому та зрілому віці

Упродовж 2023-2024 навчального року кісткова маса курсантів кожного курсу не змінилась (є відмінності у порівнянні показників кісткової маси між окремими курсами). Найменша кісткова маса у курсантів 1-го курсу, найбільша – у курсантів 4-го курсу (рис. 5).

Враховуючи, що наше дослідження ґрунтувалося на даних 34 курсантів, чоловічої статі, віком від 17 до 24 років, які ведуть активний спосіб життя (бігають та займаються

фізичними вправами щоденно), ми зробили такі висновки:

- збільшення кісткової маси у курсантів від 1-го до 4-го курсів протягом навчального року пов'язане з їх активним способом життя. Щоденні фізичні навантаження стимулюють ріст кісткової тканини;

- збільшення кісткової маси більш виражене у курсантів, які мають збалансований раціон харчування, багатий на кальцій та вітамін D. Ці поживні речовини необхідні для росту та зміцнення кісток. Відмова від куріння і від вживання алкоголю може мати позитивний вплив на ріст кісткової маси;

- сезонні чинники можуть впливати на ріст кісткової маси (ріст кісток найбільш активно відбувається влітку);

- необхідно провести додаткові дослідження, щоб визначити вплив раціону харчування та сезонних чинників на ріст кісткової маси у курсантів.

Основний обмін – це мінімальний рівень енергетичного обміну, необхідного лише на підтримання життя. Він визначається як теплопродукція організму за умов максимального фізичного, інтелектуального та емоційного спокою.

Близько 70 % енергії організм людини витрачає під час забезпечення своїх життєвих функцій: печінка витрачає 27 %, робота головного мозку вимагає 19%, серце витрачає 7 %, нирки – 10 %, м'язи – 18 %, інші органи – 19 %. Всього лише 20 % витрачається під час фізичної активності і 10 % – для засвоєння їжі.

Наші дослідження показали, що основний обмін курсантів зростає від курсу до курсу. Навесні основний обмін на всіх курсах збільшився, порівняно із вереснем (рис. 6).

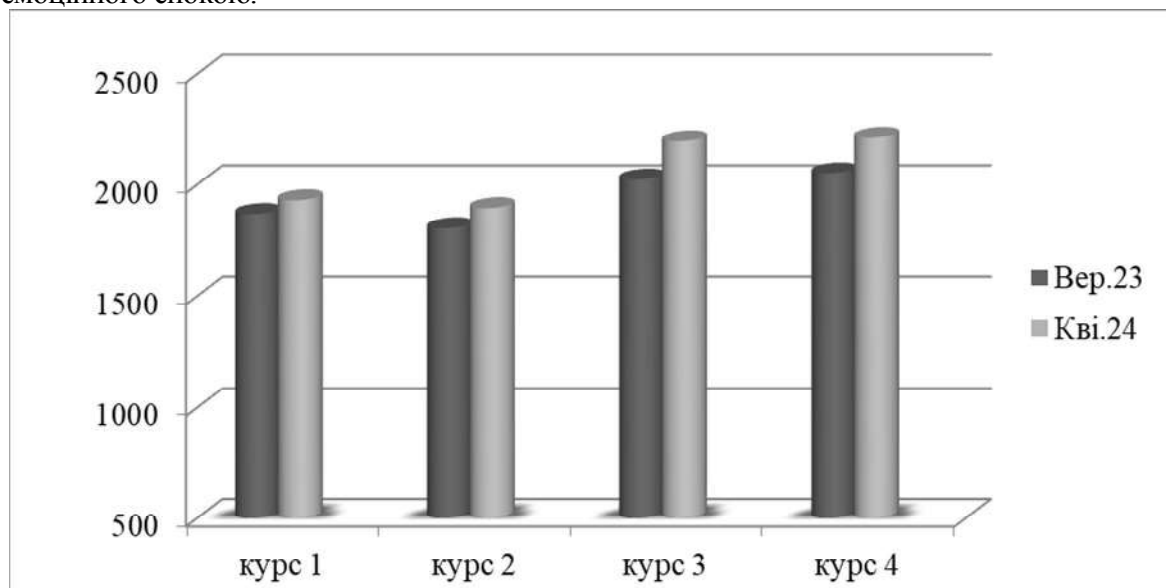


Рис. 6. Основний обмін (ккал) (на осі ординат) курсантів 1-4 курсів у вересні 2023 р. та у квітні 2024 р.

Стосовно основного обміну курсантів ми зробили припущення:

- › різниця в основному обміні пов'язана з сезонними змінами у період між вереснем 2023 р. та квітнем 2024 р.;

- › зростання основного обміну від курсу до курсу пов'язане з тим, що курсанти стають фізично активнішими та/або набирають м'язову масу або краще харчуються у зв'язку із зміною сімейного стану.

На основі даних діаграми можна припустити (рис. 6):

- ✓ основний обмін курсантів буде й далі зростати з курсу на курс;

- ✓ курсанти з більш високим рівнем фізичної активності матимуть вищий основний обмін;

- ✓ основний обмін курсантів буде й далі трохи вищим навесні, ніж восени.

Висновки. Фізична форма, маса тіла і компонентний склад тіла військовослужбовців є ключовими

факторами, що впливають на їхню здатність виконувати різноманітні завдання, включаючи бойові операції, тренування та щоденні обов'язки. Розуміння змін у складі маси тіла матиме значущий вплив на оптимізацію програм фізичної підготовки, спрямованих на поліпшення загального фізичного стану військовослужбовців і підвищення їхньої ефективності на службі.

Регулярні фізичні навантаження та тренування є важливими елементами фізичної підготовки військовослужбовців. Оптимальна програма тренувань повинна враховувати не лише типи вправ, але й індивідуальні особливості кожного військовослужбовця, включаючи його фізичну форму, масу тіла і компонентний склад тіла.

У військових, як і в будь-яких інших професіях, оптимальний фізичний стан відіграє ключову роль у виконанні обов'язків. Тому, для досягнення оптимального

компонентного складу маси тіла, можуть бути використані різноманітні стратегії.

Проведено та описано особливості антропометричних показників курсантів 1-4 курсів ННІФКтаСОТ НУОУ двічі за навчальний рік (у вересні 2023 року та наприкінці квітня 2024 року).

Дослідження показало, що курсанти усіх курсів мають досить високий зріст 178 – 186 см, що є більшим за середньостатистичну довжину тіла українців. Довжина тіла курсантів впродовж навчального року не змінилася на жодному з чотирьох курсів, але збільшилась – від 1-го до 4-го.

Маса тіла змінюється, як впродовж навчального року на одному курсі, так і, порівняно між курсами. Виключенням є курсанти 2-го курсу.

Індекс маси тіла всіх 34 курсантів відповідає нормі, яка за класифікацією маси тіла у дорослих згідно з даними ВООЗ відповідає ознаці – «еквівалент нормальної маси тіла».

Вміст жиру з курсу на курс збільшується та має обернені залежності від вмісту води.

М'язова маса є одним з ключових компонентів. Військовослужбовці, які мають

високий рівень м'язової маси (приблизно 40-45% від загальної маси тіла), забезпечені силовим потенціалом і витривалістю, необхідними для ефективного виконання бойових завдань. Такий рівень м'язової маси дозволяє їм переносити важкі навантаження, забезпечує швидкість та координацію рухів, а також функціонує як додатковий захист від травм.

У досліджуваних курсантів 1, 3 та 4 курсів м'язова маса тіла зросла за період навчального року. Лише у курсантів 2-го курсу м'язова маса зменшилась на тлі збільшення вмісту жиру. Кісткова маса курсантів на кожному курсі впродовж 2023-2024 навчального року не змінилась. Найменша кісткова маса – у курсантів 1-го курсу, найбільша – у курсантів 4-го курсу.

Основний обмін курсантів зростає з курсу на курс. Навесні основний обмін на всіх курсах збільшився, порівняно із вереснем.

За результатами досліджень можна зробити загальний висновок: компонентний склад тіла курсантів усіх курсів ННІФКтаСОТ НУОУ показує ефективність освітнього процесу.

Список використаних джерел

1. Бабак, С. В., Заїчко, І. О. (2023). Порівняльний аналіз компонентного складу тіла курсантів різних курсів ВВНЗ. Міжнародна науково-практична конференція «Адаптаційні та психфізіологічні проблеми фізичної культури і спорту» Київ-Черкаси, 7-8 грудня 2023, 18-19.
2. Беспалова, Н. М. (2010). Морфофункціональні закономірності фізичного розвитку студентів в залежності від переважання типу автономної нервової системи: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук: спец. 14.03.01 – нормальна анатомія. Тернопіль, 18 с.
3. Вимірювач підшкірного жиру каліпер. – URL: <https://epicentrk.ua/ua/shop/mplc-vimiryuvach-pidshkirnogo-zhiru-kaliper-1ec1075a-818e-6d10-9ff9-d5a9b5fc24ab.html>
4. Гумінський, Ю. Й., Андрійчук, В. М., & Шпакова, Н. А. (2015). Закономірності річних змін соматометричних та спірометричних показників юнаків (студентів та військовослужбовців). *Biomedical and biosocial anthropology*, 25, 95-99.
5. Гусаров, В. Г. (2015). Вплив харчування на компонентний склад тіла військовослужбовців. *Фізична культура, спорт і туризм: науковий журнал*, 3, 42-46.
6. Єрмаков, С. С. (2013). Вплив віку та статі на компонентний склад тіла військовослужбовців. *Вісник Національної академії наук України*, 8, 86-90.
7. Компонентний склад тіла: що це таке, здоровий процент жиру в організмі та як його визначити. – URL: <https://apollo.online/blog-post/komponentnyj-sklad-tila-shho-cze-take-zdorovyj-procent-zhyru-v-organizmi-ta-yak-jogo-vyznachyty/>.
8. Петрачков, О., Білошицький, В., & Ярмак, О. (2022). Морфофункціональний скринінг майбутніх фахівців фізичної культури і спорту Збройних сил України. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2, 90–95. doi: 10.32652/tmfvs.2022.2.90–95.
9. Петрачков, О. (2016). Надмірна вага тіла як показник зниженого стану фізичного здоров'я. *Військова освіта*, 2 (34), 176-183.
10. Романчук, С., Данилевич, М., Кузнецов, М., Небожук, О., Яровий, М., Романчук, В. та ін. (2022). Вплив занять фізичними вправами у військовому спорядженні на показники функціонального стану та фізичної підготовленості військовослужбовців. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*, 24, 30–36.

11. Стасюк, В. В. (2010). Екстремальні умови та їх вплив на індивідуальні особливості військовослужбовців. Вісник Національної академії оборони України, 1 (15), 175–181.
12. Шинкарук, О. А. (2013). Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті. Навчальний посібник. Київ, 136 с.
13. Шкляр, А. С. (2013). М'язова компонента маси тіла людини: антропометрична оцінка на етапах постнатального онтогенезу (методологічні, інноваційні та прикладні аспекти). Проблеми екологічної та медичної генетики і клінічної імунології, 5, 44-52.
14. Combating Military Obesity: Stigma's Persistent Impact on Operational. Oct 2023. – URL: www.AmericanSecurityProject.org
15. How the military measures body composition. – URL: <https://www.hprc-online.org/physical-fitness/training-performance/how-military-measures-body-composition>
16. Koenig, M. (2023). Nearly 70% of American soldiers are obese or overweight – compromising national security: study. Oct. 20, 2023. – URL: <https://nypost.com/2023/10/20/nearly-70-of-american-soldiers-are-obese-or-overweight-study/>
17. McCarthy, M. S., Elshaw, E. B., Szekely, B. M. & Pflugeisen, B. (2017). Health promotion research in active duty army soldiers: The road to a fit and ready force. Nurs. Outlook, 65(5S), S6–S16.
18. Mykhaylov, V. (2021). The Analysis of Morphofunctional and Physical Readiness of Ukrainian Joint Force Operation Servicemen with Different Body Weight. Special features of Physical Fitness and Sports organization of military personnel in combat preparedness system and professional performance. Scientific and Methodical seminar, 34-37.
19. No More Tape Test: Air Force Announces New Body Composition Program. Jan. 9, 2023. – URL: <https://www.airandspaceforces.com/no-more-tape-test-air-force-announces-new-body-composition-program/>
20. Nykänen, T., Pihlainen, K., Kyröläinen, H. & Fogelholm, M. (2020). Associations of nutrition and body composition with cardiovascular disease risk factors in soldiers during a 6-month deployment. Int. J. Occup. Med. Environ. Health, 33(4), 457–466.

References

1. Babak, S. V., Zaichko, I. O. (2023). Porivnialnyi analiz komponentnoho skladu tila kursantiv riznykh kursiv VVNZ [Comparative analysis of the body composition of cadets from different years of study at a Higher Military Educational Institution]. Mizhnarodna naukovo-praktychna konferentsiia «Adaptatsiini ta psykhiologichni problemy fizychnoi kultury i sportu» Kyiv-Cherkasy, 7-8 hrudnia 2023, 18-19. (in Ukrainian)
2. Bepalova, N. M. (2010). Morfofunktsionalni zakonomirnosti fizychnoho rozvytku studentiv v zalezhnosti vid perevazhannia typu avtonomnoi nervovoi systemy [Morphofunctional patterns of physical development in students depending on the predominant type of the autonomic nervous system] avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. biol. nauk: spets. 14.03.01 – normalna anatomiia. Ternopil, 2010. 18 s. (in Ukrainian)
3. Vymiryuvach pidshkirnoho zhyru kaliper [Skinfold fat measuring device – caliper]. – URL: <https://epicentrik.ua/ua/shop/mplc-vimiryuvach-pidshkirnoho-zhyru-kaliper-1ec1075a-818e-6d10-9ff9-d5a9b5fc24ab.html> (in Ukrainian)
4. Huminskyi, Yu. Y., Andriichuk, V. M., Shpakova N. A. (2015). Zakonomirnosti richnykh zmin somatometrychnykh ta spirometrychnykh pokaznykiv yunakiv (studentiv ta viiskovosluzhbovtiv) [Patterns of annual changes in somatometric and spirometric indicators in young men (students and military personnel)]. Biomedical and biosocial anthropology, 25, 95-99 (in Ukrainian)
5. Husarov, V. H. (2015). Vplyv kharchuvannia na komponentnyi sklad tila viiskovosluzhbovtiv [The impact of nutrition on the body composition of military personnel]. Fizychna kultura, sport i turizm: naukovyi zhurnal, 3, 42-46 (in Ukrainian)
6. Yermakov, S. S. (2013). Vplyv viku ta stati na komponentnyi sklad tila viiskovosluzhbovtiv [The impact of age and sex on the body composition of military personnel]. Visnyk Natsionalnoi akademii nauk Ukrainy, 8, 86-90 (in Ukrainian)
7. Komponentnyi sklad tila: shcho tse take, zdorovy protsent zhyru v orhanizmi ta yak yoho vyznachyty [Body composition: what it is, healthy body fat percentage and how to determine it]. – URL: <https://apollo.online/blog-post/komponentnyj-sklad-tila-shho-cze-take-zdorovyj-proczent-zhyru-v-organizmi-ta-yak-jogo-vyznachyty/> (in Ukrainian)
8. Petrachkov, O., Biloshytskyi, V., Yarmak, O. (2022). Morfofunktsionalnyi skrynnih maibutnikh fakhivtsiv fizychnoi kultury i sportu Zbroinykh syl Ukrainy [Morphofunctional screening of future specialists in physical education and sports of the Armed Forces of Ukraine]. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu, 2, 90–95. doi: 10.32652/tmfvs.2022.2.90–95 (in Ukrainian)

9. Petrachkov, O. (2016). Nadmirna vaha tila yak pokaznyk znyzhenoho stanu fizychnoho zdorovia [Excess body weight as an indicator of decreased physical health]. *Viiskova osvita*, 2 (34), 176-183 (in Ukrainian)
10. Romanchuk, S., Danylevych, M., Kuznetsov, M., Nebozhuk, O., Yarovyi, M., Romanchuk, V. ta in. (2022). Vplyv zaniat fizychnymy vpravamy u viiskovomu sporiadzhenni na pokaznyky funktsionalnogo stanu ta fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtziv [The impact of physical training in military equipment on functional condition and physical fitness indicators of military personnel]. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Fizychno vykhovannia, sport i zdorovia liudyny*, 24, 30–36 (in Ukrainian)
11. Stasiuk, V. V. (2010). Ekstremalni umovy ta yikh vplyv na indyvidualni osoblyvosti viiskovosluzhbovtziv. [The impact of extreme conditions on the individual characteristics of military personnel]. *Visnyk Natsionalnoi akademii oborony Ukrainy*, 1(15), 175–181 (in Ukrainian)
12. Shynkaruk, O. A. (2013). Teoriia i metodyka pidhotovky sportsmeniv: upravlinnia, kontrol, vidbir, modeliuvannia ta prohnozuvannia v olimpiiskomu sporti [Theory and methodology of athlete training: management, monitoring, selection, modeling and forecasting in Olympic sports]. *Navchalnyi posibnyk*. Kyiv, 136 s. (in Ukrainian)
13. Shkliar, A. S. (2013). Miazova komponenta masy tila liudyny: antropometrychna otsinka na etapakh postnatalnogo ontogenezu (metodolohichni, innovatsiini ta prykladni aspekty) [Muscle component of human body mass: anthropometric assessment at stages of postnatal ontogeny (methodological, innovative and applied aspects)]. *Problemy ekolohichnoi ta medychnoi henetyky i klinichnoi imunolohii*, 5, 44-52 (in Ukrainian)
14. Combating Military Obesity: Stigma's Persistent Impact on Operational. Oct 2023. – URL: www.AmericanSecurityProject.org
15. How the military measures body composition. – URL: <https://www.hprc-online.org/physical-fitness/training-performance/how-military-measures-body-composition>
16. Koenig, M. (2023). Nearly 70% of American soldiers are obese or overweight – compromising national security: study. Oct. 20, 2023. – URL: <https://nypost.com/2023/10/20/nearly-70-of-american-soldiers-are-obese-or-overweight-study/amp/>
17. McCarthy, M. S., Elshaw, E. B., Szekely, B. M. & Pflugeisen, B. (2017). Health promotion research in active duty army soldiers: The road to a fit and ready force. *Nurs. Outlook*, 65(5S), S6–S16.
18. Mykhaylov, V. (2021). The Analysis of Morphofunctional and Physical Readiness of Ukrainian Joint Force Operation Servicemen with Different Body Weight. Special features of Physical Fitness and Sports organization of military personnel in combat preparedness system and professional performance. Scientific and Methodical seminar, 34-37.
19. No More Tape Test: Air Force Announces New Body Composition Program. Jan. 9, 2023. – URL: <https://www.airandspaceforces.com/no-more-tape-test-air-force-announces-new-body-composition-program/>
20. Nykänen, T., Pihlainen, K., Kyröläinen, H. & Fogelholm, M. (2020). Associations of nutrition and body composition with cardiovascular disease risk factors in soldiers during a 6-month deployment. *Int. J. Occup. Med. Environ. Health*, 33(4), 457–466.

Summary

COMPONENT COMPOSITION OF CADETS' BODIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS AT THE MILITARY ACADEMY

Babak S. V. PhD in Biology, Associate Professor

The National Defence University of Ukraine

Zaichko I. O. Officer of the Armed Forces of Ukraine

Yarmak O. M. PhD in Physical Education and Sports,

Associate Professor The National Defence University of Ukraine

Babak K. V. Manager of international affairs

Introduction. Physical fitness, body mass and certain anthropometric measurements of military personnel are key factors influencing their ability to perform professional duties. Understanding changes in the component composition of the body is essential for optimizing physical training programs aimed at enhancing performance in both training and service, including combat operations, training exercises and daily duties. Leading armies and military academies in countries around the world pay significant attention to body composition and somatotype of military personnel, conducting large-scale anthropometric studies twice a year. Training at military academies requires cadets to maintain physical fitness and master various physical exercises. As cadets advance to the next year, this standard of physical fitness is expected to increase.

The **purpose** is to determine and analyze the body composition indicators of cadets over the course of an academic year and to compare the data of cadets from the 1st to the 4th years of study. This will help identify

the impact of the educational process's physical load on maintaining the necessary body structure and quality of body composition in cadets.

Methods:

a) anthropometric studies: measurements of body length (using the RP-2000 stadiometer), measuring weight using scales and thickness of the skin-fat folds (using a caliper),

b) bioimpedance analysis: determination of muscle mass, bone mass and fat mass; basal metabolic rate (using the Tanita BC-545 N analyzer),

c) statistical methods: conducted using the Statistica 10.0 software package (StatSoft, Inc., USA) and "Microsoft Excel". Statistical significance was determined using the Mann–Whitney U nonparametric test for independent samples and the Wilcoxon signed-rank test for dependent samples, comparing the indicators of the four years of study to those of the 1st year ($p < 0.05$).

Anthropometric studies involved 34 male cadets from the Educational and Scientific Institute of Physical Culture and Sports and Health Technologies at the National Defence University of Ukraine (NDUU), ranging from the 1st to the 4th year of study. The participants aged 17 to 24 years, were classified into two age categories: 17-21 years – adolescence and 21 years and older – mature age I.

The study was conducted in two stages: stage 1 in September 2023 and stage 2 in April 2024. The research adhered to bioethical standards in accordance with WHO regulations and Ukrainian legislation.

Results. *The study of anthropometric indicators of cadets from the Educational and Scientific Institute of Physical Culture and Sports and Health Technologies (NDUU) revealed that cadets across all years have relatively high heights, ranging from 178 to 186 cm, which exceeds the average body length of Ukrainians. Body length of cadets did not change during the academic year for any of the four years of study, but it did increase from the 1st to the 4th year.*

Body mass varies both throughout the academic year within a single year and when comparing across the four years of study. The exception is the 2nd-year cadets. The body mass index (BMI) of all 34 cadets is within the normal range, which, according to the World Health Organization's classification data of body mass for adults, corresponds to the characteristic of "equivalent to normal body weight" (ideal body weight).

Body fat content increases from year to year and is inversely related to body water content. Muscle mass is one of the key components. Military personnel with a high level of muscle mass (no less than 40-45% of total body mass) are equipped with the strength and endurance required for effective performance of combat tasks, as well as additional protection against injuries. In the study, muscle mass increased over the academic year for cadets in the 1st, 3rd, and 4th years of study.

Bone mass remained unchanged for cadets of all years throughout the 2023-2024 academic year. First-year cadets had the lowest bone mass, while fourth-year cadets had the highest. Basal metabolic rate increased progressively from year to year.

Only the muscle mass of 2nd-year cadets decreased, accompanied by an increase in body fat content. Bone mass remained unchanged for cadets of all years throughout the 2023-2024 academic year. First-year cadets had the lowest bone mass, while fourth-year cadets had the highest. Basal metabolic rate increased progressively from year to year. In spring, the metabolic rate was higher across all years of study compared to September.

Originality. *For the first time, the study of body composition among cadets from the Educational and Scientific Institute of Physical Culture and Sports and Health Technologies at the NDUU. This study underscores the necessity for systematic anthropometric assessments, including: body composition analysis, circumferential measurements, somatotype determination and the use of new indices, to optimize physical training within the educational process.*

Conclusion. *The results of this study demonstrate that for all the parameters studied, cadets from all four years of study at the Educational and Scientific Institute of Physical Culture and Sports and Health Technologies at the NDUU meet the normative standards: exhibit a well-developed muscle component, a low level of body fat, adequate bone mass, and a high level of basal metabolic rate. This indicates that their physical condition aligns with the demands of the educational institution and the future profession. Furthermore, it also demonstrates the effectiveness of the educational process.*

Key words: *body composition; basal metabolic rate; cadets; educational process; military academy.*

Концептуалізація – Бабак С. В.

Перевірка – Бабак К. В., Ярмач О. М.

Формальний аналіз – Заїчко І. О., Ярмач О. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 19.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 05.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД, ЯК НАСЛІДОК ВІЙНИ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ЦИВІЛЬНИХ

*Глушук А. О. офіцер-слухач спеціальності «Психологія»
факультету післядипломної освіти Військового
інституту Київського національного університету
імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0004-5857-9366>*

*Кандибал А. С. офіцер-слухач спеціальності «Психологія»
факультету післядипломної освіти Військового
інституту Київського національного університету
імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0000-5492-7109>*

*Оданильчук Н. С. офіцер-слухач спеціальності «Психологія»
факультету післядипломної освіти Військового
інституту Київського національного університету
імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0007-0834-5432>*

Стаття присвячена аналізу посттравматичного стресового розладу (ПТСР) як наслідку війни в Україні, зокрема у військовослужбовців та цивільних осіб. Війна створила серйозні психологічні виклики для населення, викликавши розвиток важких психологічних розладів. В статті досліджуються причини виникнення ПТСР, аналізуючи вплив воєнних дій, руйнування, втрату близьких та постійну небезпеку на психічне здоров'я як військових, так і цивільних осіб. Стаття полягає в теоретичному аналізі проявів ПТСР у зазначених групах, визначаючи спільні риси та відмінності у виникненні ПТСР. Проведено аналіз літератури та систематизація знань. Обговорюється важливість діагностики ПТСР, акцентуючи на симптомах, які можуть виявлятися у різних категоріях людей.

Підкреслено, що, хоча війна має загальний руйнівний вплив на психічне здоров'я, реакції на травми у військових та цивільних можуть суттєво відрізнятися.

Ключові слова: війна; військовослужбовці; цивільні; психологічні травми; ПТСР.

Вступ. Російсько-українська війна, що почалася у 2014 році і загострилася з масштабним вторгненням у 2022 році, глибоко вплинула на психічне здоров'я як військових, так і цивільного населення України. Воєнні дії, руйнування інфраструктури, вимушене переселення, втрата близьких і постійне перебування у стані небезпеки сприяли розвитку серйозних психологічних розладів, включно з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР).

Військові після війни стикаються з труднощами адаптації до мирного життя та емоційним напруженням, що ускладнює їхню соціальну інтеграцію і погіршує якість життя. Багато з них переживають флешбеки, емоційне відчуження та почуття провини за виживання, що може призводити до

соціальної ізоляції. Цивільні громадяни, зокрема ті, хто став свідком насильства, зазнав матеріальних втрат, а також втратив близьких, часто страждають від постійного страху, тривоги та відчаю.

Дослідження психологічних наслідків війни для ветеранів і цивільних має велике значення, адже воно дозволяє точніше зрозуміти характер цих травм, що сприятиме ефективному соціально-психологічному відновленню.

Мета. Метою даного дослідження є теоретичний аналіз посттравматичного розладу у військовослужбовців та цивільних осіб як наслідку війни. Визначення схожостей та відмінностей у характері проявлення ПТСР цих груп.

Теоретичне підґрунтя. Питання ПТСР, теоретичні дослідження проявів стресу та станів, пов'язаних із

травматичними життєвими подіями, широко висвітлено в роботах українських (С. Богданова, М. Дворник, В. Климчук, Л. Ковальова, В. Крайнюк (Корольчук), Т. Титаренко) і закордонних науковців (Р. Лазарус, Г. Сельє).

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань у статті було застосовано комплекс теоретичних методів, зокрема аналіз літератури, систематизацію, структурування та узагальнення отриманих результатів.

Результати обговорення. Війна завжди залишає глибокий слід на психічному та емоційному стані не лише тих, хто безпосередньо бере участь в бойових діях, але й є свідками подій спричинених нею (обстріли, руйнування, повітряні тривоги, насильство та ін).

Один із найбільш поширених наслідків – це посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Сучасні дослідження описують визначення ПТСР, як комплексне порушення психічної діяльності, сукупність реакцій на травму, яка може змінити те, як людина думає, відчуває себе та поводить, і спричиняє значні негаразди або впливає на її здатність до нормального функціонування. Термін "травма" використовується для опису різних видів переживань, що спричиняють стрес, але не кожна стресова подія є травмою, здатною призвести до ПТСР. Для розвитку цього розладу травма має бути надзвичайно шокуючою та небезпечною подією, яка загрожує життю або безпеці людини.

Щоб діагностувати ПТСР, потрібно звернути увагу на важливі симптоми. Ці симптоми часто поділяють на чотири категорії:

- симптоми повторного переживання (інтрузії, флешбеки, нічні жахи, сильні емоційні реакції, сильні фізичні реакції);
- уникання нагадування про травму;
- негативні когнітивні/емоційні порушення;
- підвищена тривожність (посилене відчуття загрози).

Не лише війна, а будь-яка подія, що несе в собі загрозу смерті або цілісності,

може стати передумовою для розвитку ПТСР. При цьому досвід переживання воєнних дій не обов'язково призводить до такого діагнозу. Це залежить від стійкості людини, обставин, наявної підтримки та інших факторів. Але, беззаперечно, повномасштабна війна значною мірою вплинула на життя і психічний стан українців.

За різними оцінками, ПТСР може розвиватися у 12–20% людей, які пережили травматичну подію або були свідками такої.

Центр психічного здоров'я та реабілітації "Лісова поляна" МОЗ України, під керівництвом Ксенії Вознічиної, активно спростовує поширений міф про те, що всі, хто пережив серйозну травматизацію, неодмінно матимуть посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Статистика свідчить, що ПТСР може розвинути приблизно у 15-20% осіб, які зазнали значного травматичного впливу.

Статистичні дані свідчать, що поширеність ПТСР у мирний час у загальній популяції є відносно невисокою і становить 6-8%, при цьому клінічні прояви цього розладу зазвичай з'являються протягом трьох місяців після впливу травматичної події. Кілька років тому основні значущі травматичні події для нашої країни включали стихійні лиха, пожежі, дорожньо-транспортні аварії, пограбування, авіакатастрофи, серйозні медичні діагнози, поранення та смерті. Сьогодні медики зазначають, що ПТСР частіше розвивається в людей, які безпосередньо беруть участь у бойових діях, перебувають під обстрілами, були в окупації, мешкають у районах з частими повітряними тривогами, пережили фізичне чи сексуальне насильство, стали свідками насильницької смерті чи катувань.

Військовослужбовці, перебуваючи в умовах постійної небезпеки та високого стресу, частіше зіштовхуються з такими психотравмуючими факторами, як раптова загроза життю, втрата побратимів, тривала фізична і психічна напруга, що впливають на їхню емоційну рівновагу, когнітивні функції та поведінку (Соченко, Т.Ю., &

Моначин, І.Л., 2019). Наслідки цих факторів можуть проявлятися як у короткостроковій, так і в довгостроковій перспективі, викликаючи у військових глибокі психоемоційні порушення, які часто зберігаються навіть після завершення бою.

Участь у воєнних діях призводить до глибоких психологічних і фізичних змін у військових, що впливає на їхнє сприйняття соціальної взаємодії та комунікації. Психологічні травми, пережиті під час війни, часто викликають у військовослужбовців відчуття відстороненості від цивільного населення. Це може відбуватися через неможливість або небажання ділитися своїм досвідом з людьми, які не пережили подібного, а також через нерозуміння та осуд з боку суспільства. Соціальна ізоляція є одним із найбільш відчутних і руйнівних наслідків участі військовослужбовців у бойових діях (Блінов, О.А., 2016). Цей феномен не лише ускладнює адаптацію до мирного життя, але й погіршує психічне здоров'я військових.

Крім того, психологічні травми можуть призводити до зміни поведінки. Військові, які пережили травматичні події, часто виявляють небажання відвідувати соціальні заходи або спілкуватися з людьми, що може бути сприйнято як агресія або байдужість. Ця поведінка зазвичай є механізмом захисту, який покликаний уникнути ситуацій, що викликають стрес або спогади про травми. Втрата соціальних зв'язків призводить до відчуття самотності, що посилює відчуття безнадії та безвиході.

Також варто відзначити, що соціальна ізоляція ускладнює процес реінтеграції ветеранів у суспільство. Без підтримки з боку родини, друзів чи соціальних інститутів військові можуть відчувати себе безпорадними і нездатними відновити колишні зв'язки.

У контексті повномасштабної війни в Україні питання психічної травми та подолання її наслідків стало критичним. Війна має руйнівний вплив не лише на військовослужбовців, але й на цивільних осіб (Орос, М.М., 2023). Психологічні

наслідки для цих двох груп відрізняють через різні обставини та характер пережитих травм.

Такі чинники, як перебування в прифронтовій зоні з постійними ракетними та артилерійськими обстрілами, бомбовими ударами, перебування в окупації, значно підвищують уразливість наших співгромадян, сприяють поширенню психічних розладів, спричинені втратою почуття безпеки внаслідок вразливості практично всієї території країни до ракетних обстрілів та атак БПЛА; переміщення в інші регіони або країни й пов'язані з цим втрата роботи й звичного, комфортного середовища; побутові негаразди; фінансові труднощі; соціальна ізоляція; невпевненість у майбутньому і тривога за рідних та близьких. За результатами соціологічного опитування, проведеного у вересні 2022 року, 72% українців вказують на війну з росією як основну причину стресу та тривоги.

На даний момент за допомогою до психологів та психіатрів звернулися 650 тис. українців. При цьому, згідно з даними опитування, озвученими Віктором Ляшком, близько 71% громадян відчували останнім часом стрес або сильну нервозність, половина опитаних відчувають тривожність і напругу. Також, за даними МОЗ, у 20-30% осіб, які пережили травматичні події, може розвинути посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Міністр охорони здоров'я акцентував увагу на негативних наслідках впливу війни на психічне здоров'я, які впливатимуть надалі та створюватимуть також додаткове навантаження на систему здоров'я людини в цілому, збільшуючи ризик захворювань.

Значний внесок у дослідження посттравматичного стресового розладу (ПТСР) серед цивільного населення, зокрема у внутрішньо переміщених осіб зробили Плескач Б. В. та Уркаєв В. С. У монографії «Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу», описано методики діагностики ПТСР та їх

важливість для надання психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам (ВПО) (Кісарчук, З. Г., 2020). Науковці наголошують на необхідності точного діагностування ПТСР, адже травматичний досвід у населення України часто супроводжується високим рівнем дистресу та дисоціативними симптомами. Основними методиками, які автори пропонують для виявлення ПТСР, окремо розглядаються когнітивні тести та інструменти для оцінки психоемоційного стану. Це дає змогу розробити більш адаптовані підходи до терапії, зокрема методи когнітивно-поведінкової терапії, які є ефективними у роботі з травмами.

Дослідження Пророк Н., Гридковець Л., Палієнко Т. та інших авторів навчального посібника «Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи» підкреслюють відмінності в реакціях та повторювані травми, виявляючи важливість індивідуального підходу до реабілітації осіб (*Основи реабілітаційної психології*, 2018). Також авторами досліджено та описано методи діагностики й підтримки для психологічної адаптації постраждалих внаслідок впливу психотравмуючих подій.

Висновки. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це психічний стан, який виникає як реакція на пережиту або свідому травматичну подію, що загрожувала життю чи безпеці.

Різниця між ПТСР у військових і цивільних полягає в різному рівні інтенсивності й тривалості травмуючих подій, які мають суттєвий вплив на їхню

психіку. Військові постійно перебувають у небезпечних умовах, де загроза життю – це не випадковість, а звичне середовище. Вони можуть неодноразово бути свідками загибелі побратимів, поранень, руйнувань, що з часом призводить до виснаження ресурсів психіки. Для цивільних такі події менш тривалі й часто відбуваються не систематично, а як одноразові травматичні випадки. Військові можуть бути змушені піддаватися повторюваним тригерам, тоді як цивільні, хоча і можуть отримати серйозні психологічні травми, мають більше шансів уникати регулярного контакту з травмуючими ситуаціями.

Попри відмінності між військовими і цивільними ПТСР має схожі прояви та наслідки. І ті, й інші переживають хронічну тривогу, відчуття небезпеки, страх, втрату контролю над емоціями та важкість соціальної адаптації. Флешбеки, нічні жахи, емоційна відстороненість і порушення сну – це лише деякі спільні симптоми, що ускладнюють їхнє життя після пережитої травми. Військові та цивільні стикаються з потребою повернути віру в себе, відновити здатність довіряти іншим і знову знайти своє місце в суспільстві.

Незалежно від того, хто пережив травму – військовий чи цивільний, симптоми залишаються схожими, адже ПТСР змінює здатність мозку обробляти стрес, змушуючи людей постійно жити в режимі «бойової готовності» навіть після завершення реальної загрози.

Список використаних джерел

1. Блінов, О.А. (2016) Психологія бойової психічної травми. Монографія. Київ.
2. Болтоносів, С.В. (2018). Особливості клінічних проявів посттравматичного стресового розладу в учасників бойових дій на сході України, що вживають алкоголь (Том 24, N 2), (с. 77–80). Архів психіатрії.
3. Гапонов, К.Д. (2019). Особливості аддиктивних і афективних станів, асоційованих з розладами, пов'язаними із вживанням алкоголю, у хворих з різним рівнем психосоціального стресу (N 1, с. 40–52). Здобутки клінічної і експериментальної медицини.
4. Герман Дж. (2015). Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. (с. 416). Львів. Видавництва Старого Лева.
5. Дьоміна, О.О. (2002) Клініко-психологічні особливості суїцидальної поведінки при гострій реакції на стрес. (Т. 10). Український вісник психоневрології.
6. Кісарчук, З. Г. (2020). Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу. Монографія

7. Кокун, О.М., Агаєв, Н.А., Пішко, І.О., Лозінська, Н.С., & Остапчук, В.В. (2017) Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення (с. 282). Методичний посібник.
8. Орос, М.М. (2023). Вплив війни на людину. Зміни психіки та характеру в умовах воєнного стану. Ужгород, Україна. Ужгородський національний університет.
9. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). MSD ДОВІДНИК: версія для фахівців. <https://www.msmanuals.com/uk-ua/professional/>
10. Прокоф'єва, Л. (18-19 травня, 2017 року). Психологічна модель посттравматичного стресового розладу повоєнного часу. II Дунайські наукові читання: Голод 1946 - 1947 рр.: історичні, Філософські – психологічні та педагогічні аспекти (с. 208-212). Ізмаїл. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції.
11. Пророк Н. (2018) Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи (Том, с. 208) Київ. Навчальний посібник.
12. Сироп'ятов, О. Г., Напресенко, О. К., Дзеружинська, Н. О., & Ростунов, О. Т. (2012). Лікування та реабілітація комбатантів – миротворців із посттравматичним стресовим розладом, (с. 76).
13. Соченко, Т.Ю., & Моначин, І.Л. (27-28 листопада 2019). ПТСР серед військовослужбовців та ветеранів війни в Україні. Тернопіль. Матеріали VIII Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів.
14. Чабан, О.С., & Хаустова, О.О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги? Київ, Україна. Національний медичний університет імені О.О. Богомольця.

References

1. Blinov, O.A. (2016) Psykholohiia boiovoi psykhičnoi travmy. [Psychology of combat mental trauma]. Monohrafiia. Kyiv. (in Ukrainian).
2. Boltonosov, S.V. (2018). Osoblyvosti klinichnykh proiaviv posttravmatychnoho stresovoho rozladu v uchasnykiv boiovykh dii na skhodi Ukrainy, shcho vzhyvaiut alkohol (Tom 24, N 2), [Peculiarities of clinical manifestations of post-traumatic stress disorder in participants of hostilities in eastern Ukraine who consume alcohol] (Tom 24, N 2), (s. 77–80). Arkhiv psykhiatrii. (in Ukrainian).
3. Haponov, K.D. (2019). Osoblyvosti addyktivnykh i afektyvnykh staniv, asotsiiovanykh z rozladamy, poviazanymy iz vzhyvanniam alkoholiu, u khvorykh z riznym rivnem psykhosotsialnoho stresu? [Peculiarities of addictive and affective states associated with disorders associated with alcohol use in patients with different levels of psychosocial stress] (N 1, s. 40–52). Zdobutky klinichnoi i eksperymentalnoi medytsyny. (in Ukrainian).
4. Herman Dzh. (2015). Psykholohichna travma ta shliakh do vyduzhannia: naslidky nasyilstva – vid znushchan u simi do politychnoho teroru. [Psychological trauma and the road to recovery: the consequences of violence - from domestic abuse to political terror] (s. 416). Lviv. Vydavnytstva Staroho Leva. (in Ukrainian).
5. Domina, O.O. (2002) Kliniko-psykholohichni osoblyvosti suitsydalnoi povedinky pry hostrii reaktsii na stres. [Clinical and psychological features of suicidal behavior in acute stress reaction] (T. 10). Ukrainskyi visnyk psykhonevrolohi. (in Ukrainian).
6. Kisarchuk, Z. H. (2020). Tekhnolohii psykhoterapevtychnoi dopomohy postrazhdalym u podolanni proiaviv posttravmatychnoho stresovoho rozladu. [Technologies of psychotherapeutic assistance to victims in overcoming manifestations of post-traumatic stress disorder]. Monohrafiia. (in Ukrainian).
7. Kokun, O.M., Ahaiev, N.A., Pishko, I.O., Lozinska, N.S., & Ostapchuk, V.V. (2017) Psykholohichna robotaz viiskovosluzhbovtsiamy - uchasnykamy ATO na etapi vidnovlennia [Psychological work with servicemen - participants of the anti-terrorist operation at the stage of recovery] (s. 282). Metodychnyi posibnyk. (in Ukrainian).
8. Oros, M.M. (2023). Vplyv viiny na liudynu. Zminy psykhiiky ta kharakteru v umovakh voiennoho stanu. [The impact of war on a person. Changes in psyche and character under martial law] Uzhhorod, Ukraina. Uzhhorodskyi natsionalnyi universytet. (in Ukrainian).
9. Posttravmatychnyi stresovy rozlad (PTSR). [Post-traumatic stress disorder (PTSD).] MSD DOVIDNYK: versiia dlia fakhivtsiv. <https://www.msmanuals.com/uk-ua/professional/> (in Ukrainian).

10. Prokofieva, L. (18-19 travnia, 2017 roku). Psykholohichna model posttravmatychno hostresovoho rozladu povoiennoho chasu. IIDunaiskinaukovychytannia: Holod 1946 - 1947 rr.: istorichni, Filosofske - Psykholohichni ta pedahohichni aspekty [Psychological model of post-traumatic stress disorder of the post-war period. II Danube Scientific Readings: The Famine of 1946 - 1947: Historical, Philosophical - Psychological and Pedagogical Aspects] (s. 208-212). Izmail. Materialy Mizhnarodno naukovopraktychno konferentsii. (in Ukrainian).
11. Prorok N. (2018) Osnovy reabilitatsiinoi psykholohii: podolannia naslidkiv kryzy [Basics of rehabilitation psychology: overcoming the consequences of the crisis] (Tom, s. 208) Kyiv. Navchalnyi posibnyk. (in Ukrainian).
12. Syropiatov, O. H., Napreienko, O. K., Dzeruzhynska, N. O., & Rostunov, O. T. (2012). Likuvannia ta reabilitatsiia kombataniv – myrotvortsiv iz posttravmatychnym stresovym rozladom [Treatment and rehabilitation of combatants - peacekeepers with post-traumatic stress disorder] (s. 76). (in Ukrainian).
13. Sochenko, T. Iu., & Monachyn, I. L. (27-28 lystopada 2019). PTSR sered viiskovosluzhbovtsiv ta veteraniv viiny v Ukraini. [PTSD among servicemen and war veterans in Ukraine] Ternopil. Materialy VIII Mizhnarodnoi naukovo-tekhnichnoi konferentsii molodykh uchenykh ta studentiv. (in Ukrainian).
14. Chaban, O. S., & Khaustova, O. O. Medyko-psykholohichni naslidky dystresu viiny v Ukraini: shcho my ochikuemo ta shcho potribno vrakhovuvaty pry nadanni medychnoi dopomohy? [Medical and psychological consequences of war distress in Ukraine: what do we expect and what should be taken into account when providing medical aid?] Kyiv, Ukraina. Natsionalnyi medychnyi universytet imeni O. O. Bohomoltsia. (in Ukrainian).

Summary

POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER AS A CONSEQUENCE OF WAR IN MILITARY SERVANTS AND CIVILIANS

Hlushchuk A. O. hearing officer specialty "Psychology"

Faculty of postgraduate studies of Military education
institute of Kyiv national university name Taras Shevchenko

Kandybal A. S. hearing officer specialty "Psychology"

Faculty of postgraduate studies of Military education
institute of Kyiv national university name Taras Shevchenko

Odanelchuk N. S. hearing officer specialty "Psychology"

Faculty of postgraduate studies of Military education
institute of Kyiv national university name Taras Shevchenko

Introduction. The article is devoted to the analysis of post-traumatic stress disorder (PTSD) as a consequence of the war in Ukraine, particularly among military personnel and civilians. The war created serious psychological challenges for the population, causing the development of severe psychological disorders. The article explores the causes of PTSD, analyzing the impact of war, destruction, loss of loved ones, and constant danger to the mental health of both military and civilian personnel.

The article consists of a theoretical analysis of the manifestations of PTSD in the specified groups, identifying common features and differences in the occurrence of PTSD. Literature analysis and knowledge systematization were carried out. The importance of diagnosing PTSD is discussed, focusing on the symptoms that may be present in different categories of people.

It is emphasized that, although war has a generally devastating effect on mental health, reactions to trauma in military and civilians can differ significantly.

Purpose. The purpose of this study is a theoretical analysis of post-traumatic stress disorder in servicemen and civilians as a consequence of war. Determination of similarities and differences in the nature of PTSD manifestation of these groups.

Method. To achieve the goal and to solve the tasks in the article, a set of theoretical ones was applied methods, including literature analysis, systematization, structuring and generalization of the obtained results.

Conclusion. Post-traumatic stress disorder (PTSD) is a mental condition that occurs as a reaction to an experienced or conscious traumatic event that threatened life or safety.

The difference between PTSD in military and civilians lies in the different level of intensity and duration of traumatic events that have a significant impact on their psyche. The military is constantly in dangerous conditions where the threat to life is not an accident, but a familiar environment. They can repeatedly witness the death of fellow citizens, injuries, destruction, which over time leads to the depletion of mental resources. For civilians, such events are shorter and often occur not systematically, but as one-time traumatic events. Military personnel may be exposed to repeated triggers, while civilians, although they may suffer serious psychological trauma, are more likely to avoid regular contact with traumatic situations. Despite the differences between military and civilian PTSD, it has similar manifestations and consequences. Both of them experience chronic anxiety, a sense of danger, fear, loss of control over emotions, and difficulty in social adaptation. Flashbacks, night terrors, emotional detachment, and sleep disturbances are just some of the common symptoms that make life difficult for them after their trauma. Military and civilian alike are faced with the need to regain self-belief, regain the ability to trust others, and find their place in society again. Regardless of whether the trauma survivor is a military or civilian, the symptoms remain the same because PTSD alters the brain's ability to process stress, causing people to live in a constant state of "combat alert" even after the actual threat is over.

Keywords: war; military; civilians; psychological trauma; PTSD.

Концептуалізація – Кандибал А. С.

Методика – Глушук А. О.

Перевірка – Оданельчук Н. С.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.10.24.

Дата прийняття рукопису/Data of acceptance of the manuscript: 21.11. 24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ

*Грилюк С. М. начальник науково-дослідної лабораторії
проблем філософії війни, історії військової педагогіки
та культури кафедри суспільних наук
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0001-8414-4949>*

У статті узагальнено наукові підходи до поняття адаптація, адаптованість, визначення поняття психофізіологічної адаптації аналіз її рівнів, а також визначення взаємозв'язків між адаптацією та функціональним станом людини, обґрунтування гіпотез, які полягають у тому, що адаптацією людини можна керувати через вплив на механізми регуляції одного рівня на інший рівень психофізіологічної адаптації.

Ключові слова: адаптація; психофізіологічна адаптація; реабілітаційна програма; адаптованість; учасник бойових дій; рівні психофізіологічної адаптації; функціональний стан; механізми регуляції та керування адаптацією.

Вступ. Феномен адаптації людини, зокрема, і психофізіологічної, залишається актуальним з часу початку дослідження людини як виду. Непересічної важливості цим дослідженням додають безперервні стрімкі зміни життя, які переповнені новими стресами та викликами, до яких сучасна людина може бути просто не готова.

Сучасні наукові розвідки феномену адаптації людини до умов зовнішнього середовища містять чимало різноманітних висновків. Не дивно, що на сьогодні існує, щонайменше, 67 визначень поняття «адаптація» Реан О. (2012), які охоплюють доволі велику кількість акцентів, зроблених дослідниками в процесі вивчення (Мельник О., 2019). Найбільш поширене тлумачення пропонує розглядати адаптацію як «процес пристосування живого організму до життя в умовах, що змінюються через індивідуально-особистісні зміни» (Мельник О., 2019). Такі зміни можуть мати різний характер, вплив і наслідки в залежності від міри свідомої активності людини: перетворення середовища згідно з потребами, ідеалами та цінностями або узалежнення від вимог середовища.

В сучасних воєнних умовах швидкість та якість процесу адаптації до зазначених умов та деадаптація до попереднього стану має визначальний характер. Це зумовлюється тим, що за останні два роки чисельність сектору оборони України зросла утричі до понад мільйона чоловік. На ряду з

військовослужбовцями, які проходили до повномасштабної війни військову службу за контрактом до військових частин надійшло значна кількість людей, які не мали досвіду участі у бойових діях та зазнали інтенсивного впливу факторів, які відмінні від попереднього життя та мають катастрофічний, екстремальний та деструктивний вплив на їх психічне здоров'я можуть спричиняти дезадаптацію. У вітчизняній науці є нагальна проблема віднайти ефективні способи та засоби оперативного відновлення ресурсного стану у особового складу під час участі у бойових діях та створити передумови до органічного комфортного повернення учасників бойових дій до мирних умов.

Метою статті є узагальнення наукових підходів поняття адаптація, адаптованість, визначення поняття психофізіологічної адаптації аналіз її рівнів, а також визначення взаємозв'язків між адаптацією та функціональним станом людини, обґрунтування гіпотез, які полягають у тому, що адаптацією людини можна керувати через вплив на механізми регуляції одного рівня на інший рівні психофізіологічної адаптації.

Теоретичною основою нашого дослідження, виступили концепції Маклакова А., Реана А. щодо видів адаптації та їх рівнів, Казначеева В. щодо динамічної (процес) та статичної (властивість) адаптації, адаптації до екстремальних умов,

Meerson F. щодо біологічних (клітинних) механізмів адаптації, Березіна Ф. щодо психічної та психофізіологічної адаптації, Кокуна О. та Корольчука М. щодо фізіологічної та психофізіологічної адаптації, механізмів адаптаційної регуляції та поняття функціонального стану, Медведева В. щодо соціально-психологічної адаптації, Левітова Н., Ганзена В., Ільїна Є. щодо класифікації психічних станів та визначення поняття функціонального стану та систем регуляції, Філіпов М. залежність адаптаційних можливостей організму від особливостей функціональних станів та біологічних ритмів, Гілінського Я. щодо поняття норми.

Окремі аспекти адаптації військовослужбовців та її спрямованість, механізми регуляції, функціональні стани, особливості фізіологічної, психологічної, професійної адаптованості,

посттравматичного зростання, діагностування психічних станів вивчали вітчизняні вчені Агаєв Н., Блінов О., Зубовський Д., Кодлубовська Т., Ільєнко М., Сердюк Л., Невмержицький В., Охременко О., Осьодло В., Пішко І., Стасюк В., Хміляр О., Ягупов В., зокрема щодо адаптації військовослужбовців до умов мирного життя Балабушка Є., Мельник О.

Методи дослідження. Враховуючи чималу кількість наукових праць, присвячених феномену адаптації людини, основними методами дослідження були аналіз та порівняння, логічний метод, метод моделювання.

Результати і обговорення Із чималого числа визначень поняття «адаптація» ми вибрали найбільш виразні, що відображають сутнісні підходи їх авторів та дають можливість побачити зміст процесів адаптації.

Таблиця 1.

Підходи до визначення поняття «адаптація» (авт.)

Визначення	Автори
Адаптація – це <u>активна системна відповідь функцій організму</u> , що спрямована на підтримку гомеостазу та створення адекватної врегульованої програми, відповіді з мінімальними реакціями на умови, що постійно змінюються.	Корольчук М. 2003
Адаптація є <u>формування певної домінант</u> (домінуючої системи) в організмі, <u>яка функціонально забезпечує підтримання гомеостазу</u> в організмі та активного його пристосування до умов, що змінюються.	Філіпов М. 2003
Адаптація – <u>безперервний циклічний процес взаємодії</u> з умовами внутрішнього та зовнішнього середовища, що змінюються, який розгортається і продовжується як цілісний акт аж до його закінчення по суті. Тобто адаптація є цілісний динамічний, циклічний процес.	Бернштейн М. 1962
Адаптація – <u>властивість організму</u> , що розвинулась для виконання певної функції, а також <u>опис корисної, для людини, поведінки та здорових поведінкових змін</u> стосовно її пристосування до навколишнього середовища як природного так і соціального.	Павлюк М., Овдій І. 2022
Адаптація є результатом природного добору, конкуренції організмів, а адаптування являє собою процес взаємодії організму і факторів довкілля, а також взаємодії різних організмів між собою»	Ільєнко М., Сердюк Л. 2012
Адаптація – особлива <u>форма відображення системами організму людини впливу</u> зовнішнього середовища, яка має тенденцію до встановлення з ним динамічної рівноваги. Адаптація одночасно є й руйнуванням організму і його відновленням.	Реан О. 2012

Що є спільного у цих визначеннях? Майже всі автори, зазначають процес адаптації як взаємодію із зовнішніми та внутрішніми факторами, безумовну участь психіки людини, прагнення до встановлення та підтримки рівноваги (гомеостазу) як мету. З цього можна зробити висновок, що адаптація – це процес постійних змін в організмі людини, які виникають в

результаті зовнішніх та внутрішніх впливів та покликані забезпечити його нормальне функціонування. Тобто, сам процес адаптації складається з декількох основних етапів: початок, розвиток, результат. Відповідно, виникають наступні запитання, яким чином забезпечуються ці етапи, які механізми реалізують рух від одного етапу до іншого?

Подібними питаннями цікавився Meerson F. (1980), коли досліджував, за рахунок якого конкретного механізму, за рахунок якого ланцюга явищ неадаптований організм перетворюється в адаптований? Він визначив чотири стадії адаптації: превентивну, термінову, довгострокову та стійку (Meerson F., 1984). На думку дослідника, реакція на будь-який новий і доволі інтенсивний вплив середовища – будь-яке порушення гомеостазу – забезпечується, по-перше, системою, специфічно реагуючою на цей подразник, і, по-друге, стрес-реалізуючими адренергічною та гіпофізарно-адреналової системами, неспецифічно реагуючими у відповідь на будь-які різноманітні зміни у середовищі існування. Фактично, забезпечення процесів адаптації відбувається не окремими органами, а відповідним чином організованими та співпідпорядкованими між собою системами. Зокрема, було доведено, що генетична програма організму не передбачає заздалегідь сформовану адаптацію, лише можливість її реалізації під впливом середовища. Це забезпечує реалізацію тільки тих адаптаційних реакцій, які життєво необхідні, й тим самим, економні, спрямовані середовищем витрати енергетичних та структурних ресурсів організму, а також орієнтоване відповідним чином формування всього фенотипу (Meerson F. 1984).

Описаний Meerson F. (1984) механізм фенотипової адаптації допомагає зрозуміти процес перетворення потенційних можливостей організму в реальні. Ключовою ланкою цього процесу є взаємозв'язок між функціями клітин та генетичним апаратом, що в подальшому через функціональні зміни, пов'язані із впливом факторів середовища призводить до синтезу потрібних для врегулювання елементів та формування «структурного сліду» (термінова адаптація, проста реакція), а в подальшому до системного структурного сліду, як системного органу (за Ухтомським А. домінанта, за Анохіним П. – функціональна система), який забезпечує довготривалу адаптацію організму довготривалої адаптації (складна реакція). Відповідні реакції організму Меєрсон Ф.,

наслідуючи Сельє Г., називає стрес-синдромом, який є необхідною ланкою цілісному механізмі системного реагування (Meerson F. 1984).

Основним механізмом забезпечення адаптації виступає регуляція, яка може здійснюватися на різних рівнях організму людини (клітинному, нервової, судинної, ендокринної, травної систем тощо), в т.ч. без втручання свідомості. Такий погляд на природу адаптації дозволяє узагальнити думки та висновки багатьох дослідників цієї проблеми та створити теоретичну структурно-функціональну модель психофізіологічної адаптації, яка відображатиме систему регулятивних механізмів всіх рівнів. Опис взаємозв'язків та функціональних зв'язків дозволить виокремити найбільш значущі елементи системи, вплив на які, в свою чергу, дозволить зробити процес адаптації оперативним та більш ефективним.

Про механізми адаптації, що сформувались в процесі еволюції і забезпечують існування організму в умовах середовища, що постійно змінюється пише Маклаков А. (2012). Швидше за все він має на увазі механізми регуляції процесу адаптації, так як далі вказує, що завдяки процесу адаптації організм досягає оптимального рівня функціонування усіх його систем та органів та збалансованості в системі «людина-середовище» (Мельник О., 2019)

Про генетичну (родову) програму організму щодо розвитку та самозабезпечення говорить Бернштейн М. (1962), окрім того автор наголошує на тому, що «організм не просто реагує на ситуацію або на пріоритетний сигнально-значимий елемент, а стикається з динамічно-змінною ситуацією, яка створює необхідність вірогідного прогнозу а потім і вибору (Хміляр О., 2019).

Цікавим описом процесу адаптації та механізмів його реалізації є міркування Бернштейна М. (1962): «перед тим, як потрапити в екстремальну ситуацію людина активно шукає інформацію про досвід інших та можливий розвиток подій та готується до неї (ситуації)» (Хміляр О., 2019). Ми підтримуємо позицію автора стосовно того, що реактивні механізми

мають важливе значення як технічний компонент пристосувальної регуляції, але не є прямим визначальником дій та поведінки особистості.

Наше розуміння механізмів адаптації поглиблюють міркування Корольчука М., який визначає рівні та механізми для підтримки гомеостазу, зокрема: на рівні клітини/клітинної популяції ферментний механізм, на рівні органу – система загальної регуляції та інтеграції, зокрема, кровопостачання, місцеві механізми нервової та гормональної регуляції, на рівні організму задіюється вся вегетативна система, де основну роль відіграють механізми рефлекторної регуляції (Корольчук М., 2004). На цьому рівні здійснюється і поведінкова регуляція.

Важливим у цілісному представленні процесів адаптації є структурування на відповідних рівнях. Так, Маклаков А. (2012) виділяє три функціональних рівні адаптації: фізіологічний, психічний та соціальний, які мають функціонально детерміновані механізми регуляції. Під рівнем функціонування складної саморегулюючої, самоуправляючої фізіологічної системи, яка має властивості самоконтролю розуміють відносно стабільну величину специфічної реакції, обумовленої відповідним подразником та яка має властивості системи, центральною системою утворюючою ланкою якої, на думку П.Анохіна є результат її функціонування. Для збереження цілісності організму такою системою утворюючою ланкою є якраз адаптація (Мельник О., 2019). Інші дослідники додають психофізіологічний Березін Ф. (1988), Кокун О. (2004), Корольчук М. (2003) та соціально-психологічний рівні Медведєв В. (1993).

Беребін М. (1986) зробив припущення, щодо різнорівневої, впорядкованої, ієрархічної, організаційно-функціональної системи адаптації живої матерії, а саме - біологічної, психічної, соціальної, де:

1. Фізіологічний рівень: забезпечує базові біологічні (фізіологічні) адаптації організму на зміни середовища. Згідно досліджень Meerson F., зазначається як «матеріальний субстрат» адаптації та призводить до формування специфічного утворення - «системного структурного

сліду» (Meerson F., 1984). Є основою для формування наступних, більш складних адаптаційних реакцій.

2. Психологічний рівень: забезпечує внутрішню психічну адаптацію, відповідає за зв'язок між психічними процесами та фізіологічними реакціями. Опосередковано формується на основі «системних структурних слідів» і, відповідно, розподіляється у структурах цих систем.

3. Соціально-психологічний рівень: забезпечує адаптацію людини до соціального середовища, включаючи взаємодію з іншими людьми, соціальними групами та інститутами. (Агаєв Н., 2006).

З огляду на вищезазначене, можна припустити, що адаптацію можна сміливо вважати психофізіологічним феноменом, який розгортається на трьох рівнях організму людини: фізичному, психічному та психологічному. Фізіологічний об'єднує в собі механізми вегетативної та нервової регуляції, психічний – когнітивні, регулятивні та комунікативні процеси, психологічний – суб'єктивні особистісні психічні утворення, які формують мотиваційно-діяльнісну сферу, що є суб'єктивним відображенням зовнішніх впливів як фізичних так і соціальних, а також власних уявлень людини про себе та оточуючий світ.

Відтак, **психофізіологічна адаптація** – це інтегративний процес, що поєднує фізіологічні та психологічні механізми адаптації, включає зміни на рівні організму та психіки для оптимального функціонування в нових умовах. Одним із підтверджень цього висновку може слугувати позиція Кокун О. (2006), який виходячи з системного розуміння феномену вважає, що адаптація є поняття, за своєю сутністю, психофізіологічним, так як адаптаційні процеси та механізми переважно входять до психічної та фізіологічної сфер і є нероздільними та взаємопов'язаними між собою. Психофізіологічну адаптацію він визначає як процес, який має чотири основних компоненти: активаційний, когнітивний, емоційний, мотиваційно-вольовий (Кокун О., 2006). Такої ж думки дотримуються Шапкін С. (1996), який наголошує на психофізіологічному аспекті адаптації як

процесі врівноважування, перебудови різноманітних психофізіологічних систем організму людини, що спрямовано на досягнення та підтримання внутрішнього гомеостазу (Мельник О., 2019). Лазуренко С. загалом вважає, що сама адаптація – поняття, по суті, психофізіологічне (Лазуренко С. І., Білошицький С. В., & Семенов А. М., 2014).

Ми вважаємо, що психофізіологічна адаптація – це багаторівневий процес, що активується в момент початку впливу стрес-фактору і забезпечується сукупністю дій механізмів регуляції та саморегуляції організму людини. Саме цілісність, комплексність, структурність та системність згідно холістичного підходу, визначає психофізіологічну сутність адаптації.

Загально відомо, що всі зазначені рівні адаптації тісно взаємопов'язані між собою та мають безпосередній безперервний взаємовплив, та визначають інтегральну динамічну характеристику загального рівня функціонування усіх систем, яку науковці називають – функціональним станом організму.

Функціональний стан є відносно стійким динамічним психічним явищем, яке має свій початок, тривалість та завершення. Загальноприйнятним є визначення станів як психічних явищ, які відображують функціонування нервової системи та психіки людини у визначений період адаптаційного процесу.

Спираючись на вищезазначене, проаналізуємо підходи, запропоновані Ільїним Є. (2002). Вони стосується не тільки систем регуляції, але і фізіологічних та психологічних станів, які розвиваються у людини у процесі її суспільно значимої діяльності. Автор визначає психічний стан як цілісну реакцію особистості на зовнішні та внутрішні стимули, спрямовані на досягнення корисного результату. Будь-який набутий психічний стан людини є взаємопов'язаним з її фізіологічними структурами (або буде викликаний фізіологічними процесами або буде сприяти виникненню потрібних організму фізіологічних процесів). Саме тому, психічний стан є причинно обумовленим явищем, який включає реакцією не лише одного органу або системи, а й особистості

в цілому, з включенням до реагування фізіологічного та психічного рівнів керування та регуляції, які є підструктурами та сторонами особистості (Кодлубовська Т., 2020).

Отже Ільїн Є. стверджує, що стан являє собою взаємопов'язані характеристики трьох рівнів реагування: фізіологічного (соматичні структури організму та механізми вегетативної нервової системи), психічного (переживання) та поведінкового (мотивована поведінка).

Таким чином, психічна та фізіологічна складова станів є супутніми та нероздільними. Перша проявляється у вигляді переживань та почуттів, а друга – у зміні ряду функцій, зокрема, вегетативних та рухових. Стани людини завжди обумовлені впливом зовнішнього середовища (зміна природних та соціальних факторів) та внутрішніх умов, які представляють структури психічного та фізіологічного рівнів. Суб'єктивні переживання людини мають визначальний вплив на регуляцію станів, які є у свою чергу є відображенням функціонування як окремих систем так і всього організму. Отже, запропоноване бачення дозволяє зробити припущення щодо взаємообумовленості психічного та фізіологічного компонентів функціонального стану людини (Кодлубовська Т., 2020).

Про рівневу структуру та взаємообумовленість компонентів функціонального стану пише Александровський Ю. (1996) Важливим акцентом їх дослідження є визначення активованої архітектури моделюючої системи мозку, що проявляється на біохімічному, фізіологічному, поведінковому та психологічному (суб'єктивному) рівнях. Значимими, з практичної точки зору, є висновки, що найкращі результати діяльності досягаються не за самої високої активації нервової системи, а навпаки за більш низької її активації, що отримало назву оптимального функціонального стану (Кодлубовська Т., 2020).

Суб'єктивну та об'єктивну складові функціонального стану пропонує Кокун О. (2006), де перша (ведуча) пов'язана з

суб'єктивними переживаннями людини та формуванням мотивованої поведінки, а інша, об'єктивна, – з фізіологічними процесами та механізмами регуляції гомеостазу. До суб'єктивної складової функціонального стану прийнято відносити особистісні психічні утворення та їх особливості, що мають визначальний вплив у формуванні стану. Серед цих особливостей особистості визначають: тип темпераменту, характер переживань та загальна емоційна спрямованість, рівень особистісної зрілості, інтелектуальні здібності, ступінь розвитку вольових якостей, ставлення до себе, самоідентифікація, інтерпретація інформації про оточуючу дійсність та своєї ролі у діяльності. Індивідуальні характеристики таких особливостей можуть виступати показниками адаптаційного потенціалу особистості та діагностичними індикаторами ступеню адаптованості (Кокун О., 2006). Отже, функціональний стан є величиною, яка може відображати особливості процесу адаптації конкретної людини.

Якщо, в залежності від суб'єктивних особливостей реагування кожної людини виникають різні стани, нам варто розглянути питання «норми» функціонального стану або норми адаптації.

Розглядаючи норму (психічну, функціональну, норму адаптації) ми дотримуємось думки, що норма – це відсутність відхилень. Гілінський Я. (1992) визначає норму, як межу допустимих змін, які можуть відбуватися в системі, будь то фізична, біологічна чи соціальна. Це означає, що норма встановлює рамки, в яких система може змінюватися, зберігаючи свою цілісність і функціональність, і не заважаючи її подальшому розвитку. Іншими словами, норма – це ті межі, в яких зміни є прийнятними і не руйнують систему,

дозволяючи їй залишатися стабільною і розвиватися (Гуцуляк Н., 2007).

Зважаючи на те, що наше дослідження стосується особливостей психофізіологічної адаптації учасників бойових дій до мирних умов наступною дослідницькою задачею вважаємо необхідність визначити особливості та індикатори «норми реагування» людини у ситуаціях відносної безпеки (режим «мир») та екстремальних умовах війни (режим «війна»). Введення додаткових понять дозволить дослідити та визначити ключові ознаки продуктивності адаптації, про які зазначав Фрейд З. у своєму тлумаченні функціональної норми: «здатність людини підтримувати стосунки та працювати у доволі тривалому відрізку часу, при цьому не відчуючи сильного дискомфорту, загальним критерієм якої є продуктивність».

Висновки. Отже адаптація людини це динамічний процес, обумовлений індивідуальними особливостями її організму (адаптаційні можливості, адаптаційний потенціал, адаптивність), що розгортається на відповідних рівнях (фізіологічний /фізичний, психічний та психологічний) та реалізується завдяки механізмам регуляції та керування (біохімічний/гуморальний, вегетативний, нервовий, психічний). Результатом адаптації можна вважати відповідний функціональний стан (адаптованість, дезадаптованість).

Функціональний стан виступає індикативною основою адаптаційного процесу. Саме тому адаптацію не можна розглядати відокремлено від розуміння функціональних станів людини. Такий підхід забезпечує цілісне уявлення всіх процесів, які відбуваються в організмі людини та її особистості, що дозволяє коректно вибудувати реабілітаційні та адаптаційні програми.

Список використаних джерел

1. Агаєв Н. А. Психологічні чинники адаптації військовослужбовців миротворчого контингенту до діяльності в особливих умовах. Дисертація. – К, 2006. . – 130 с.
2. Блажівський М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. Науковий Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ № 1, 2014 <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/1155/1/1-2014bmisnl.pdf>
3. Гуцуляк Н. М., Поняття норми та девіацій поведінки Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами Збірник наукових праць № 3(5) 2007, <https://ap.uu.edu.ua/article/220>.

4. Кодлубовська Т.Б. Психофізіологічні механізми регуляції функціональних станів співробітників правоохоронних органів. Дисертація – К. 2020. – 515 с.
5. Кокун О.М. Психофізіологія. Навчальний посібник. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 184 с.
6. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. 2-е вид., випр. та доп. – К.: Ельга, Ніка-Центр, 2004, – 400 с.
7. Лазуренко С. І., Білошицький С. В., Семенов А. М., Адаптація та адаптаційні можливості людини. Збірник наукових праць Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами № 11(13) 2014 <https://ap.uu.edu.ua/article/32>.
8. Мельник О.В. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя. Дисертація. – К, 2019. – 258 с.
9. Meerson F.S. Adaptation, Stress, and Prophylaxis., – Munich. 1984, – 279 s.
10. Психічне здоров'я згідно Фрейду. Психологічна енциклопедія <https://www.psykholoh.com/post/%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2D1%8FD0%B7%D0%B3%D1%96%D0%B4%D0%BD%D0%BE-%D1%84%D1%80%D0%B5%D0%B9%D0%B4%D1%83>.
11. Філіпов М.М. Психофізіологія людини: навчальний посібник. – К. МАУП, 2003. – 136 с.
12. Хміляр О. Ф. Психомоторні властивості офіцера: монографія. Київ: «Компринт», 2019. – 209 с.

References

1. Ahayev N. A. Psykholohichni chynnyky adaptatsiyi viys'kovosluzhbovtiv myrotvorchoho kontynhentu do diyal'nosti v osoblyvykh umovakh.[Psychological factors of adaptation of military personnel of the peacekeeping contingent to activities in special conditions]/ Dysertatsiya – K, 2006. – 130 s. (in Ukrainian)
2. Blazhivs'kyi M. I. Ponyattya adaptatsiyi u suchasniy naukoviy literature [The concept of adaptation in modern scientific literature]. Naukovyy Visnyk L'vivs'koho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav № 1' 2014 <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/1155/1/1-2014bmisl.pdf> (in Ukrainian)
3. Hutsulyak N. M., Ponyattya normy ta devyatsiy povedinky. [Concept of norms and deviations of behavior]/ Aktual'ni problemy navchannya ta vykhovannya lyudey z osoblyvymy potrebamy Zbirnyk naukovykh prats' № 3(5) 2007, <https://ap.uu.edu.ua/article/220>. (in Ukrainian)
4. Kodlubov's'ka T.B. Psykhofiziologichni mekhanizmy rehulyatsiyi funktsional'nykh staniv spivrobitnykiv pravookhoronnykh orhaniv [Psychophysiological mechanisms of regulation of functional states of law enforcement officers]. Dysertatsiya – K.:2020. – 515 s. (in Ukrainian).
5. Kokun O.M. Psykhofiziolojiya. Navchal'nyy posibnyk. [Psychophysiology] – K.: Tsentr navchal'noyi literatury, 2006. – 184 s. (in Ukrainian)
6. Korol'chuk M.S. Psykhofiziolojiya diyal'nosti [Psychophysiology of activity]: Pidruchnyk dlya studentiv vyshcheykh navchal'nykh zakladiv. - 2-e vyd., vypr. ta dop. – K.: El'ha, Nika-Tsentr, 2004,- 400 s.) (in Ukrainian).
7. Lazurenko S. I., Biloshyts'kyi S. V., Semenov A. M., Adaptatsiya ta adaptatsiyini mozhlyvosti lyudyny.[Adaptation and adaptive capabilities of a person]/ Zbirnyk naukovykh prats' Aktual'ni problemy navchannya ta vykhovannya lyudey z osoblyvymy potrebamy № 11(13) 2014 <https://ap.uu.edu.ua/article/32> (in Ukrainian)
8. Mel'nyk O.V. Vikovi osoblyvosti adaptatsiyi uchasnykiv boyovykh diy do umov myrnoho zhyttya. [Age-specific features of adaptation of combatants to the conditions of peaceful life] Dysertatsiya – K, 2019. – 258 s. (in Ukrainian)
9. Meerson F.S. Adaptation, Stress, and Prophylaxis, Munich. 1984, 279 s. (in Ukrainian).
10. Psykhichne zdorov'ya z-hidno Freydu. Psykholohichna entsyklopediya. [Mental health according to Freud.] <https://www.psykholoh.com/post/%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2D1%8FD0%B7%D0%B3%D1%96%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D1%84%D1%80%D0%B5%D0%B9%D0%B4%D1%83>. (in Ukrainian)
11. Filipov M.M., Psykhofiziolojiya lyudyny: navchal'nyy posibnyk [Human psychophysiology]. – K. MAUP, 2003. – 136 s. (in Ukrainian)
12. Khmilyar O. F. Psykhomotorni vlastyivosti ofitsera: monohrafiya. [Psychomotor properties of an officer: monograph.] Kyiv : «KOMPRYNT», 2019. 209 s. (in Ukrainian)

Summary

PSYCHO-PHYSIOLOGICAL ADAPTATION AND FUNCTIONAL STATE
OF THE HUMAN ORGANISM

Hrylyuk S. M. head of the research laboratory of problems of philosophy of war, history of military pedagogy and culture of the Department of Social Sciences of the National University of Defense of Ukraine

The article summarizes scientific approaches to the concept of adaptation, adaptability, the definition of the concept of psychophysiological adaptation, analysis of its levels, as well as the definition of relationships between adaptation and the functional state of a person, substantiation of hypotheses that consist in the fact that human adaptation can be controlled through influence on regulatory mechanisms from one level to another level of psychophysiological adaptation.

Introduction. *The phenomenon of human adaptation, in particular, and psychophysiological adaptation, has remained relevant since the beginning of the study of man as a species. The continuous rapid changes of life, which are full of new stresses and challenges, for which a modern person may simply not be ready, add immense importance to this research.*

In modern military conditions, the speed and quality of the process of adaptation to the specified conditions and de-adaptation to the previous state are decisive. This is due to the fact that over the past two years, the number of the defense sector of Ukraine has tripled to more than a million people. In addition to the servicemen who performed military service under a contract before the full-scale war, a significant number of people who had no experience of participating in combat operations and were intensively influenced by factors different from their previous life and which have a catastrophic, extreme and destructive effect on the military units entered the military units. their mental health may cause maladjustment. In domestic science, there is an urgent problem to find effective methods and means of operational recovery of the resource status of personnel during participation in hostilities and to create prerequisites for an organic, comfortable return of participants in hostilities to peaceful conditions.

The purpose of the article *is to generalize the scientific approaches to the concept of adaptation, adaptability, define the concept of psychophysiological adaptation, analyze its levels, as well as determine the relationships between adaptation and the functional state of a person, justify the hypotheses that human adaptation can be controlled through the influence on regulatory mechanisms from one level to another level of psychophysiological adaptation.*

Methods: *analysis and comparison, logical method, modeling.*

Conclusions. *Therefore, human adaptation is a dynamic process determined by the individual characteristics of his organism (adaptive capabilities, adaptive potential, adaptability), which unfolds at the appropriate levels (physiological/physical, mental and psychological) and is implemented thanks to mechanisms of regulation and control (biochemical/humoral, vegetative, nervous, mental). The result of adaptation can be considered a corresponding functional state (adaptation, maladaptation).*

The functional state acts as an indicative basis of the adaptation process. That is why adaptation cannot be considered separately from understanding the functional states of a person. This approach provides a holistic view of all processes that occur in the human body and personality, which allows for the correct development of rehabilitation and adaptation programs.

Keywords: *adaptation; psychophysiological adaptation; rehabilitation program; adaptability; combatant; levels of psychophysiological adaptation; functional state; mechanisms of regulation and management of adaptation.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 03.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ОРГАНІЗАЦІЇ НАЦІОНАЛЬНОГО СПРОТИВУ

Дончук Н. В. викладач психології та педагогіки
циклової комісії психолого-педагогічних дисциплін
КЗ «Балтський педагогічний фаховий коледж»
<https://orcid.org/0000-0002-5193-4976>

Бронзель Л. А. викладач педагогіки циклової комісії
психолого-педагогічних дисциплін
КЗ «Балтський педагогічний фаховий коледж»
<https://orcid.org/0000-0002-5973-4098>

Іванов В. В. PhD, викладач педагогіки та психології
циклової комісії психолого-педагогічних дисциплін
КЗ «Балтський педагогічний фаховий коледж»
<https://orcid.org/0000-0002-8200-5045>

Психологічними ресурсами переживання ситуацій різного ступеня невизначеності є життєстійкість, самоактивація та різні стилі подолання. Ресурси життєстійкості та самоактивації більш виражені у ситуаціях із меншим ступенем невизначеності. Когнітивно-поведінковий стиль подолання є найбільш часто використовуваним усіма групами, рідше використовується соціально-емоційне подолання, ще рідше - уникаюче подолання. У разі переживання глобального виклику домінує соціально-емоційний стиль подолання, а усі психологічні ресурси є значно вищими, ніж за інших типів викликів.

Ключові слова: виклик; ступінь невизначеності; важкі життєві ситуації; емоційні переживання; життєстійкість; самоактивація; копінг-стратегії; психологічні ресурси.

Вступ. Виклики невизначеності стають природною частиною життя сучасної людини, основними джерелами змін життєвих ситуацій і супутніх їм змін особистості. Потік життєвих ситуацій як викликів присутній у нашій повсякденності та поза повсякденністю, у наших стосунках з іншими, до самого себе, до діяльності тощо.

Теоретичне підґрунтя. У науковій літературі виклик пов'язують із важкими життєвими ситуаціями, випробуванням (Sassenberg, K., Scholl, A., 2019), «перевіркою на міцність» (Horikoshi, K., (2023), можливостями особистості для його подолання тощо. Концепція виклику вбудована в основні дискурси позитивної психології (Horikoshi, K., (2023), запропоновано робоче визначення виклику: «Це ситуація, завдання або проблема, які є важкими, новими, представляють можливість перевірки навичок або ресурсів та інтерпретуються як можливість або трансформуються в неї» (Horikoshi, K., 2023, с. 3). Схоже визначення виклику дається українськими авторами, де виклик розглядається як психологічне завдання, що включає різні ситуації, події та вимоги рости

під завдання, вимоги своєчасності якісної адекватної відповіді (готовність оцінити, усвідомити, зрозуміти ситуацію та її сигнали і відповісти на неї).

Виклик і загроза аналізуються як два полюси одного виміру, оцінювання яких відбувається безперервно на основі суб'єктивних оцінок вимог ситуації та особистісних ресурсів (Sassenberg, K., Scholl, A., 2019). У разі загрози складність ситуації оцінюється як така, що перевищує ресурси для її подолання, що змушує людину бути більш пильною, у разі виклику ресурси відповідають вимогам ситуації або перевищують їх, що спонукає людину бути наполегливою (Sassenberg, K., Scholl, A., 2019).

Найчастіше виклик розглядають разом із категорією невизначеності як засадничою характеристикою сучасного світу, «стабільною нестабільністю», «потокотом невизначених ситуацій» і вважають центральною проблемою соціальної психології особистості. «Потік невизначених ситуацій» у психології трактують як «сукупність обставин, які суб'єктивно оцінюються як непередбачувані,

неконтрольовані, незвичні, суперечливі та/або такі, що містять у собі багато виборів та/або високий ступінь ризику», як неоднозначність, складність, непередбачуваність, неконтрольованість, ентропія (Massazza, A., Kienzler, H., Al-Mitwalli, S., Tamimi, N., Giacaman, R., (2023). Основні ознаки важких життєвих ситуацій невизначеності, виокремлені різними авторами, постійно доповнюються - суперечливість інформації, невизначеність майбутнього, труднощі у прогнозуванні, незрозумілість, новизна тощо.

Як бачимо, невизначеність є не зведеною до нуля фундаментальною характеристикою сучасного світу (Roo, de G., (2021), модусом людського буття, і не лише у переломні історичні періоди. Будь-яка важка життєва ситуація має той чи інший ступінь невизначеності (наприклад, проста, складна, дуже складна (Roo, de G., 2021), що відображається в суб'єктивних оцінках таких ситуацій (Sawhney, G., Michel, J. S., 2022) і є одним із визначальних чинників реакцій людей на них (Breakwell, G., 2020), сприяє формуванню тих чи інших стратегій відповіді (Lucas, C. M., Pacheco, L. S., Costa, P., Lawthom, R., Coimbra, J., 2019).

Під час аналізу стратегій відповіді людей на виклики невизначеності особлива увага приділяється психологічним ресурсам (Kaldewey, D., (2018), що роблять нас здатними прийняти навіть виклик граничної невизначеності, протистояти йому та розвиватися.

Серед психологічних ресурсів особистості для подолання викликів невизначеності виокремлюють самоефективність, толерантність до невизначеності, суб'єктивну вітальність, життєстійкість; емпатію, готовність до ризику, оптимізм; антикрихкість, особистісний ріст, копінг-стратегії; надію, відчуття цінності власного життя; сприйняття невизначеності як джерела екзистенційного досвіду; саморегуляцію; віру у свободу, стійкість тощо.

У низці досліджень підкреслюється роль емоцій при подоланні невизначеності важких життєвих ситуацій. Як зазначають М.Шульц і О.Зінн, посилаючись на Томаса Фукса, «без емоційного контакту світ

завмирає в порожньому існуванні, у мертвій фактичності» (Schulz, M., Zinn, J. O., 2023, с. 225]. Тому емоції, якими супроводжуються життєві виклики різного ступеня невизначеності, можуть також розглядатися як психологічний ресурс. Це й емоційна креативність, стани мобілізації, впевненості, інтересу, хвилювання, радості, здивування; позитивні інтелектуальні емоції (Morriss, J., Tupitsa, E., Dodd, H. F., Hirsch, C. R., 2022); помірний рівень негативних емоцій, що стимулюють на пошук і розуміння суперечливої інформації (Sinha, T., 2022), та серйозний досвід негативного переживання переломної життєвої події як стимул для переходу на новий рівень розвитку. Сильні негативні емоції відносять до «проміжних стратегій» і розглядають як розумну реакцію (Zinn, J. O., 2016) на важкі життєві ситуації невизначеності. Іншими словами, як позитивні, так і негативні емоції, що мають стимулювальний ефект і супроводжують ситуації невизначеності, можуть стати психологічними ресурсами для їхнього подолання.

Як бачимо, серед стратегій відповіді на виклик невизначеності виокремлюють безліч способів взаємодії людей із ситуаціями невизначеності, вводиться термін «стратегія проживання невизначеності». Однак більш звичним видається термін «стратегія переживання невизначеності», де поняття переживання використовується для позначення внутрішньої активності особистості щодо подолання важкої ситуації, зокрема ситуації невизначеності.

Через те, що усе різноманіття психологічних ресурсів під час переживання ситуації невизначеності потребує комплексного переосмислення, вчені пропонують виокремити когнітивний (суб'єктивні оцінки ситуації як невизначеної), емоційний (спектр емоцій, що супроводжують ситуацію), мотиваційний (внутрішня спонукальна активність особистості, ресурс самоактивації) і конативний (інструментальні ресурси) компоненти, що узгоджується з попередніми дослідженнями. Крім цього, у дослідженнях звертається особлива увага на ресурс психологічної стійкості (життєстійкості) до

невизначеності. У цьому дослідженні життєстійкість і самоактивація розглядаються як особистісні ресурси подолання із важкими життєвими ситуаціями невизначеності, а копінг-стратегії та копінг-стилі - як інструментальні ресурси.

Отже, дослідження важких життєвих ситуацій-викликів засвідчили, що вони мають різний ступінь невизначеності та потребують активізації психологічних ресурсів особистості. Крім того, людину треба навчитися бачити не у ситуації навіть, а у ширшому контексті, точніше, у різних контекстах. Виходячи з принципу контекстуальності, який вимагає врахування просторово-часових координат досліджуваної феноменології та індивідуальної «чутливості» особистості до ситуаційних чинників, метою дослідження стало вивчення специфіки психологічних ресурсів осіб, які переживають життєві виклики різного ступеня невизначеності.

Мета статті – проаналізувати психологічні ресурси особистості в умовах організації національного спротиву.

Методи дослідження – тестування, опитування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Дослідницькі завдання: виокремити життєві ситуації-виклики та проаналізувати частоту їхнього згадування респондентами; виявити групи осіб, які по-різному оцінюють невизначеність життєвих викликів, проаналізувати відмінності у розподілі респондентів за типом виклику, статтю, наявністю інвалідності; проаналізувати відмінності психологічних ресурсів залежно від різного ступеня невизначеності життєвих викликів.

Автори вдалися припущення, що психологічні ресурси особистості при переживанні важких життєвих ситуацій різняться залежно від ступеня невизначеності ситуації. Дослідження проводилося в онлайн-форматі за допомогою Google-форм. Процедура займала 25-30 хвилин. У дослідженні взяли участь 248 осіб віком 18-76 років ($31,09 \pm 12,59$). Серед них 23,8% чоловіків, 14,0% - особи з інвалідністю. Більша частина вибірки (52,6%) має вищу освіту, 1,8% -

мають науковий ступінь, 28,1% - із середньою освітою, 17,6% - із середньою спеціальною освітою, 44,6% - працюють, 38,5% - вчать, 8,3% - поєднують навчання із роботою, 8,5% - не працюють (у декретній відпустці або на пенсії). Більш ніж по третині респондентів неодружені (39,1%) або у шлюбі (34,9%), 16,4% - перебувають у стосунках, 6,0% - у розлученні, 3,3% - у цивільному шлюбі, 0,2% - не вказали подружній статус. Мають дітей 45,0% вибірки.

Для виявлення суб'єктивних оцінок життєвих викликів інструкції усіх методик були співвіднесені із конкретною життєвою ситуацією, на яку вказали самі респонденти. У дослідженнях І.Данилюка, О.Кокуна, С.Кузікової встановлено, що реакції людей на ті чи інші важкі життєві ситуації залежать від того, як людина оцінює ситуацію, тож були використані анкета (стать, вік, сімейний статус, освіта, наявність дітей, наявність/відсутність інвалідності). Далі необхідно було виокремити актуальну важку життєву ситуацію (ВЖС), написати про неї та оцінити за 10-бальною шкалою, користуючись набором характеристик: важка, значуща, стресова, непередбачувана, безконтрольна, безвихідна, нерозв'язувана, незрозуміла, невизначена, неочікувана (α Кронбаха загального рівня важкості 0,889). Пропонувалося відповісти на запитання: «Які емоції викликала у Вас ця ситуація? (страждання, стрес, смуток, страх, тривога, туга, жалість до себе, жалість до себе, образа, злість, цікавість, інтерес, сумнів, здивування, сором, провина)» (α Кронбаха загального рівня емоційних реакцій 0,865) та оцінити вираженість кожної із них за 10-бальною шкалою.

Методика «Суб'єктивне оцінювання важкої життєвої ситуації» для виокремлення груп, які переживають різний ступінь невизначеності життєвих викликів. У цій методиці перелічено ознаки невизначеності, названі більшістю дослідників (Lucas, C. M., Pacheco, L. S., Costa, P., Lawthom, R., Coimbra, J., 2019; Morris, J., Tupitsa, E., Dodd, H. F., Hirsch, C. R., 2022), методика містить 32 пункти та містить 8 субшкал: загальні ознаки ВЖС; непередбачуваність ситуації; незрозумілість ситуації; необхідність швидкого активного

реагування; труднощі в ухваленні рішення; труднощі прогнозування ситуації; негативні емоції; перспектива майбутнього (α Кронбаха від 0,578 до 0,764).

Для виявлення психологічних ресурсів переживання зазначеної ситуації використовувалися: тест життєстійкості, 24 пункти, містить субшкали залученості, контролю, прийняття ризику (α Кронбаха загального показника 0,950); методика самоактивації, 18 пунктів, містить субшкали самостійності, психологічної активності, фізичної активності і загального рівня самоактивації (α Кронбаха загального показника 0,892); методика COPE, 60 пунктів, містить 15 субшкал, що утворюють три копінг-стилі: когнітивно-поведінковий (α Кронбаха 0,847), соціально-емоційний (α Кронбаха 0,841), унікаючий (α Кронбаха 0,794). Методи опрацювання даних: кластерний аналіз методом k-середніх, критерій Краскала-Уолліса, експлораторний факторний аналіз (ЕФА) методом головних компонент із подальшим обертанням Варімакса, однофакторний дисперсійний аналіз.

На основі попередніх досліджень експертами було виокремлено важкі життєві ситуації-виклики: виклик хвороби (власна хвороба/інвалідність, хвороби членів сім'ї) ($N=240/19,2\%$, середній вік $33,0\pm 11,9$); виклик стосункам (розлучення, конфлікти, зрада тощо) ($N=343/27,5\%$, середній вік $29,14\pm 12,0$); виклик втрати (смерть близьких) ($N=151/12,1\%$, середній вік $33,4\pm 14,7$); виклик матеріальному добробуту (нестача коштів) ($N=175/14,0\%$, середній вік $34,2\pm 12,0$); виклик матеріальному добробуту (нестача коштів) ($N=175/14,0\%$, середній вік $34,2\pm 12,0$); глобальний виклик (російська агресія в Україні та усе, що із нею пов'язано: мобілізація, переїзд до іншої країни, участь друзів і близьких у відбитті російської агресії) ($N=112/9,0\%$, середній вік $34,1\pm 13,3$); виклик самопроєктуванню, що розуміється як здатність «конструювати власний екзистенційний зміст у тому напрямку, що відповідає відчуттю власної автентичності» ($N=106/8,5\%$, середній вік $26,8\pm 10,9$); виклик професійній діяльності (проблеми на роботі, навчанні) ($N=121/9,7\%$, середній вік $26,4\pm 10,9$).

Найчастіше респонденти згадували життєві ситуації, зумовлені несприятливими стосунками, потім виклик хвороби, матеріальні труднощі, проблеми на роботі/навчанні, глобальний виклик, пов'язаний із російською агресією, на останньому місці за частотою згадування - виклик самопроєктуванню. Результати показали, що виклик самопроєктуванню та виклик професійній діяльності частіше хвилюють молодших респондентів.

Ступінь невизначеності життєвої ситуації (відносно проста, складна, дуже складна) визначали за сукупністю суб'єктивних оцінок описаної респондентами ситуації на основі методики «Суб'єктивне оцінювання важкої життєвої ситуації», шкали якої було попередньо унормовано через z-значення. Потім було здійснено кластерний аналіз методом k-середніх, який дозволив виокремити три кластери за ступенем невизначеності життєвих викликів.

До першої групи ($N=509$) увійшли особи, які високо оцінили загальні труднощі ситуації, її незрозумілість, необхідність швидкого реагування, труднощі в ухваленні рішення, негативні емоції, незрозумілість перспектив майбутнього (ті, хто переживає дуже складну ситуацію невизначеності). Друга група ($N=401$) складається із респондентів, які оцінили складність ситуації, її незрозумілість, труднощі в ухваленні рішень, негативні емоції та перспективу майбутнього нижче, ніж перша група, але вище, ніж третя, а невідконтрольність ситуації вище, ніж дві інші групи (ті, хто переживає складну ситуацію невизначеності). Третю групу ($N=338$) становили особи, які оцінили ситуацію як помірно важку (оцінки за загальними ознаками ВЖС, її невідконтрольності, незрозумілості, ускладнень у прийнятті рішень і перспективи майбутнього нижчі, ніж в інших групах), але так само помірно прогнозовану, як оцінили її дві інші групи (ті, хто переживає відносно просту ситуацію невизначеності).

Відповіді на запитання анкети дали додаткову інформацію про суб'єктивний образ ВЖС, представлений в індивідуальній свідомості. Ті, хто переживає дуже складну

ситуацію невизначеності, вище за інших оцінили її значущість, стресогенність, труднощі, непередбачуваність, незрозумілість і невизначеність. Групі, що переживає складну ситуацію невизначеності, притаманні вищі оцінки за всіма характеристиками життєвої ситуації

на відміну від групи, що переживає відносно просту ситуацію невизначеності, і такі самі високі оцінки безконтрольності і несподіванки ситуації, як у першій групі, а за характеристикою «невирішуваність ситуації» - найвищі оцінки порівняно з першою і третьою групами (табл. 1).

Таблиця 1

Відмінності змістовних характеристик важких життєвих ситуацій залежно від належності до груп

Характеристики важкої життєвої ситуації-виклику	Групи, які переживають життєву ситуацію невизначеності M (SD)			Критерій Краскела-Волліса, рівень значущості відмінностей p
	дуже складну	складну	відносно просту	
Характеристики життєвої ситуації				
Важка	8,5 (1,6)	8,0 (1,9)	6,3 (2,4)	197,7; $p = 0,000$
Значуща	9,2 (1,4)	8,5 (1,8)	7,1 (2,6)	180,7; $p = 0,000$
Стрессова	8,8 (1,6)	8,4 (1,9)	6,3 (2,6)	233,18; $p = 0,000$
Непередбачувана	7,5 (2,7)	6,9 (2,9)	5,2 (3,0)	112,58; $p = 0,000$
Безконтрольна	7,1 (2,7)	7,1 (2,9)	4,7 (3,0)	135,3; $p = 0,000$
Невирішувана	6,0 (2,9)	6,6 (3,0)	3,7 (2,8)	176,2; $p = 0,000$
Незрозуміла	6,3 (3,1)	5,2 (3,0)	4,0 (2,8)	109,6; $p = 0,000$
Невизначена	6,4 (2,9)	5,3 (3,0)	3,9 (2,7)	136,1; $p = 0,000$
Несподівана	6,8 (3,2)	6,6 (3,2)	4,9 (3,3)	66,77; $p = 0,000$

Примітки: M - середнє арифметичне; SD - стандартне відхилення.

По-різному було оцінено і невизначеність різних життєвих викликів ($\chi^2 = 89,902$, $p = 0,000$). На цьому тлі виокремлюється глобальний виклик, який більш як половина респондентів переживають як дуже складну ситуацію невизначеності та більш як третина - як

складну, а також виклик утрати, що у 60% випадків переживається як складна ситуація невизначеності.

Групи, які переживають життєві ситуації різного ступеня невизначеності, різняться за статтю, наявністю інвалідності (табл. 2).

Таблиця 2

Відмінності між групами залежно від статі та наявності інвалідності

Стать, наявність інвалідності, значення χ^2 , рівень значущості відмінностей p	Групи, які переживають життєву ситуацію невизначеності як:		
	дуже складну	складну	відносно просту
Чоловіки	36,0%	29,0%	35,0%
Жінки	42,3%	33,1%	24,6%
Значення χ^2 і рівень значущості відмінностей p	$\chi^2 = 12,44$, $p = 0,002$		
Здорові	40,7%	33,6%	25,7%
З інвалідністю	41,1%	23,4%	35,4%
Значення χ^2 і рівень значущості відмінностей p	$\chi^2 = 10,038$, $p = 0,007$		

Більшість жінок оцінюють життєві ситуації невизначеності як дуже складні або складні, як і більша частина умовно здорових респондентів. Більшість осіб з інвалідністю оцінюють такі ситуації або як дуже складні, або як відносно прості.

Спектр емоційних реакцій на життєві виклики, які пропонувалося оцінити, був широкий. Використання експлораторного факторного аналізу (ЕФА) методом

головних компонент із подальшим обертанням Варімакс (загальна дисперсія 65,42%) дозволило виокремити 4 групи емоційних переживань, що супроводжують життєву ситуацію: переживання страждань (22,9% дисперсії), куди увійшли суб'єктивні оцінки ступеня вираженості страждань, стресу, смутку, страху, тривоги, туги; переживання несправедливості (16,7% дисперсії): співчуття до себе, жалість до

себе, образа, злість; інтелектуальні емоції (14,9% дисперсії): цікавість, інтерес, сумнів, здивування; самокритичні емоції (10,82% дисперсії): вина і сором.

Однофакторний дисперсійний аналіз показав, що емоційні переживання, які супроводжують життєві ситуації різного ступеня невизначеності, проявляються по-різному. Найвираженішими є переживання страждань, несправедливості та

самокритичні емоції в групі, що переживає дуже складні ситуації невизначеності на відміну від другої та третьої груп. І якщо оцінки за емоціями несправедливості, страждань, самокритичних емоцій мали здебільшого тенденцію до зниження зі зниженням ступеня невизначеності ситуації, то інтелектуальні емоції вищою мірою оцінюються тими, хто переживає дуже складну ситуацію невизначеності (табл. 3).

Таблиця 3

Відмінності в емоціях осіб, які переживають ситуації різного ступеня невизначеності

Емоційні переживання	Кластер	М (SD)	Значення F	Рівень значущості відмінностей р
Переживання страждань	1	8,0 (1,8)	188,5	0,000
	2	7,5 (1,8)		
	3	5,5 (2,3)		
Переживання несправедливості	1	6,4 (2,4)	79,31	0,000
	2	5,3 (2,4)		
	3	4,3 (2,4)		
Самокритичні емоції	1	5,2 (3,1)	57,26	0,000
	2	3,7 (2,6)		
	3	3,2 (2,6)		
Інтелектуальні емоції	1	4,7 (2,4)	47,78	0,000
	2	3,4 (1,9)		
	3	3,7 (2,2)		

Примітки: М - середнє арифметичне; SD - стандартне відхилення; 1 - ті, хто переживає дуже складну ситуацію невизначеності; 2 - ті, хто переживає складну ситуацію невизначеності; 3 - ті, хто переживає відносно просту ситуацію невизначеності.

Далі було проаналізовано загальні показники ресурсів стійкості (життєстійкість), самоактивації та інструментальних ресурсів (копінг-стилі). Методика COPE виявляє 15 копінг-стратегій, які утворюють різні копінг-стилі. Для виокремлення копінг-стилів використовували експлораторний факторний аналіз (ЕФА) методом головних компонент із подальшим обертанням Варімакс (загальна дисперсія 51,56%). Виокремлено 3 стилі подолання: когнітивно-поведінковий (18,3% дисперсії), соціально-емоційний (17,09% дисперсії) та такий, що уникає (16,1% дисперсії). Когнітивно-поведінковий стиль подолання містив такі копінг-стратегії, як позитивне переформулювання та особистісне зростання, гумор, планування, активне упоралося, придушення конкуруючої діяльності, прийняття. Соціально-емоційний

стиль - використання емоційної підтримки, використання інструментальної підтримки, концентрацію на емоціях та їхнє активне вираження, звернення до релігії. Стиль уникнення - поведінковий відхід, заперечення, уявний відхід, використання заспокійливих, стримування подолання.

Групи, які по-різному оцінили ступінь невизначеності життєвих ситуацій, різняться за всіма стилями упоралося. Соціально-емоційне та уникаюче упоралося характерні у разі переживання дуже складних ситуацій невизначеності. Когнітивно-поведінковий стиль оволодіння найпоширеніший за дуже складних і простих ситуацій невизначеності. Виявлено відмінності між групами і у психологічних ресурсах життєстійкості та самоактивації, які більшою мірою властиві тим, хто переживає відносно прості ситуації невизначеності (табл. 4).

Відмінності психологічних ресурсів осіб, які переживають ситуації різного ступеня невизначеності

Психологічні особистісні та інструментальні ресурси	Кластер	М (SD)	Значення F	Рівень значущості відмінностей р
Життестійкість	1	38,4 (13,1)	59,29	0,000
	2	42,9 (12,7)		
	3	48,1 (11,7)		
Самоактивація	1	42,3 (10,8)	33,00	0,000
	2	44,0 (10,2)		
	3	48,1 (9,8)		
Когнітивно-поведінкове подолання	1	11,8 (2,2)	7,98	0,000
	2	11,4 (2,0)		
	3	12,0 (1,9)		
Соціально-емоційне подолання	1	11,3 (2,5)	36,44	0,000
	2	10,4 (2,3)		
	3	9,9 (2,2)		
Уникаюче подолання	1	9,3 (1,9)	42,200	0,000
	2	8,7 (1,8)		
	3	8,1 (1,6)		

Примітки: М - середнє арифметичне; SD - стандартне відхилення; 1 - ті, хто переживає дуже складну ситуацію невизначеності; 2 - ті, хто переживає складну ситуацію невизначеності; 3 - ті, хто переживає відносно просту ситуацію невизначеності.

Окремої уваги заслуговує аналіз психологічних ресурсів подолання, використовуваних у ситуації глобального виклику, порівняно з іншими викликами. Для цього було виокремлено загальні показники життестійкості, самоактивації, трьох стилів подолання, дані за якими було попередньо нормовано з огляду на їхній різний діапазон. За глобального виклику найбільш вираженим стає соціально-емоційний стиль подолання, потім, у порядку убутання, когнітивно-поведінковий, самоактивація, життестійкість, а на останньому місці показники уникаючого подолання. Соціально-емоційне подолання найбільшою мірою використовується людьми під час переживання глобального виклику, найменшою - під час упоралося з викликом самопроекування. При цьому усі оптимальні психологічні ресурси подолання із глобальним викликом є вищими, ніж при переживанні інших типів викликів.

Нині у науці простежується тенденція до заміни категорій «проблема», «загроза» на категорію «виклик», що свідчить про суттєву зміну установок суспільної свідомості стосовно ВЖС. Зростає впевненість у тому, що проблеми, які осмислюються як виклики, у принципі

розв'язні (Kaldewey, D., 2018). Серед розв'язних проблем у порядку убутання згадуються виклики стосункам, виклик хвороби, виклик матеріальних труднощів, виклик професійній діяльності, глобальний виклик, пов'язаний із російською агресією, і виклик самопроекування. Диференційований підхід до аналізу життєвих ситуацій залежно від суб'єктивних оцінок образу ВЖС, а також залежно від міри їхньої невизначеності (відносно прості, складні, дуже складні) дав змогу дати змістовні характеристики різним типам життєвих викликів. Дуже складна ситуація невизначеності високо оцінюється за показниками стресогенності, складності, непередбачуваності та несподіванки, вище за середній - за критеріями незрозумілості та невизначеності. Складна ситуація невизначеності характеризується високою стресогенністю, складністю, непередбачуваністю, нерозв'язністю, неконтрольністю та несподіванкою, середніми оцінками незрозумілості та невизначеності. Щодо простої ситуації невизначеності респонденти дають помірні оцінки важкості, стресогенності, непередбачуваності, неочікуваності, неконтрольності, незрозумілості та невизначеності, найнижче її оцінюють за

критерієм невирішуваності. Для усіх груп респондентів життєва ситуація, яку вони виокремлювали, є високо значущою. На тлі різних оцінок виокремлюються глобальний виклик, який більшістю респондентів переживається як дуже складна та складна ситуація невизначеності, виклик втрати - як складна ситуація невизначеності.

Для більшості здорових респондентів важкі життєві ситуації невизначеності є дуже складними або складними, а для більшості осіб з інвалідністю характерні крайні оцінки: або така ситуація оцінюється як дуже складна, або як відносно проста. Можливо, це пов'язано з тим, є інвалідність вродженою чи набутою. Одна і та сама важка життєва ситуація невизначеності може бути відносно простою за вродженої інвалідності та дуже складною - за набутої. Більшість жінок характеризують життєві ситуації невизначеності як дуже складні або складні, а більшість чоловіків - як дуже складні або відносно прості.

У важких життєвих ситуаціях різного ступеня невизначеності активізуються різні психологічні ресурси особистості. Серед них необхідно виокремити емоційні переживання, які виступають каталізатором упоралося з викликами різного ступеня невизначеності. Страждання вважаються найпоширенішим сильним негативним емоційним переживанням, яке водночас сприяє посттравматичному зростанню та стійкості (Arredondo, A. Y., Caparrs, B., 2023). Вони найбільш виражені в осіб, які переживають дуже складну і складну ситуації невизначеності. Переживання несправедливості виникає на тлі незаслуженого ставлення, що зачіпає почуття гідності, і викликає невірноважений психічний стан. Важливу роль у цих переживаннях відіграє образа як негативна післядія небажаної невідповідності дій оточуючих нашим очікуванням, що загрожує нашій Я-концепції та соціальній ідентичності в разі неможливості вираження або недостатності відповідних емоцій і дій. Образа супроводжується співчуттям, жалістю до себе і подальшим гнівом щодо кривдників. Переживання несправедливості є менш інтенсивним, ніж страждання, але так само

найбільш виражене в осіб, які оцінюють ситуацію невизначеності як дуже складну і складну. Ще менш інтенсивними є «самокритичні» емоції, що передбачають постійне оцінювання моральної цінності та придатності індивідуального «Я» у співтоваристві і є найінтенсивнішими в осіб, які оцінюють ситуацію невизначеності як дуже складну. Інтелектуальні емоції, що активізують розумову діяльність у разі зіткнення з незрозумілим явищем, за інтенсивністю схожі із самокритичними і найбільш виражені в осіб, які оцінюють ситуацію невизначеності як дуже складну.

Таким чином, усі види емоційних переживань мають найбільшу інтенсивність в осіб, які переживають ситуацію невизначеності як дуже складну. З одного боку, вони можуть перешкоджати упоратися із ситуацією невизначеності, а з іншого - як зазначено багатьма авторами (Arredondo, A. Y., Caparrs, B., 2023; Zinn, J. O., 2016, та ін.), будучи «проміжними стратегіями» (Zinn, J. O., 2016), стають розумними реакціями на численні важкі життєві ситуації невизначеності. Вважається, що емоції середньої інтенсивності можуть діяти як «порадники» (Zinn, J. O., 2016). Середня інтенсивність усіх типів емоційних переживань характерна для тих, хто переживає відносно прості та складні ситуації невизначеності.

«Порадниками» для осіб, які переживають дуже складні ситуації невизначеності, можуть стати емоційні переживання несправедливості та самокритичні емоції також через їхню середню інтенсивність. При цьому інтелектуальні емоції стають особливо актуальними за дуже високого ступеня невизначеності ВЖС, серед яких глобальний виклик, оскільки спонукають до аналізу інформації, завдяки чому підвищується ступінь ясності ситуації. Оцінка ситуації невизначеності як відносно простої поєднується із більш вираженими життєстійкістю та самоактивацією і нижчими показниками соціально-емоційного та унікаючого подолання. Когнітивно-поведінковий стиль оволодіння найхарактерніший у разі переживання дуже складної та відносно простої ВЖС

невизначеності. Він є домінантним для усієї вибірки, порівняно з іншими стилями. Цей стиль подолання має велике значення для розуміння невизначеності життєвих викликів і пошуку ресурсів для упоралося із ними. Детальніший аналіз дав змогу виявити, що, незважаючи на рідкісну згадку про глобальний виклик як про актуальну ВЖС, його переживають люди як дуже складну і складну ситуацію невизначеності, яка при цьому активізує усі психологічні ресурси для подолання. Подальші дослідження на розширених вибірках допоможуть зрозуміти залежність тих чи інших психологічних ресурсів упоралося від двох чинників: від типу виклику і ступеня його невизначеності.

Обмеженнями цього дослідження є широкий віковий діапазон вибірки і переважання у ній жінок, виокремлення узагальнених груп ВЖС. Більш достовірні дані може бути отримано при розширенні вибірки і при очному проведенні дослідження. Потрібне і врахування давності ситуацій-викликів. Таким чином, існує необхідність не лише в аналізі різних викликів сучасності, а й у вивченні ступеня їхньої невизначеності та можливостей особистості для подолання. У перспективі потрібно вивчити ступінь невизначеності за більш дрібної диференціації життєвих викликів. Наприклад, ступінь невизначеності виклику хвороби може бути різним залежно від вродженого/набутого характеру захворювання, віку, тривалості хвороби. Глобальний виклик також може бути диференційований за типами (участь близьких у відбитті російської агресії, переїзд до іншої країни тощо), що можуть супроводжуватися різним ступенем невизначеності.

Висновки. Виокремлено сім типів життєвих викликів, що переживаються як ситуації різного ступеня невизначеності. Найчастіше згадується виклик стосункам, рідше - глобальний виклик, пов'язаний із російською агресією, і виклик самопроектуванню. При цьому глобальний виклик переживається як дуже складна і складна ситуація невизначеності; виклик

втрати - як складна, виклик хвороби, виклик стосункам, виклик матеріальних труднощів приблизно у 40% випадків - як дуже складні ситуації невизначеності і приблизно у третині випадків - як складні або прості. Виклик самопроектуванню та виклик професійній діяльності частіше оцінюються або як дуже складні ситуації невизначеності, або як прості.

Оцінки значущості, труднощів, стресогенності, непередбачуваності, незрозумілості, невизначеності, неочікуваності ситуації нижчі за нижчого ступеня невизначеності ситуації загалом. Дуже складна і складна ситуації невизначеності оцінюються як менш контрольовані. Складні ситуації невизначеності - як найбільш нерозв'язні. Жінки оцінюють життєві ситуації невизначеності як дуже складні та складні, а чоловіки - або як дуже складні, або як прості.

Емоційні переживання у зв'язку із ситуаціями невизначеності мають різну інтенсивність. Найвираженішими є переживання страждань, далі, за зменшенням - переживання несправедливості, самокритичні емоції, інтелектуальні емоції. Найбільшу інтенсивність вони мають у групі, яка переживає дуже складні ситуації невизначеності, найменшу - у тих, хто переживає відносно прості.

Психологічними ресурсами переживання ситуацій різного ступеня невизначеності є життестійкість, самоактивація та різні стилі подолання. Ресурси життестійкості та самоактивації більш виражені у ситуаціях із меншим ступенем невизначеності. Когнітивно-поведінковий стиль подолання є найбільш часто використовуваним усіма групами, рідше використовується соціально-емоційне подолання, ще рідше - унікаюче подолання. У разі переживання глобального виклику домінує соціально-емоційний стиль подолання, а усі психологічні ресурси є значно вищими, ніж за інших типів викликів.

Список використаних джерел

1. Arredondo, A. Y., Caparrs, B. (2023). Positive Facets of Suffering, Meaningful Moments, and Meaning Fulfilment: A Qualitative Approach to Positive Existential Issues in Trauma-Exposed University Students. *Psychological Studies*, 68, 13-23. DOI:10.1007/s12646-022-00698-z
2. Breakwell, G. . (2020). Mistrust, uncertainty and health risks. *Contemporary Social Science*, 15, 5, 504-516. DOI:10.1080/21582041.2020.1804070
3. Horikoshi, K. (2023). The positive psychology of challenge: Towards interdisciplinary studies of activities and processes involving challenges. *Frontiers in Psychology*, 13. DOI:10.3389/fpsyg.2022.1090069
4. Kaldewey, D. (2018). The Grand Challenges Discourse: Transforming Identity Work in Science and Science Policy. *Minerva*, 56, 2, 161-182. DOI:10.1007/s11024-017-9332-2
5. Lucas, C. M., Pacheco, L. S., Costa, P., Lawthom, R., Coimbra, J. (2019). Factorial validity and measurement invariance of the uncertainty response scale. *Psychology, reflection and criticism*. Vol. 32. №23. DOI:10.1186/s41155-019-0135-2
6. Massazza, A., Kienzler, H., Al-Mitwalli, S., Tamimi, N., Giacaman, R. (2023). The association between uncertainty and mental health: a scoping review of the quantitative literature. *Journal of Mental Health*, 32, 2, 480-491. DOI:10.1080/09638237.2021.2022620
7. McGinnis, D. (2018). Resilience, Life Events, and Well-Being During Midlife: Examining Resilience Subgroups. *Journal of Adult Development*, 25, 198-221. DOI:10.1007/s10804-018- 9288-y
8. Morriss, J., Tupitsa, E., Dodd, H. F., Hirsch, C. R. (2022). Uncertainty Makes Me Emotional: Uncertainty as an Elicitor and Modulator of Emotional States. *Frontiers in psychology*, 13. DOI:10.3389/fpsyg.2022.777025
9. Roo, de G. (2021). Knowing in Uncertainty: On Epistemic Conditions Differentiated for Situations in Varying Degrees of Uncertainty, the Distinction Between Hierarchical and Flat Ontology, and the Necessary Merger With the Axiological Domain of Values. *The Planning Review*, 57, 2, 90-111. DOI:10.1080/02513625.2021.1981016
10. Sassenberg, K., Scholl, A. (2019). Linking regulatory focus and threat-challenge: transitions between and outcomes of four motivational states. *European Review of Social Psychology*, 30, 1, 174-215. DOI:10.1080/10463283.2019.1647507
11. Sawhney, G., Michel, J. S. (2022). Challenge and Hindrance Stressors and Work Outcomes: the Moderating Role of Day-Level Affect. *Journal Business and Psychology*, 37, 389- 405. DOI:10.1007/s10869-021-09752-5
12. Schulz, M., Zinn, J. O. (2023). Rationales of risk and uncertainty and their epistemological foundation by new phenomenology. *Journal of Risk Research*, 26, 3, 219-232. DOI:10.1080/13669877.2022.2162105
13. Sinha, T. (2022). Enriching problem-solving followed by instruction with explanatory accounts of emotions. *Journal of the Learning Sciences*, 31, 2, 151-198. DOI:10.1080/10508406.2021.1964506
14. Zinn, J. O. (2016). 'In-between' and other reasonable ways to deal with risk and uncertainty: A review article. *Health, risk and society*, 18, 7-8, 348-366. DOI:10.1080/13698575.2016.1269879

Summary

PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF THE INDIVIDUAL IN THE CONTEXT OF ORGANISING NATIONAL RESISTANCE

Donchuk N. Lecturer in Psychology and Pedagogy of the Cycle Commission of Psychological and Pedagogical Disciplines of the Balti Pedagogical Vocational College

Bronzel L. Lecturer in Pedagogy of the Cycle Commission of Psychological and Pedagogical Disciplines of the Balti Pedagogical College

Ivanov V. PhD, Lecturer in Pedagogy and Psychology of the Cycle Commission of Psychological and Pedagogical Disciplines of the Balti Pedagogical College

Introduction. Challenges of uncertainty are becoming a natural part of the life of a modern person, the main sources of changes in life situations and the accompanying changes in personality. The flow of life situations as challenges is present in our everyday life and beyond, in our relationships with others, to ourselves, to our activities, etc.

The purpose is to analyse the psychological resources of the individual in the context of organising national resistance.

Methods - testing, surveys, methods of mathematical statistics.

Originality. Seven types of life challenges were identified, which are experienced as situations of varying degrees of uncertainty. The most frequently mentioned is the challenge to relationships, less often - the global challenge related to Russian aggression and the challenge to self-design. At the same time, the global challenge is experienced as a very complex and complex situation of uncertainty; the challenge of loss is experienced as complex, the challenge of illness, the challenge of relationships, the challenge of material difficulties in about 40% of cases - as very complex situations of uncertainty and in about a third of cases - as complex or simple. Challenges to self-image and challenges to professional activities are more often assessed as either very difficult or simple uncertainty.

Assessments of the significance, difficulty, stress, unpredictability, incomprehensibility, uncertainty, and unexpectedness of the situation are lower than the lower degree of uncertainty of the situation in general. Very complex and complex uncertainty situations are assessed as less controllable. Complex situations of uncertainty - as the most insoluble. Women rate life uncertainty situations as very difficult and difficult, while men rate them as either very difficult or simple.

Emotional experiences in connection with situations of uncertainty have different intensities. The most pronounced is the experience of suffering, followed by the experience of injustice, self-critical emotions, and intellectual emotions. They are most intense in the group experiencing very complex situations of uncertainty, and least intense in those experiencing relatively simple ones.

Conclusion. The psychological resources for coping with situations of varying degrees of uncertainty are resilience, self-activation and different coping styles. The resources of resilience and self-activation are more pronounced in situations with a lower degree of uncertainty. The cognitive-behavioural coping style is the most frequently used by all groups, with socio-emotional coping being less common, and avoidant coping even less common. In the case of a global challenge, the socio-emotional coping style dominates, and all psychological resources are significantly higher than in other types of challenges.

Keywords: challenge; degree of uncertainty; difficult life situations; emotional experiences; resilience; self-activation; coping strategies; psychological resources.

Концептуалізація – Іванов В. В.

Методика – Дончук Н. В.

Перевірка – Бронзель Л. А.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 11.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 27.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

АНАЛІЗ МЕХАНІЗМІВ ФОРМУВАННЯ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕБІГУ ПТСР У ЖІНОК, ЩО СТАЛИ ЖЕРТВАМИ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЛЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

Журавльова Л. В. студентка 5 курсу магістратури факультету психології інституту післядипломної освіти КНУ імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0003-9410-9751>

В умовах воєнного стану в українському суспільстві актуалізувалася проблема сексуального насильства над жінками, в результаті якого в жертв розвивається посттравматичний стресовий розлад, що унеможливило здорове функціонування жінки в багатьох життєвих сферах. На жаль, статистичні дані вказують на те, що наслідки сексуального насильства залишають невиправний слід, зокрема якщо жінці не було надано своєчасної психологічної допомоги. Тобто, існує ризик, що людина, яка отримала психологічну травму, може відчувати її наслідки тривалий період, а можливо навіть і все життя. У цьому контексті особливої актуальності набувають дослідження специфіки виникнення та прояву ПТСР у жертв насильства.

Ключові слова: сексуальне насильство; жінки; посттравматичний стресовий розлад; зґвалтування; війна.

Вступ. У сучасному світі воєнні та збройні конфлікти стали частиною реального життя, а одним із найбільш нелюдських злочинів – сексуальне насильство, пов'язане з військовими конфліктами.

Складність вивчення проблеми сексуального насильства пов'язана з тим, що ця проблема є значною мірою латентною, оскільки існують певні суспільно-культурні та особистісні бар'єри, які ускладнюють жінкам-жертвам насильства можливість відкрито говорити про досвід пережитого сексуального насильства, а тим більше – звертатися за психологічною допомогою. Це призводить до того, що офіційна статистика зґвалтувань не відповідає реальності, адже тільки мала частина жінок, що стали жертвами зґвалтувань, заявляють про це у відповідні органи (Бондарук, 2018). В Україні станом на 11 серпня 2023 року від початку повномасштабної війни зафіксовано 225 випадків сексуального насильства. Для порівняння, статистика зґвалтувань в США є більш об'єктивною. За даними The Rape, Abuse & Incest National Network (RAINN), у США щорічно реєструється понад 433 000 випадків сексуального насильства або зґвалтування серед людей віком від 12 років (RAINN, 2024).

В умовах воєнних дій, як зазначають дослідники, кількість зґвалтувань істотно зростає. Так, за словами Дж. Бріггс, засновника міжнародного об'єднання проти насильства та жорстокості (Map Up), за роки громадянської війни в Демократичній Республіці Конго було зґвалтовано не менше 400 тис. жінок (Hogg, 2011).

Як свідчать дані досліджень, в результаті сексуального насильства в жертв часто розвивається посттравматичний стресовий розлад, що унеможливило здорове функціонування жінки в багатьох життєвих сферах.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – відстрочена за часом психопатологічна комплексна реакція на психотравматичні події, що сформувалися в цілісний синдром. Розлад викликає клінічно значущий тяжкий емоційний стан або порушення в соціальній, професійній чи інших важливих сферах життєдіяльності (Бакка, 2022). Посттравматичний стресовий розлад виникає як крайня реакція людини на значну небезпеку для її життя; при цьому розлад не виникає під час кризової ситуації або відразу після неї, а настає через певний, переважно, досить тривалий період.

Доцільно виокремити такі чинники, що впливають на розвиток розладу:

По-перше, інтенсивність стресового чинника. Так, на прояви розладу впливає те,

яка саме травмуюча ситуація сталася, скільки вона тривала, наскільки така ситуація була неочікуваною, чи могла людина мінімально управляти ситуацією, чи була можливість отримати допомогу.

По-друге, особливості захисних механізмів людини. Кожна особа має власні інструменти захисту від стресу. Зокрема, у багатьох людей таким механізмом є втрата пам'яті щодо стресових подій. Нерідко травмуючі події витісняються із спогадів або замінюються іншими. Якщо людина має перелічені механізми, то ризик прояву розладу значно зменшується. При цьому у випадках, коли людина навпаки досить детально пам'ятає травмуючу ситуацію, ніби знову проживаючи той день, то ризик посттравматичного розладу значно зростає.

По-третє, наявність допомоги від соціуму. Якщо людина відчуває підтримку, то ризик появи розладу зменшується. Особливо це стосується тих осіб, яким доводилося приймати складні рішення або ж тим, хто свідомо йшов на певні жертви заради бажаного результату.

По-четверте, особливості індивідуальних параметрів людини. На розвиток розладу здатні вплинути такі чинники як вік, соціальний статус, досвід минулих травмуючих подій, наявність порушень психіки.

Переважає більшість вітчизняних досліджень зосередила увагу на посттравматичному стресовому розладі як одного з можливих психологічних наслідків жертв стихійних лих (потопи, землетруси тощо) чи пережитої війни. Однак, на сьогоднішній день складно залишити поза увагою той факт, що сексуальне насилля дедалі частіше фіксується, особливо в умовах воєнного стану в країні. Величезна кількість жінок втрачають жагу до життя та характеризуються відсутністю психологічних ресурсів після пережитого зґвалтування.

Метою дослідження є теоретичний аналіз наукових джерел щодо механізмів формування та особливостей перебігу ПТСР у жінок, що стали жертвами сексуального насилля.

Результати і обговорення. Сексуальне насилльство під час війни стало інструментом терору, що застосовується як

інструмент контролю та покарання за певну політичну позицію, непокору чи просто є ознакою агресії до ворожої сторони. Саме тому актуальність дослідження пояснюється необхідністю заглиблення в тему формування у жертв сексуального насилля довгострокових психологічних наслідків, що мають негативний вплив на всі сфери життя жінок, а також на розгляд сексуального насилльства як фактора розвитку у його жертв посттравматичного стресового розладу.

Перш ніж перейти до обговорення специфіки переживання жінками, що стали жертвами сексуального насилля, симптомів ПТСР, варто окреслити основні підходи до визначення поняття «зґвалтування». З позиції психоаналізу зґвалтування розглядається як наслідок індивідуальних сексуальних відхилень, в той час як послідовники радикального фемінізму трактують зґвалтування як демонстрацію нерівності у праві на владу між чоловічою та жіночою статями, тобто сам акт зґвалтування пов'язаний не з сексуальною сферою, а з правом на владу (Kizilhan (2018).

Н. Вульф у своєму дослідженні впливу зґвалтування на жіночу психіку стверджувала, що під час війни акт зґвалтування був оптимальним способом подавити волю жінки, «зламати її», підкорити. У порівнянні з рештою способів, що можуть бути використані під час війни ворогом для придушення волі жінки (моріння голодом, побиття тощо), зґвалтування є «найнефективнішим», після чого свідомість жінки змінюється назавжди. Зґвалтування є «стандартним прийомом геноциду» у воєнний час, що використовується для «перепрограмування» жінок на фізичному рівні з метою позбавлення їх відчуття сили, сміливості, безпеки та відчуття власної гідності (Wolf (2023).

Звісно, психіка кожної людини, незалежно від статі є унікальною: хтось з легкістю проходить через події, які для іншого виявляються трагічними та спричиняють психічні розлади. Тобто, у частини зґвалтованих жінок може в результаті зґвалтування не розвинути посттравматичний стресовий розлад, в той

час як інші стануть його жертвами. Однак очевидним є наступне твердження: коли люди потрапляють в екстраординарні ситуації, які виходять за рамки звичного та «нормального», найчутливіші з них переживають тяжкі наслідки як на фізичному, так і на психологічному рівні (Wolf (2023)).

Згідно поглядів Дж. Шиферда та Дж. Бек, характерним симптомом посттравматичного стресового розладу у жертв сексуального насилля є наявність нав'язливих думок, які спадають на думку проти їх волі і часто супроводжуються значними стражданнями. Автори класифікували такі думки, що виникають у жінок внаслідок пережитого сексуального насилля, на наступні:

1. Спогад про інцидент, який жінка згадує всупереч своїй волі. Такий спогад виникає у свідомості постійно внаслідок того, що мозок стикається із матеріалом, який він не обробив.

2. Окремі уривки та деталі акту насилля.

3. Картини, звуки, запахи та відчуття під час спогадів настільки чіткі, що подія згадується всіма органами чуття або поєднанням деяких із них.

4. Спогади з порушенням хронології подій, або її відсутністю.

5. Спогади, які важко висловити словами.

6. Спогади в якості флеш беків. Тобто, зусиллям волі жінці важко пригадати те, що під час переживання флешбеку є очевидним (Shipherd, & Beck (1999)).

Згідно поглядів С. Бюрг, зґвалтування є стресовим фактором, який на основі низки підстав можна включити до переживань у жінок, що викликають посттравматичний стресовий розлад. В його дослідженні було опитано 29 жертв зґвалтування, в результаті якого було встановлено, що 25% характеризувалися помірним, а 85% – сильним стресом. Жертви зґвалтування переважно отримували вищі бали за стандартними показниками стресу, ніж представники контрольної групи, в яких відсутній досвід зґвалтування (Burge (1988)).

А. Пол довів, що жертви зґвалтувань в 6,2 разів частіше переживали симптоми ПТСР, ніж жінки, які ніколи не були

жертвами зґвалтувань (31% проти 5%). Крім того, автор стверджує, що зґвалтування у сукупності з переживанням іншої травматичної події під час війни (спостереження за вбивством чи зґвалтуванням) спричиняло у жінок довгострокові високі показники депресії та тривоги, і особливо соматоформний розлад як культурний аспект подолання травми (Paul (2013)).

Висновки дослідження Дж. Джентлмена чітко підтверджують точку зору, що посттравматичний стресовий розлад в результаті зґвалтування пов'язаний із наявністю в сімейному анамнезі схильності до великого депресивного розладу, що може служити фактором розвитку посттравматичного стресового розладу. В низці випадків посттравматичний стресовий розлад може являти собою форму депресії, яка викликана та/або модифікована нейробіологічно та феноменологічно через наявність сильного життєвого стресу, в тому числі досвіду зґвалтування (Gentleman (2011)).

Послідовники традиційних трактувань ПТСР припускають, що нав'язливі думки можуть виникати, коли жінки, які пережили сексуальне насилля, намагаються включити травматичний досвід у свої вже існуючі когнітивні схеми, тобто «знайти пояснення, виправдання» тому, що з ними сталося і чому вони повністю або частково за це відповідальні. Оскільки травматичний досвід виходить за рамки типових повсякденних подій, існуюча концептуальна система жінки може нелегко вмістити травму, що призводить до дисгармонії, яка характеризується нав'язливими думками.

Дж. Епштейн та Б. Саундерс зазначають, що жінки, які були зґвалтовані в дитинстві чи у підлітковому віці з високою ймовірністю починають зловживати алкоголем чи ПАР у дорослому віці. Вчені встановили позитивну кореляцію між наявністю у жінок дитячого чи юнацького досвіду зґвалтування з симптомами ПТСР, та між симптомами ПТСР та зловживанням алкоголем та рештою ПАР (Epstein, & Saunders (1998)).

Згідно поглядів Дж. Річмонда, які згадуються у книзі Вульф Н., ПТСР у жінок, що стали жертвами сексуального насилля,

пов'язаний з психосоматичними симптомами, до яких відносяться: неможливість стояти рівно та спокійно, без перекачування зі сторони в сторону чи інших мимовільних рухів, що слугують засобом заспокоєння внутрішньої тривоги; проблеми з поставою; стримування голосу, що виникає в результаті внутрішньої напруги; відчуття втрати балансу під час ходьби чи в стоячому положенні; частий дзвін у вухах; конверсійне порушення ходи, що проявляється у відчутті «заплітання ніг» без жодних фізичних вад при цьому; нудота, особливо в ранні години. Науковець стверджує, що переживання неврологічних проблем жінками, що стали жертвами сексуального насилля не пояснюється жодними фізичними аспектами, а скоріше тим, що «мозок зґвалтованої жінки змінюється назавжди» (Wolf, 2023).

Особливу увагу в контексті переживання жертвами зґвалтування симптомів ПТСР варто звернути на конверсійні порушення, що передбачає переживання жінками реальних симптомів захворювання без явних фізичних причин для цього. Н. Вульф заявляє, що жительниці С'єра-Леона, що неодноразово ставали жертвами зґвалтування, поруч з рештою симптомів ПТСР почували себе наступним чином: «хтось щось робить з чийось тілом, але це не моє тіло». Доктор пояснює, що такий захисний механізм може залишитися з жінкою на все життя, навіть після значного періоду та по факту проходження терапії (Wolf (2023)).

Безліч жертв сексуального насилля стверджували, що відчували себе «відділеними» від власного тіла в той час, як їх гвалтували і вони не мали змоги чинити супротив, особливо якщо це сталося з ними в дитинстві. Оскільки у зґвалтованих жінок часто спостерігається притуплення реакції «бий або біжи», для них характерне придушення гніву, що в результаті призводить до розвитку депресивних симптомів.

Дослідження Ж. Кізилан було спрямоване на те, аби дослідити поширеність та природу симптомів ПТСР серед жінок, які пережили зґвалтування під час війни в Іраку впродовж 2003-2011 років. Дослідження включало 296 жінок, кожна з

яких була зґвалтована неодноразово за час війни. Серед жінок, що були зґвалтовані більше 20 разів, 57% характеризувалися симптомами посттравматичного стресового розладу, менше 20 разів – 41%, і менше 10 разів – 39% відповідно. Дослідники встановили емпірично, що зґвалтування під час війни спричинило у жінок глибокі наслідки для психічного здоров'я відразу після травматичної події та по проходженні певного часу (Kizilhan (2018)).

Порджес С. вказує на специфіку впливу соціального, культурного та релігійного середовища та сімейного виховання на психологічну реакцію жінок на зґвалтування. У традиційному патріархальному суспільстві, як, наприклад, в Іраку та Сирії, жертви відмовляються говорити про зґвалтування і тим більше просити про надання психологічної допомоги. Різниця у ставленні до здоров'я та хвороби, традиційної медичної допомоги в рідній країні жертвам зґвалтування, а також ролі окремої людини та суспільства загалом – все це може відігравати важливу роль у діагностиці та терапії посттравматичного стресового розладу як відповіді на надзвичайний стрес, наприклад сексуальне насильство (Porges (2011)).

Має місце також переживання жінками, що були зґвалтовані у дитинстві:

- місофонії – спонтанної емоційної реакції на певні звуки. Тобто, у таких жінок конкретні звуки пов'язанні з насиллям, яке їм довелося пережити, та спричиняє нестерпний душевний біль та бажання припинити його;

- експресивної афазії – в стресових ситуаціях зґвалтовані в дитинстві жінки можуть втрачати голос, тобто повертатися на довербальний етап розвитку (якщо вони були зґвалтовані у досить ранньому віці). Коли стресова ситуація минає, голос повертається (Petrak, & Campbell (1999)).

Цікавим є дослідження А. Мюллер щодо активного опору жертви під час зґвалтування. Його дослідження показало, що, як і тварини, люди в ситуації надзвичайної загрози можуть відреагувати станом мимовільного, тимчасового рухового гальмування, відомим як тонічна нерухомість. Метою цього дослідження була оцінка ризику виникнення тонічної

нерухомості у жертви під час зґвалтування та ризику виникнення в подальшому посттравматичного стресового розладу. Методом оцінки стала «Шкала тонічної нерухомості», яку було проведено на 298 жінок, які відвідали клініку невідкладної допомоги для зґвалтованих жінок протягом 1 місяця після сексуального насильства (Möller, & Söndergaard (2017).

70% зґвалтованих жінок повідомили про значний рівень тонічної нерухомості, в той час як 30% - про високий рівень тонічної нерухомості під час нападу гвалтівника. Тонічна нерухомість була пов'язана дослідниками з розвитком посттравматичного стресового розладу протягом наступних 6 місяців після зґвалтування, рівень кореляції становив 0,001 (Möller, & Söndergaard (2017).

Л. Джеймс, авторка дослідження в рамках організації «Майбутнє без насилля», встановила, що в результаті переживання жертвами зґвалтування симптомів ПТСР, можливий розвиток наступних захворювань: астма, діабет, синдром подразненого кишечника, головні болі, хронічні болі, порушення сну, а також досить часто зустрічаються порушення психіки.

Підсумовуючи вищезазначене, наголосимо, що у жінок з порушеннями роботи мозку в результаті розвитку ПТСР після пережитого зґвалтування, порушуються ті системи, що контролюють реакції на стрес.

Психологічними наслідками пережитого жінками в дитячому віці зґвалтування є: страх в незнайомих ситуаціях; реакція на стрес є набагато більш вираженою, ніж у жінок, що не переживали насилля; відрізка до близьких стосунків; емоційна холодність до друзів, партнерів, членів родини тощо; відчуття власної зіпсованості та безнадійності; безпідставні неспокій та тривога навіть після значного терміну реабілітації (Rellini, & Meston (2011).

Згідно К. Кент 80% жертв сексуального насилля, що було перенесене в дитячому віці, переживають труднощі у побудові взаємовідносин у дорослому віці (Kent (2011). М. Баттенхейм та А. Левендовські стверджують, що одним з наслідків пережитого сексуального насилля є

утворення шлюбів без практикування сексуальних відносин, оскільки інтимна близькість лякає таких жінок та виступає в ролі тригера травматичних подій (Buttenheim, & Levendosky (1994).

Дослідження Дж. Петрак було орієнтоване на аналіз психологічної симптоматики, включаючи посттравматичний стресовий розлад, у 19 жінок, які відвідували спеціалізовану службу сексуального насильства в клініці сечостатевої медицини (GUM). Жінок опитували протягом одного року після зґвалтування за допомогою стандартизованих анкет щодо посттравматичних стресових розладів та інших психологічних симптомів. Сімнадцять (89,5%) із 19 жінок відповідали всім критеріям діагнозу посттравматичного стресового розладу. Серед іншої психологічної симптоматики переважала тривожність та суїцидальні нахили. Виявлений дослідницею високий рівень психологічної травми свідчить про те, що клініки сечостатевої медицини, які надають медичну допомогу жертвам сексуального насильства, потребують наявності в штаті спеціалістів із психічного здоров'я, що складала б структуру психологічної служби конкретно медичного закладу (Petrak, & Campbell (1999).

Варто зазначити, що на сьогоднішній день існує досить мала кількість авторитетних досліджень про вплив ПТСР в результаті зґвалтування на взаємовідносини з оточуючими людьми. М. Баттенхейм зазначає, що «деякі психологічні практики розроблені для пар, в яких є проблеми з посттравматичним стресовим розладом партнерки, не дивлячись на негативний вплив ПТСР на стосунки жінок з оточуючими...» (Buttenheim, & Levendosky (1994, 410). Тому доречним є розвиток практики допомоги жертвам зґвалтування, що передбачало б психоконсультації спеціалістів, що спеціалізувалися б на лікуванні ПТСР та поведінкових порушень. Прикладом практики надання допомоги жертвам зґвалтування із симптомами ПТСР є Нью-Йоркська лікарня Бельв'ю, в рамках якої учасникам допомагають відновити нормальну роботу мозку та подолати психосоматичні прояви. Програма

передбачає кризове втручання, психодіагностику, психоедукацію, консультування, психотерапію, групи підтримки, а також напрямки для отримання додаткових ресурсів жертвам сексуального насильства для повноцінного відновлення важливих для життя ментальних функцій (Victim Services Program (2024).

Висновки. В результаті теоретичного аналізу психологічних досліджень проблеми ПТСР в жінок в результаті зґвалтування було встановлено, що наслідки цієї травматичної події можуть довгий час бути наявні в житті особистості в латентній формі та не усвідомлюватися нею само, особливо якщо не було звернення за медико-психологічною допомогою. Жінка, яка має ПТСР внаслідок сексуального насильства, переживає порушення в більшості сфер свого життя, внаслідок чого його якість знижується. Більшість проаналізованих досліджень ґрунтуються на вивченні специфіки перебігу та психологічних наслідків для жінки симптомів ПТСР, однак бракує досліджень, спрямованих на обґрунтування та

впровадження психотерапевтичних інтервенцій на комплексному рівні щодо подолання наслідків сексуального насильства у жінок під час війни. Психотерапевтична робота із жінками, що мають посттравматичний стресовий розлад в результаті сексуального насильства, передбачає тривалу реабілітацію. Така робота вимагає впровадження системи заходів, що спрямовані на покращення психічного, психологічного, емоційного, поведінкового стану жінки, що переживає симптоми ПТСР.

Перспектива подальших досліджень полягає у розробці діагностичних і терапевтичних програм для усунення у жінок психологічних наслідків зґвалтування під час війни. Початковим кроком на цьому шляху є визначення ступеня розладу, особливостей його перебігу, індивідуальних особливостей жінки тощо. Це дає змогу створити індивідуальну реабілітаційну програму, що на основі врахування всіх вищезазначених критеріїв, визначає оптимальні етапи та кроки для усунення проявів ПТСР у жінок, які пережили зґвалтування.

Список використаних джерел

1. Бакка, Ю. (2022). Посттравматичний стресовий розлад та його вплив на особистість після війни. Освіта і виховання в умовах війни, 1, 129-132.
2. Бондарук, О. (2018). Психологічні особливості посттравматичного стресового розладу як комплексу реакцій людини на травмуючу ситуацію. Віртус, 26, 43-47.
3. Barnes, M. F. Strategies for addressing childhood sexual abuse in the hope approach. Regent University Hope Research Study. DOI: www.regent.edu/acad/schlou/research/initiatives.htm#hope.
4. Burge, S. K. (1988). Post-traumatic stress disorder in victims of rape. Journal of Traumatic Stress. (pp. 193-210).
5. Bуттенгейм, М., Левендоскі, А. А. (1994). Couples treatment for incest survivors, Psychotherapy vol. 31, 407-414.
6. Gettleman, J. (2011). Congo Study Sets Estimate for Rapes Much Higher. New York Times, May 11.. DOI: www.NYTimes.com/2011/05/12/world/Africa/12congo.html
7. Hogg, J. (2011) 20,000-plus women raped in Congo yearly: study. Reuters, May 11. DOI: www.reuters.com/article/2011/05/11/US_congo_rape_iDU5TRE74A79y20110511
8. Epstein, J. N., Saunders, B. E. (1998). PTSD as a mediator between childhood rape and alcohol use in adult women. Child abuse & neglect, 22(3), 223-234.
9. James L. Futures Without Violence. DOI: <https://www.futureswithoutviolence.org/lisa-james-2/>
10. Kizilhan, J. I. (2018). PTSD of rape after IS ("Islamic State") captivity. Archives of women's mental health, 21(5), 517-524. DOI: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00737-018-0824-3>
11. Kent, K. (2011). Wild Feminine: Finding Power, Spirit & Joy in the female body. New York: Atria Books, 51-65.
12. Möller, A., Söndergaard, H. P., Helström, L. (2017). Tonic immobility during sexual assault—a common reaction predicting post-traumatic stress disorder and severe depression. Acta obstetricia et gynecologica Scandinavica, 96(8), 932-938. DOI: <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/aogs.13174>
13. Paul, L.A, Walsh, K, McCauley, J.L, Ruggiero, K.J. (2013) College women's experiences with rape disclosure: a national study. Violence Against Women 19(4):486-502. DOI: <https://doi.org/10.1177/1077801213487746>

14. Petrak, J. A., Campbell, E. A. (1999). Post-traumatic stress disorder in female survivors of rape attending a genitourinary medicine clinic: a pilot study. *International journal of STD & AIDS*, 10(8), 531-535. DOI: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/095646249901000807>
15. Porges, S. (2011). *The Polyvagal Theory: Neuropsychological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-Regulation*. New York: W. W. Norton.
16. RAINN: <https://rainn.org/statistics>
17. Rellini, A., Meston, C. (2011). Psychophysiological arousal in women with a history of child sexual abuse. *Journal of Sex and Marital Therapy* 32, 5–22.
18. Shipherd, J. C., Beck, J. G. The effects of suppressing trauma-related thoughts on women with rape-related posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and therapy*, 37(2), 1999. P. 99-112. DOI: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796798001363>
19. *Victim Services Program*. DOI: <https://www.nychealthandhospitals.org/bellevue/services/victim-services-program/>
20. Wolf, N. (2023). *Vagina: A New Biography*..

References

1. Bakka, Yu. (2022). Posttravmatychnyi stresovyi rozlad ta yoho vplyv na osobystist pislia viiny. [Post-traumatic stress disorder and its impact on personality after the war] *Osvita i vykhovannia v umovakh viiny*, 1, 129-132.
2. Bondaruk, O. (2018). Psykholohichni osoblyvosti posttravmatychnoho stresovoho rozladu yak kompleksu reaktsii liudyny na travmuiuchu sytuatsiiu. [Psychological features of post-traumatic stress disorder as a complex of human reactions to a traumatic situation.] *Virtus*, 26, 43-47.
3. Barnes, M. F. Strategies for addressing childhood sexual abuse in the hope approach. Regent University Hope Research Study. DOI: www.regent.edu/acad/schlou/research/initiatives.htm#hope.
4. Burge, S. K. (1988). Post-traumatic stress disorder in victims of rape. *Journal of Traumatic Stress*. (pp. 193-210).
5. Buttenheim, M., Levendosky, A. A. (1994). Couples treatment for incest survivors, *Psychotherapy* vol. 31, 407–414.
6. Gettleman, J. (2011). Congo Study Sets Estimate for Rapes Much Higher. *New York Times*, May 11.. DOI: www.NYTimes.com/2011/05/12/world/Africa/12congo.html
7. Hogg, J. (2011) 20,000-plus women raped in Congo yearly: study. *Reuters*, May 11. DOI: www.reuters.com/article/2011/05/11/US-congo-rape_iDU5TRE74A79y20110511
8. Epstein, J. N., Saunders, B. E. (1998). PTSD as a mediator between childhood rape and alcohol use in adult women. *Child abuse & neglect*, 22(3), 223-234.
9. James L. *Futures Without Violence*. DOI: <https://www.futureswithoutviolence.org/lisa-james-2/>
10. Kizilhan, J. I. (2018). PTSD of rape after IS (“Islamic State”) captivity. *Archives of women's mental health*, 21(5), 517-524. DOI: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00737-018-0824-3>
11. Kent, K. (2011). *Wild Feminine: Finding Power, Spirit & Joy in the female body*. New York: Atria Books, 51–65.
12. Möller, A., Söndergaard, H. P., Helström, L. (2017). Tonic immobility during sexual assault—a common reaction predicting post-traumatic stress disorder and severe depression. *Acta obstetricia et gynecologica Scandinavica*, 96(8), 932-938. DOI: <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/aogs.13174>
13. Paul, L.A, Walsh, K, McCauley, J.L, Ruggiero, K.J. (2013) College women’s experiences with rape disclosure: a national study. *Violence Against Women* 19(4):486–502. DOI: <https://doi.org/10.1177/1077801213487746>
14. Petrak, J. A., Campbell, E. A. (1999). Post-traumatic stress disorder in female survivors of rape attending a genitourinary medicine clinic: a pilot study. *International journal of STD & AIDS*, 10(8), 531-535. DOI: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/095646249901000807>
15. Porges, S. (2011). *The Polyvagal Theory: Neuropsychological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-Regulation*. New York: W. W. Norton.
16. RAINN: <https://rainn.org/statistics>
17. Rellini, A., Meston, C. (2011). Psychophysiological arousal in women with a history of child sexual abuse. *Journal of Sex and Marital Therapy* 32, 5–22.
18. Shipherd, J. C., Beck, J. G. The effects of suppressing trauma-related thoughts on women with rape-related posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and therapy*, 37(2), 1999. P. 99-112. DOI: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796798001363>

19. [Victim Services Program. DOI: https://www.nychealthandhospitals.org/bellevue/services/victim-services-program/](https://www.nychealthandhospitals.org/bellevue/services/victim-services-program/)
20. Wolf, N. (2023). *Vagina: A New Biography*.

Summary

POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER IN WOMEN WHO SURVIVED SEXUAL VIOLENCE DURING THE WAR

Zhuravlyova L. V. 1st year master's student, Faculty
of Psychology institute of postgraduate education
Taras Shevchenko National University of Kyiv

Under the conditions of martial law in Ukrainian society, the problem of sexual violence against women has become actualized, as a result of which the victims develop post-traumatic stress disorder, which makes it impossible for women to function healthy in many spheres of life. Unfortunately, statistics indicate that the consequences of sexual violence leave an irreparable mark, in particular, if the woman was not provided with timely psychological help. That is, there is a risk that a person who has received psychological trauma may feel its consequences for a long period, and possibly even for a lifetime. In this context, studies of the specifics of the occurrence and manifestation of PTSD in victims of violence are gaining special relevance. Therefore, the purpose of the study is to consider the mechanisms of formation and features of the course of PTSD in women who have become victims of sexual violence.

The vast majority of domestic research focused on post-traumatic stress disorder as one of the possible psychological consequences of victims of natural disasters (floods, earthquakes, etc.) or experienced war. However, today it is difficult to ignore the fact that sexual violence is recorded more and more often, especially in the conditions of martial law in the country. A huge number of women lose their zest for life and are characterized by a lack of psychological resources after experiencing rape.

Sexual violence during the war became a tool of terror, used as a tool of control and punishment for a certain political position, disobedience or simply as a sign of aggression towards the enemy side. That is why the relevance of the study is explained by the need to delve into the topic of the formation of long-term psychological consequences in victims of sexual violence, which have a negative impact on all areas of women's lives, as well as to consider sexual violence as a factor in the development of post-traumatic stress disorder in its victims.

*The **purpose** of the study is a theoretical analysis of scientific sources regarding the mechanisms of formation and features of the course of PTSD in women who have become victims of sexual violence.*

Conclusion. *As a result of a theoretical analysis of scientific sources regarding the problem of women experiencing PTSD symptoms as a result of rape, it was established that the consequences of a traumatic event in the life of an individual can be latent for a long time and not be realized by her, especially if there was no request for medical and psychological help. A woman with PTSD experiences disturbances in most areas of her life, the quality of which decreases as a result. Most of the above-mentioned studies are based on the study of the specificity of the course and psychological consequences for women of PTSD symptoms, however, there is a lack of research aimed at the justification and implementation of psychotherapeutic interventions at a comprehensive level to overcome the consequences of sexual violence in women during war. Psychotherapeutic work with women who have post-traumatic stress disorder as a result of sexual violence involves long-term rehabilitation. Such work requires measures aimed at improving the mental, psychological, emotional, and behavioral state of a woman experiencing symptoms of post-traumatic stress disorder.*

We consider the prospect of further research in the development of diagnostic and therapeutic services to eliminate the psychological consequences of rape during the war in women. The initial step on this path is to determine the degree of the disorder, the specifics of its course, the individual characteristics of the woman, etc. This makes it possible to create an individual rehabilitation program that, based on taking into account all the above criteria, determines the optimal stages and steps to eliminate the manifestations of post-traumatic stress disorder in women who have survived rape.

Keywords: *sexual violence; women; post-traumatic stress disorder; rape; war.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 08.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 10.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОДОЛАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ
ПСИХІЧНОЇ ТРАВМИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Іванова Н. Г. доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри професійної психології

*Навчально-наукового гуманітарного інституту
Національної академії СБУ*

<https://orcid.org/0000-0002-6108-4725>

Ваврик Л. В. кандидат психологічних наук,
доцент кафедри професійної психології

*Навчально-наукового гуманітарного інституту
Національної академії СБУ*

<https://orcid.org/0000-0002-0175-1880>

У статті акцентується увага на тому, що психічна травма є деструктивним особистісним утворенням, що формується як емоційна відповідь на травматичні події та може виявлятися в певних порушеннях когнітивної, мотиваційної та емоційно-вольової сфер, системи комунікації та поведінки. Виокремлюються способи зменшення виявів у військовослужбовців посттравматичних стресових розладів, поради з покращення психоемоційного стану та деякі дієві прийоми самомотивування.

Ключові слова: стресова подія; травматична подія; психічна травма; посттравматичні стресові розлади; гостра реакція на стрес; самомотивація.

Вступ. Актуальність проблеми збереження психічного й фізичного здоров'я українців зумовлена реаліями сьогодення. В умовах війни люди зазнають значного психологічного стресу та травматичних переживань, а тому надання своєчасної та ефективної психологічної допомоги є необхідним для подальшої успішної реабілітації постраждалих. Під час війни важливо не просто вижити, а й зберегти своє психічне (ментальне) здоров'я, що дасть змогу в подальшому актуалізувати життєво важливі мотиви, щоб знову якісно функціонувати в соціумі, ефективно працювати й робити свій внесок у відновлення й розвиток України.

Психогенні впливи, котрі проявляються у процесі життєдіяльності особи в умовах війни, спроможні зруйнувати і психічне, і соматичне здоров'я. Водночас потрібно враховувати, що негативні реакції організму на такі впливи можуть виявитися як безпосередньо під час перебування в екстремальних умовах чи одразу після цього, так і через декілька годин, днів або навіть місяців. Інтенсивність зазначених психогенних впливів, зокрема в ситуаціях, пов'язаних із загрозою життю, втратою рідної чи близької людини, буває настільки сильною, що індивідуально-психологічні особливості особи й попередній життєвий досвід вже не відіграють вирішальної ролі в формуванні посттравматичних стресових розладів.

В Україні наразі постійно збільшується кількість військовослужбовців, які гостро потребують психологічної допомоги щодо підвищення власної резильєнтності, прагнучи нейтралізувати чи принаймні послабити дію стресових чинників воєнного часу. Варто констатувати, що в багатьох військовослужбовців є запит на психологічну допомогу у зв'язку з травматичними переживаннями та посттравматичними симптомами. Це зумовлює актуальність проблематики щодо виокремлення психологічних аспектів подолання військовослужбовцями психічної травми в умовах війни.

Метою статті є характеристика пріоритетних психологічних аспектів подолання військовослужбовцями наслідків впливу психічної травми під час виконання ними професійних завдань в зоні бойових дій.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз сучасних наукових розвідок щодо вивчення різноманітних аспектів подолання психічної травми свідчить про посилену увагу вітчизняних дослідників до анонсованої проблематики. Досить ґрунтовними та практично зорієнтованими видаються ті напрацювання, які одноосібно та авторськими колективами здійснили Т. Карамушка (2023), В. Круз (2024), О. Кокун (2023), Т. Лейн (2022), І. Литвинова (2023), Н. Макієнко (2023), В. Мішиєв (2022), Б. Михайлов (2022) та ін.

Активний інтерес вітчизняних науковців та практиків до виявлення та подолання наслідків психотравми в умовах війни спонукає до розробки теоретичного підґрунтя та дієвого комплексу сучасних психотехнік, адаптованих до використання в сучасному соціумі.

Методи дослідження. У межах реалізації визначеної мети використано сформований комплекс взаємопов'язаних методів дослідження, а саме: наукового аналізу, систематизації, моделювання перспектив, оцінювання узагальнення та інтерпретація концептуальних положень.

Результати та обговорення. Об'єктивність та якість дослідження проблематики, насамперед, детермінується чіткістю визначення ключових понять. Тож, у межах вказаної проблематики необхідно визначитись з понятійним апаратом основних і супутніх понять, що розкривають психологічний зміст психічної травми.

Всебічний аналіз наукових підходів до трактування понять та змісту психогенних впливів на особистість дав змогу констатувати, що психічна травма є деструктивним особистісним утворенням, що формується як своєрідна емоційна відповідь на жакливі стресові/травмівні події та може виявлятися в певних порушеннях когнітивної, мотиваційної та емоційно-вольової сфер, системи комунікації та стандартної поведінки. Необхідно розуміти, що це є своєрідний суб'єктивний досвід, котрий формується в особистості під впливом конкретної події та змінює особливості функціонування всіх її сфер. Тобто люди, які пережили однакові стресові/травмівні події, можуть мати різний рівень вияву травмівних реакцій.

До того ж, психічна травма може виникати як наслідок впливу на людину стресової чи травмівної події (Іванова, 2023):

- стресова подія – психічно напружена ситуація, що викликає високий рівень психоемоційної напруги та характеризується інтенсивною дією певних зовнішніх подразників та може спричинити специфічну реакцію організму; змінює звичайний життєвий устрій та вимагає актуалізації адаптивних можливостей (зокрема, під час евакуації);

- травмівна подія – комплекс психічно напружених ситуацій, що виходить за межі наявного у людини досвіду та спричиняють

небезпеку для її здоров'я чи життя, а також є загрозливими для рідних/близьких (наприклад, бомбардування).

Разом з тим, психічну травму як можливу реакцію на травмівну подію розглядають як явище, котре має характер своєрідного патогенного емоційного впливу на людину, та є нестерпним в психічному сенсі, що за умови недостатньої кількості чи відсутності сформованих захисних психологічних механізмів, зокрема може призвести до гострих стресових чи посттравматичних стресових розладів тощо. Гостру реакцію на стрес розглядають як тимчасовий розлад, котрий розвивається в особи без інших будь-яких виявів психічних розладів як відповідь на наявний незвичайний фізичний чи психічний стрес та зазвичай може зникнути через декілька годин чи днів (МКХ-10 (F43.0)); нормальна відповідь на стресову подію (МКХ-11 (QE84)).

Під час гострої реакції на стрес можемо спостерігати, зокрема: галюцинації та марення, апатію, ступор, агресію, рухове збудження, страх, нервову тремтіння, істерика, плач. Вказані реакції впливають і на поведінку людини, що зокрема може супроводжуватися:

- різкими перепадами емоцій, переживанням полярних/протилежних емоційних станів;
- нестабільним психоемоційним станом та роздратованістю, викликану відсутністю певної інформації;
- усамітненням, замкнутістю чи, навпаки, злістю;
- демонстрацією недовіри до близького оточення;
- агресивним сприйняттям певних реалій тощо.

Психогенні впливи, що можуть виявлятися під час екстремальної діяльності, нерідко за своєю інтенсивністю є неочікуваними. Вони руйнують психічне та соматичне здоров'я. До того ж, такі впливи можуть виявлятися у період знаходження в екстремальних умовах або після – через певний період часу. Так, зокрема, афективно-шокові реакції можуть виникати під час раптового потрясіння через загрозу для життя. Зазвичай вони нетривалі (від 15–20 хвилин до декількох годин чи діб). Виявляються у двох формах: психогенного збудження та психогенного ступору. Під час пом'якшення,

або зникнення стресової ситуації симптоми слабшають протягом 8 годин, а у процесі збереження стресу – протягом 48–72 годин (Мішиєв, 2022).

Водночас, із урахуванням особливостей сучасного перебігу воєнних подій, змінюються й інтерпретаційний контекст посттравматичних стресових розладів (далі – ПТСР). Так, у 10-му перегляді відомої Міжнародної статистичної класифікації хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (далі – МКХ-10) ПТСР визначали як відстрочену або затяжну реакцію на стресогенну подію або ситуацію, що має винятково загрозливий чи катастрофічний характер та може зумовити дистрес в будь-кого (кодувався – F43.1).

А вже в 11-му перегляді Міжнародної статистичної класифікації хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (далі – МКХ-11) відбулося розмежування на ПТСР (код 6B40) та Комплексний ПТСР (код 6B41) (Мішиєв, 2023).

Там вказується, що посттравматичний стресовий розлад (ПТСР/ F43.1 / 6B40) – це розлад, який може розвиватись у результаті впливу надзвичайно загрозливої чи жахливої події / серії подій та характеризується низкою ознак, а саме: повторне переживання травматичної події, уникнення нагадувань про подію, постійне сприйняття підвищеної загрози в поточний момент.

Зазначені симптоми зберігаються кілька тижнів і призводять до значного погіршення в таких функціональних сферах, як особиста, сімейна, соціальна, освітня, професійна та ін.

Комплексний посттравматичний стресовий розлад (КПТСР / 6B41) – це розлад, який може розвинути після впливу події або серії подій надзвичайно загрозливих або жахливих. Найчастіше це тривалі або повторювані події, які важко або неможливо уникнути (наприклад: тортури, рабство, тривале насильство в сім'ї).

Крім того, КПТСР поєднує симптоми ПТСР та характеризується такими важкими і стійкими виявами, як:

- 1) проблеми в регулюванні афекту;
- 2) пов'язані зі стресовим впливом стійкі уявлення про себе як про приниженого, роздавленого або нікчемного людину, що супроводжуються почуттями сорому, провини або поразки;
- 3) труднощі в підтримці стосунків та у

переживанні почуття близькості до інших людей.

Ці симптоми викликають значні порушення в особистій, сімейній, соціальній, навчальній, професійній чи інших важливих сферах функціонування.

До того ж, слід звернути увагу, що існує й виділення кількох типів вияву ПТСР, а саме:

1. Тривожний тип (вирізняється високим рівнем немотивованої тривожності з переживанням особистістю мимовільних й нав'язливих спогадів).

2. Астенічний тип (домінування почуття млявості й слабкості, схильність до частого аналізу минулих подій).

3. Дисфоричний тип (часті зниження настрою, постійне переживання внутрішнього невдоволення, роздратування на тлі пригніченого й похмурого настрою, який може бути досить тривалим).

4. Соматоформний тип (супроводжується сильними соматичними розладами із локалізацією тілесних неприємних відчуттів біля серця, в шлунково-кишковому тракті, в голові).

До психологічних ознак посттравматичних стресових розладів належать, зокрема такі:

- вибухова реакція;
- певна підозрілість;
- активна немотивована пильність;
- агресивність;
- притуплення деяких емоцій;
- певні порушення пам'яті;
- зниження рівня концентрації уваги;
- тривожність;
- депресія;
- прояви нападів люті;
- безсоння;
- схильність до зловживання наркотичними і лікарськими речовинами;
- думки про самогубство;
- непрошені спогади (флешбеки);
- так звана провина за те, що вижив тощо.

Вияв зазначених ознак ПТСР посилюється труднощами адаптації військовослужбовців до мирного співіснування.

Під час роботи з військовослужбовцями, які зазнали поранення чи ампутації, треба пам'ятати, що їхні спалахи гніву чи люті не виникають нізвідки. Усе це наслідки

пережитої травмивної події. Потрібно також пам'ятати, що у військовослужбовців, які мали бойовий досвід, можуть відтворюватися «сюжети з минулого» – сильні переживання, що не пов'язані з сьогоденням. Це може виявлятися через певну «бойову» агресивність військового в мирній життєвій ситуації.

Загалом виокремлюють певні групи психологічних ознак посттравматичних стресових розладів, а саме:

- повторне переживання травмивних подій;
- намагання уникнути тих переживань, котрі нагадують певні травмивні події;
- наявність неадекватності реакцій під час взаємодії з тими, хто оточує.

Наразі виокремлені дієві способи для зменшення виявів зазначених груп психічних ознак, але, насамперед, військовому слід пояснити, що їх треба контролювати. Це можна зробити за рахунок опанування знаннями щодо:

- особливостей виявлення маркерів стресу та прийомів їх подолання;
- методів зниження стресових реакцій;
- виявлення перших же ознак впливу стресу та актуалізації прийомів їх нейтралізації;
- психологічних прийомів блокування негативних спогадів, їх пропрацювання та розвитку здатності зосереджуватись на актуальних подіях;
- формування та розвитку навичок віднаходити сенси жити за будь-яких складних і нестерпних обставин та спогадів.

Покращення власного психоемоційного стану військовослужбовця після пережитих стресових подій суттєво залежить від наявності у нього потенціалу, який має розвиватися у межах психологічної підготовки до перебування в екстремальних умовах, реадaptaції до мирного життя та розвитку психологічної готовності до успішного виконання професійних завдань під час війни й подальшого подолання наслідків її впливу на функціонування у мирному житті.

Важливо й знати психологічні особливості формування взаємин у сім'ях після повернення одного з членів родини, який брав участь у бойових діях. Так, у сім'ях військовослужбовців, які повернулися, досить

часто трапляється, що чоловік та дружина певною мірою віддаляються один від одного, оскільки можуть не розуміти хвилювань один одного і не можуть спілкуватися, як раніше. Коли чоловік повертається додому, а всі його думки про виконання складних завдань, а про це, він говорити з родиною не може, тому інтенсивність родинного спілкування стає меншою. Якщо розглянути ситуацію з точки зору дружини, то вона зазвичай хоче, щоб життя було таке, як і раніше й щоб чоловік поділяв з нею всі сімейні проблеми та допомагав їх вирішувати. Подружжя починає уникати розмов, чоловік і дружина віддаляються один від одного.

У зв'язку із зазначеним, актуальності набувають деякі поради для подружжя, щоб зберегти конструктивність взаємин, а саме:

- необхідно усвідомити, що травмивні події змінюють людей і не варто чекати, що все буде як і раніше,
- не наполягати на тому, щоб чоловік постійно розповідав, зокрема про те, як саме він воював чи перебував у полоні;
- слід із розумінням та підтримкою ставитися один до одного;
- не дорікати за нові вади в поведінці, а намагатися коректно допомогти їх подолати;
- спільно займатися (по можливості) вирішенням сімейних проблем;
- разом займатися вихованням дітей та більше часу проводити у родинному колі;
- організовувати спільні прогулянки, зайняття спортом, сімейні свята тощо;
- заохочувати до спільних справ та підкреслювати роль батька в родині;
- за необхідності звертатися за допомогою до психолога разом.

Важливість сенсу реадaptaції, насамперед, починається із самовідновлення. Тож, стануть в пригоді й поради з покращення власного психоемоційного стану, зокрема:

- треба прийняти реальність та не слід себе постійно дорікати за те, що вже відбулося, а треба думати як і заради чого чи кого жити далі;
- не варто постійно згадувати що було та обмірковувати можливі наслідки варіативності власних дій;
- слід подумати, які для вас самі важливі перспективні мотиви та спрогнозувати шляхи їх реалізації;
- треба думати не тільки за себе, а й за своїх рідних та близьких і розуміти, що вони

дуже за вас хвилюються і потребують вашої допомоги чи підтримки;

- слід опанувати власні тривоги та страхи;

- нічого не вчиняйте з опалу, намагайтесь відкинути емоції та спокійно проаналізувати ситуацію;

- варто зорієнтуватися на конструктивних думках і діях, блокуючи вияви зневіри й безпорадності;

- «не викидайте» свої негативні емоції на дітей і тих, хто оточує вас: це призведе до ще більших хвилювань та докорів сумління;

- намагайтесь не втрачати критичності мислення та вірити, що впораєтесь з будь-якими труднощами;

До того ж, для збільшення опору факторам стресу на формуванню стресостійкості варто знайти для себе сенс у будь-яких діях та визначити пріоритетні мотиви. Коли людина знаходить сенс свого життя, тільки тоді може здолати будь-які труднощі. А якщо немає перспективної мети та мотивації, то це зумовлює безпорадність.

Важливого значення набуває самомотивування. Його розглядають як власний вплив на формування в себе нових та актуалізацію наявних необхідних мотивів для успішних дій та підтримання належного психоемоційного стану.

Доречними будуть і наведенні нижче дієві прийоми самомотивування, зокрема такі:

- ✓ «хто як не я» (розуміння того, що не потрібно перекладати обов'язки на інших);

- ✓ «мої актуальні мотиви» (виокремлення 3–5 своїх мотивів, що спонукають успішно працювати);

- ✓ «я все здолаю» (переконання себе в тому, що власний страх і хвилювання не

допоможуть, а тільки будуть відволікати та впливати на формування негативних емоцій);

- ✓ «моя місія» (розуміння власної ролі та професійних можливостей задля перемоги);

- ✓ «я – приклад» (гордість дітей та родини за те, що ви виконуєте складну роботу із забезпечення державної безпеки);

- ✓ «моє майбутнє» (визначення важливої перспективної мети й мотивів у мирному житті та продумування шляхів їхньої реалізації після війни).

Висновки. Виокремлені та охарактеризовані вище психологічні аспекти подолання психічної травми покликані сприяти оптимізації психологічного супроводження збереження психічного життя в умовах війни шляхом комплексного використання сучасних психотехнік, зорієнтованих на подолання наслідків психотравми у військовослужбовців, які виконували професійні завдання в межах територій, де ведуться активні бойові дії. Зазначене посприє запобіганню розвитку у військовослужбовців посттравматичних стресових розладів, оптимізації їх психічних станів, відновленню оптимальної працездатності та конструктивної взаємодії з оточенням.

Використання пропонованих підходів дасть змогу організувати надання належної психологічної допомоги та психологічної підтримки зазначеній категорії осіб та їх родинам, навчаючи водночас ефективним методам саморегуляції та керування стресом. Все це сприятиме швидшому відновленню та покращенню якості життя й ефективності професійної діяльності військовослужбовців, які зазнали психотравм, спричинених реаліями війни.

Список використаних джерел

1. Іванова Н. Г., Верещук І. А., Андрусишин Ю. І. та ін. (2023). Психологічні аспекти комунікативної взаємодії з населенням на деокупованих територіях України : практичний посібник / Київ : НА СБУ.
2. Карамушка Т. В., Полівко Л. Ю., Вісіч О. Ю. та ін. (2023). Психологічний супровід незламних: методичні рекомендації по роботі з військовослужбовцями, які зазнали ампутації внаслідок бойових дій. Київ-Львів: Видавець Вікторія Кундельська.
3. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Олійник В. О., Хоружий С. М., Ларіонов С. О. & Сириця М. В. (2023). Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. Київ: 7БЦ.
4. Круз В. (2024). Терапія ПТСР для військових. Як повернутися до нормального життя. Київ: Науковий світ.
5. Лейн Т. (2022). Посттравматичний стресовий розлад. Зцілення від поганих спогадів. ПТСР. Київ: Тюльпан.
6. Литвинова І., Курганська Т., Вінницька М. та ін. (2023). Травматичний досвід: техніки по роботі з цивільним населенням / Київ: 7БЦ.

7. Макієнко Н. & Гершанов О. (2023). Шлях до зцілення: основи роботи з наслідками травматичних подій / Ізраїльська Коаліція Травми. Київ.
8. Мішиєв В. Д., Михайлов Б. В., Гриневич Є. Г. & Омелянович В. Ю. (2022). Клініка, діагностика і лікування розладів психічної сфери внаслідок бойових дій: навчальний посібник. Київ: Професійні видання. Україна.
9. Мішиєв В. Д., Михайлов Б. В., Гриневич Є. Г. & Омелянович В. Ю. (2023). МКХ-11. РОЗДІЛ 06: Психічні і поведінкові розлади та порушення нейропсихічного розвитку (статистична класифікація). За заг. ред. В. Д. Мішиєва. Переклад з англійського проф. Б. В. Михайлова. Київ: МОПІОН.

References

1. Ivanova N. G., Vereshchuk I. A., Andrusyshyn Yu. I. and others. (2023). Psychological aspects of communicative interaction with the population in the de-occupied territories of Ukraine: practical advisor [Psykhologichni aspekty komunikativnoi vzaiemodii z naselenniam na deokupovanykh terytoriakh Ukrainy : praktychnyi poradnyk] / Kyiv: NA SBU. (in Ukrainian)
2. Karamushka T.V., Polivko L.Yu., Visich O.Yu and others. (2023). Psychological support of the indomitable: methodical recommendations for working with military personnel who suffered amputations as a result of hostilities [Psykhologichnyi suprovod nezlamnykh: metodychni rekomendatsii po roboti z viiskovosluzhbovtsiamy, yaki zaznaly amputatsii vnaslidok boiovykh dii]. Kyiv-Lviv: Publisher Victoria Kundelska. (in Ukrainian)
3. Kokun O.M., Pishko I.O., Lozinska N.S., Oliynyk V.O., Khoruzhiy S.M., Larionov S.O. & Syritsa M.V. (2023). Peculiarities of providing psychological assistance to military personnel, veterans and members of their families by civilian psychologists: method. manual [Osoblyvosti nadannia psykhologichnoi dopomohy viiskovosluzhbovtsiam, veteranam ta chlenam yikhnikh simei tsyvilnymy psykhologhamy : metod. posib.]. Kyiv: 7BC. (in Ukrainian)
4. Cruz V. (2024). PTSD therapy for the military. How to return to normal life [Terapiia PTSR dlia viiskovykh. Yak povernutysia do normalnoho zhyttia]. Kyiv: Scientific world. (in Ukrainian)
5. Lane T. (2022). Post-traumatic stress disorder. Healing from bad memories. PTSD [Posttravmatychnyi stresovy rozlad. Ztsilennia vid pohanykh spohadiv. PTSR]. Kyiv: Tulip. (in Ukrainian)
6. Litvynova I., Kurganska T., Vinitska M. and others. (2023). Traumatic experience: techniques for working with the civilian population [Travmatychnyi dosvid: tekhniki po roboti z tsyvilnym naselenniam] / Kyiv: 7BC. (in Ukrainian)
7. Makienko N. & Gershanov O. (2023). The path to healing: basics of working with the consequences of traumatic events [Shliakh do ztsilennia: osnovy roboty z naslidkamy travmatychnykh podii] / Israeli Trauma Coalition. Kyiv. (in Ukrainian)
8. V. D. Mishiyev, B. V. Mykhaylov, E. G. Hrynevych & V. Yu. Omelyanovych (2022). Clinic, diagnosis and treatment of disorders of the mental sphere due to hostilities: study guide [Klinika, diahnostyka i likuvannia rozladiv psykhichnoi sfery vnaslidok boiovykh dii: navchalnyi posibnyk]. Kyiv: Professional publications. Ukraine. (in Ukrainian)
9. V. D. Mishiyev, B. V. Mykhaylov, E. G. Hrynevych. & V. Yu. Omelyanovych (2023). MKH-11. CHAPTER 06: Mental and behavioral disorders and disorders of neuropsychological development (statistical classification) [MKKh-11. ROZDIL 06: Psykhichni i povedinkovi rozlady ta porushennia neiropsykhichnoho rozvytku (statystychna klasyfikatsiia)]. In general ed. V. D. Mishieva. Translation from English prof. B.V. Mykhailo. Kyiv: MOPION. (in Ukrainian)

Summary

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF OVERCOMING MENTAL TRAUMA BY MILITARY SERVANTS IN THE CONDITIONS OF WAR

Ivanova N. Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of Scientific Laboratory of Educational-Scientific Institute of Information Security and Strategic Communications of the National Academy of the Security Service of Ukraine

Vavryk L. Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Professional Psychology of the Educational and Scientific Humanitarian Institute of the National Academy of the Security Service of Ukraine

Introduction. *The presented article focuses on the fact that in the conditions of war, people experience significant psychological stress and traumatic experiences, and therefore the provision of timely and effective psychological assistance is necessary for the further successful rehabilitation of the victims. Psychogenic influences that manifest themselves in the course of a person's life in the conditions of war are capable of destroying both mental and somatic health. In Ukraine, the number of servicemen who urgently need*

psychological help to increase their own resilience is constantly increasing, seeking to neutralize or at least weaken the effect of wartime stress factors. It is worth stating that the request for psychological help in connection with traumatic experiences and post-traumatic symptoms is urgent. This determines the relevance of the problem of identifying the psychological aspects of military servicemen's overcoming of mental trauma in the conditions of war. The active interest of domestic scientists and practitioners in identifying and overcoming the consequences of psychotrauma in the conditions of war prompts the development of a theoretical basis and an effective complex of modern psychotechniques adapted for use in modern society.

Purpose. *It is noted that the purpose of the article is to characterize the priority psychological aspects of servicemen overcoming the effects of mental trauma during their professional tasks in the combat zone.*

Methods. *Within the framework of the implementation of the defined goal, a complex of interrelated research methods was used, namely: scientific analysis, systematization, modeling of perspectives, assessment of generalization and interpretation of conceptual provisions.*

Originality. *It is substantiated that a comprehensive analysis of scientific approaches to the interpretation of the concepts and content of psychogenic influences on the personality made it possible to state that mental trauma is a destructive personal formation that is formed as a kind of emotional response to terrible stressful / traumatic events and can be manifested in certain disorders of cognitive, motivational and emotional and volitional spheres, communication system and standard behavior.*

Types of manifestation and psychological signs of post-traumatic stress disorders are considered and analyzed.

Certain groups of psychological signs of post-traumatic stress disorders are singled out (re-experiencing traumatic events; trying to avoid those experiences that remind of certain traumatic events; presence of inadequacy of reactions during interaction with those around) and effective ways to reduce their symptoms by acquiring knowledge about: features identification of stress markers and techniques for overcoming them; methods of reducing stress reactions; detection of the first signs of stress and actualization of techniques for their neutralization; psychological methods of blocking negative memories, working through them and developing the ability to focus on current events; formation and development of skills to find meaning in living under any difficult and unbearable circumstances and memories.

Effective advice on improving one's psycho-emotional state and effective methods of self-motivation are offered.

Conclusions. *It is concluded that the psychological aspects of overcoming mental trauma identified and characterized above are intended to contribute to the optimization of psychological support for the preservation of mental life in conditions of war through the comprehensive use of modern psychotechniques aimed at overcoming the consequences of psychological trauma in servicemen who performed professional tasks within the territories where active combat operations are conducted. This will help prevent the development of post-traumatic stress disorders in servicemen, optimize their mental states, restore optimal performance and constructive interaction with the environment.*

The use of the proposed approaches will make it possible to organize the provision of appropriate psychological assistance and psychological support to the specified category of persons and their families, while teaching effective methods of self-regulation and stress management. All this will contribute to the faster recovery and improvement of the quality of life and professional efficiency of servicemen who have suffered psychological trauma caused by the realities of war.

Keywords: *stressful event; traumatic event; mental trauma; post-traumatic stress disorders; acute reaction to stress; self motivation.*

Концептуалізація – Іванова Н. Г.

Методика – Ваврик Л. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 03.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 05.11.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС ЯК ІНТЕГРАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕСІОНАЛА

Кобець О. В. доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології, Уманський державний
педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0002-9096-6313>

Вахоцька І. О. кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, Уманський державний
педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0002-1611-4059>

У статті розглядається поняття «особистісний ресурс», який з позиції ресурсного підходу у сучасній психології представлений як необхідна складова, що забезпечує особистості можливість долати важкі життєві ситуації. Представлено аналіз й інших підходів у розумінні досліджуваного феномена, виокремлено види ресурсів особистості, їхню роль в адаптації людини до нових ситуацій життєдіяльності. Разом із феноменом «особистісний ресурс» розглянуто такі категорії, як «особистісний потенціал» і «життєстійкість». Показано, що актуалізуються і проявляються психологічні ресурси, особистісні потенціали у взаємодії людини з життєвим середовищем.

Ключові слова: особистісний ресурс; ресурсний підхід; важкі життєві ситуації; ресурси особистості; ситуації життєдіяльності; психологічні ресурси; особистісний потенціал; життєстійкість; життєве середовище.

Вступ. Розвиток суспільства загалом, і, зокрема, динамічних економічних відносин, що його супроводжують, зумовили актуалізацію найціннішого ресурсу сьогодення – людини. Показовим є той факт, що у XX столітті було присуджено дві Нобелівські премії у галузі економіки за розробку теорії особистісних ресурсів – Т.Шульцу та Г.Беккеру. Поняття «ресурс» використовується у різних дослідженнях, пов'язаних із вивченням психічної реальності. Останніми роками значного поширення у психології набув ресурсний підхід, що зародився у гуманістичній психології, у межах якого важливе місце посіло вивчення конструктивного начала особистості, що дозволяє долати важкі життєві ситуації.

Теоретичне підґрунтя. Починаючи від А.Сміта, Д.Рікардо, П.Друкера М.Армстронг, Х.Грехем, П.Сперроу, В.Трейсі, Т.Шульц розглядали різноманітні аспекти та проблеми управління особистісними ресурсами. Згідно із загальноприйнятою думкою, одним із перших термін «особистісний ресурс» використав Дж. Коммонс (Commons, 1893), але далі його не розвинув. Водночас своє сучасне трактування поняття «особистісного ресурсу» отримало у доповіді Е.Бакке (Петрова, 2013). Однак безпосередне

становлення категорії «особистісні ресурси» відбулося лише у 70 роки XX століття. Це стало можливим завдяки нагромадженню та використанню знань, що, своєю чергою, зміцнило позиції людини як носія знань і того, хто може їх виробляти та використовувати. Усе це підтверджується стрімким зростанням популярності школи «людського капіталу» Т.Шульца і Г.Беккера наприкінці 60-х років XX століття. Саме праці Т.Шульца (Shultz, 1968) і стимулювали подальший розвиток поняття «особистісні ресурси», що втілювалося у концепції управління особистісними ресурсами.

Теоретичний аналіз стану дослідженості проблеми копінг-ресурсів особистості у психології здійснював А.Беспалько (Беспалько, 2020). В.Гранд (Гранд, 2012) розглядав копінг-ресурси як чинник професійного здоров'я представників екстрених служб в аспекті психологічної ефективності збереження їхньої професійної надійності. О.Назаров, Н.Оніщенко, В.Садковий та ін. (Назаров, Оніщенко, Садковий та ін., 2008) сконцентрували свою увагу на психологічних особливостях базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України. І.Данилюк,

В.Предко і М.Бондар (Данилюк, Предко, & Бондар, 2023) вивчали особливості прояву рівня життєстійкості залежно від домінуючих копінг-стратегій особистості, Н.Каргіна (Каргіна, 2018) - ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості. В.Боснюк, В.Олефір, Л.Перелигіна (Боснюк, Олефір, Перелигіна, 2016) зосередились на вивченні інтелектуально-емоційного ресурса копінг-поведінки рятувальника, О.Сафін і І.Немінський (Сафін, Немінський, 2022) - інтелектуальному ресурсі особистості як чинник вибору нею стратегій захисно-долаючої поведінки, Н.Юр'єва і В.Пасічник (Юр'єва, Пасічник, 2017) - мотиваційних ресурсах стресостійкості військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України, а О.Зайва (Зайва, 2006) - на особливостях використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання. О.Кокун (Кокун, 2021) присвятив свою монографію психофізіологічним закономірностям життєстійкості фахівців соціономічних професій, В.Корольчук (Корольчук, 2011) - копінговим особливостям адаптивних ресурсів стресостійкості особистості, С.Кузікова, Т.Щербак (Кузікова, Щербак, 2023) - життєстійкості як адаптаційному ресурсу особистості у реальності невизначеності життя. Серед зарубіжних дослідників широко відомими є наукові праці С.Маді, Е.Фрома, С.Хобфолла та ін. (Maddi, 2001; Фром, 2010; Hobfoll, 1989 та ін.).

Мета статті - аналіз феномену особистісного ресурсу як інтегральної характеристики, що забезпечує особистості можливість ефективно долати труднощі, розв'язувати проблеми та суперечності, що виникають в процесі життєдіяльності.

Методи дослідження - контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. Незважаючи на появу терміна «особистісні ресурси» та на його активну експлуатацію, як у наукових колах, так і у практичній діяльності, єдиної думки щодо його суті так і не з'явилося. Найчастіше у наукових працях науковців різних країн використовується таке визначення

особистісних ресурсів: «це люди, які становлять робочу силу тієї чи іншої організації, бізнес-сектору або економіки». З огляду на відмінності наведених думок та з метою уточнення, слід зазначити, що трактувати термін «особистісні ресурси» винятково з позиції широкого чи вузького розуміння, а також з позиції соціально-трудової сфери, не зважаючи на суспільні процеси, є помилкою, оскільки це обмежує значущість цього поняття та не розкриває усіх його аспектів. Для кількісного дослідження визначення поняття «особистісні ресурси» доцільно застосувати контент-аналіз, який дозволяє аналізувати масив даних через систему категорій. Контент-аналіз передбачає якісний і кількісний аналіз текстових документів і полягає в обробці тексту з подальшою інтерпретацією виявлених закономірностей. Для оцінювання категорій найчастіше застосовують такий вид оцінювання, як підрахунок числа появи слів або словосполучень серед визначеного у науковій літературі переліку понять. Така частота згадування слів або словосполучень безпосередньо впливає на зміст категорії. Таким чином, для характеристики поняття «особистісні ресурси» було проаналізовано низку визначень, які згадуються у науковій літературі (табл. 1).

Звернення до праць представників психоаналітичного напрямку дозволяє виокремити підходи Е.Фромма (Фром, 2010), який описав три психологічні категорії, що позначаються як ресурси людини в подоланні важких життєвих ситуацій:

надія - те, що забезпечує готовність до зустрічі із майбутнім, саморозвиток і бачення його перспектив, що сприяє життю та зростанню;

раціональна віра - усвідомлення існування безлічі можливостей і необхідності вчасно ці можливості виявити та використати;

душевна сила (мужність) - здатність чинити опір спробам наразити на небезпеку надію і віру та зруйнувати їх, перетворивши на голий оптимізм або ірраціональну віру, «здатність сказати «ні» тоді, коли весь світ хоче почути «так».

Аналіз поняття «особистісні ресурси»

Семантика поняття	1	2	3	4	5	6	7	8	9
люди, які становлять робочу силу	+	+	+	+	+	+	+	+	
існують на рівні організації, бізнес-сектора або економіки	+	+	+	+	+	+	+	+	
є носієм сукупності трудових і не трудових вмінь		+	+	+	+	+	+	+	+
сукупність людей, які здійснюють процеси життєдіяльності	+			+					+
сукупність ресурсів на ринку праці				+	+	+	+		
поєднують у собі людський капітал, робочу силу, людський потенціал, підприємницькі здібності	+		+			+	+		
ресурси в аспекті знань, навичок і мотивації людей		+	+				+		+
сукупність соціальних, психологічних і культурних якостей співробітника			+	+	+			+	

Примітка: 1 - П.Друкер, 2 - М.Армстронг, 3 - Х.Грехем, 4 - К.Девіс, 5 - А.Пізам, 6 - П.Сперроу, 7 - У.Трейсі, 8 - Т.Шульц, 9 - С.Сардак.

У сучасній психології зміст поняття «ресурси» розроблявся у дослідженнях багатьох учених. Зокрема, О.Сорока (Сорока 2024) розглядає ресурс у межах розвитку теорії психологічного стресу. При цьому дослідник визначає ресурси у такий спосіб: вони є тими фізичними та духовними можливостями людини, мобілізація яких забезпечує виконання її програми та способи (стратегії) поведінки для запобігання або купірування стресу.

Психологічні ресурси слід уявляти як засоби до існування, можливості людей і суспільства; як усе те, що людина використовує, щоб задовольнити вимоги середовища; як життєві цінності, які утворюють реальний потенціал для подолання несприятливих життєвих подій. У дослідженнях Н.Родіної (Родіна, 2013) дано таке визначення поняттю особистісного ресурсу: це внутрішні та зовнішні перемінні, що сприяють психологічній стійкості у стресогенних ситуаціях; це емоційні, мотиваційно-вольові, когнітивні та поведінкові конструкти, що їх людина актуалізує для

адаптації до стресогенних/стресових трудових та життєвих ситуацій; це засоби (інструменти), що їх людина використовує для трансформації взаємодії зі стресогенною ситуацією.

Аналогічний підхід представлений у ресурсній концепції стресу С.Хобфолла (Hobfoll, 1989). З його т. з., особистісні ресурси представляються тим, що є значущим для людини і допомагає їй адаптуватися у складних життєвих ситуаціях. У межах ресурсного підходу розглядаються різні види ресурсів, як середовищні, так і особистісні. С.Хобфолл, проводячи аналіз цього поняття, до ресурсів зараховує: матеріальні об'єкти (дохід, дім, транспорт, одяг, об'єктні фетиші) та нематеріальні (бажання, цілі); зовнішні (соціальна підтримка, сім'я, друзі, робота, соціальний статус) і внутрішні інтраперсональні перемінні (самоповага, професійні вміння, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань тощо); психічні та фізичні стани (самоповага, професійні навички, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система

вірувань тощо); психічні та фізичні стани (самопочуття, професійні навички, самопочуття); психічні та фізичні стани; вольові, емоційні та енергетичні характеристики, які є необхідними (прямо чи опосередковано) для виживання або збереження здоров'я у скрутних життєвих ситуаціях, або слугують засобами досягнення особистісно значущих цілей.

Однією із підвалин ресурсного підходу є принцип «консервації» ресурсів, який передбачає можливість людини отримувати, зберігати, відновлювати, примножувати та перерозподіляти ресурси відповідно до власних цінностей. За допомогою такого розподілу ресурсів людина має можливість адаптуватися до варіативного ряду умов життєвого середовища. До цього слід додати й те, що у концепції С.Хобфолла втрата ресурсів розглядається як первинний механізм, що запускає стресові реакції. У тому разі, коли відбувається втрата ресурсів, інші ресурси починають виконувати функцію обмеження інструментального, психологічного та соціального впливу ситуації на психіку. Втрата внутрішніх і зовнішніх ресурсів спричиняє втрату суб'єктивного благополуччя, переживається як стан психологічного стресу, негативно позначається на стані здоров'я особистості.

У деяких дослідників під час аналізу змісту понять «ресурс», «психологічні ресурси» з'являються близькі, не завжди тотожні терміни, що значно розширюють наше уявлення про феномен, що вивчається. Так у деяких роботах з'являється поняття «особистісний адаптаційний потенціал», яке змістовно розкривається у межах концепції адаптації, де здатність до адаптації вважається як індивідною, так і особистісною властивістю людини, тому розглядає її як процес і як властивість саморегульованої системи, яка полягає у здатності пристосовуватися до зовнішніх умов, що змінюються. На думку дослідника, психологічні характеристики людини, найбільш значущі для регуляції психічної діяльності та самого процесу адаптації, становлять її особистісний адаптаційний потенціал, що включає: нервово-психічну стійкість, рівень розвитку якої забезпечує толерантність до стресу; самооцінку особистості, яка є основою саморегуляції і

впливає на ступінь адекватності сприйняття умов діяльності і власних можливостей; відчуття соціальної підтримки, яке визначає відчуття власної значимості; рівень когнітивної стійкості особистості до змін зовнішніх умов та її можливостей.

Усі описані вище визначення показують очевидність того, що різні ресурси можуть виконувати ту чи іншу роль в адаптації людини до складних ситуацій, у періоди подолання важких життєвих подій тощо. Але важливо мати цілісне уявлення про ці ресурси, щоб мати можливість їхньої активації. Так, до найбільш вивчених особистісних ресурсів відносять: активну мотивацію подолання, ставлення до стресів як до можливості набуття особистого досвіду та можливості особистісного зростання; силу Я-концепції, самоповагу, самооцінку, відчуття власної значущості, «самодостатність»; активну життєву установку; позитивність та раціональність мислення; емоційно-вольові якості; фізичні ресурси - стан здоров'я та ставлення до нього як до цінності; матеріальні ресурси - високий рівень матеріального доходу та матеріальних умов. Останнє охоплює здатність контролювати ситуацію; використання методів або способів досягнення бажаної мети; здатність до адаптації, готовність до самозміни, інтерактивні техніки зміни себе і навколишньої ситуації; здатність до когнітивної структуризації та осмислення ситуації.

Більша частина перелічених якостей характеризує психологічно здорову особистість. І, щоб зробити портрет психологічно здорової особистості повнішим, до вже названих додаються такі якості: самодостатність, інтерес людини до життя, свободу думки та ініціативу, захопленість будь-якою галуззю наукової і практичної діяльності, активність і самостійність, відповідальність і здатність до ризику, віру у себе та повагу до іншого, перебірливість у засобах досягнення мети, здатність до сильних почуттів і переживань, усвідомлення своєї індивідуальності та радісне здивування своєрідністю усього довкілля, а також здатність бути суб'єктом власного життя. Усі вони у своїй сукупності становлять той запас, резерв, ресурс, який

дозволяє особистості активно виконувати усі функції, бути суб'єктом власного життя, тобто є особистісним потенціалом. Ефекти особистісного потенціалу позначаються у психології такими поняттями як воля, сила Его, внутрішня опора, локус контролю, орієнтація на дію тощо. Найточніше змісту поняття «особистісний потенціал» відповідає введене С.Мадді поняття «життєстійкість» (*hardiness*), що визначається не як особистісна якість, а як система настанов і переконань, як базова характеристика особистості, що опосередковує вплив на її свідомість та поведінку усіляких сприятливих та несприятливих обставин, від соматичних проблем і захворювань до соціальних умов. Життєстійкість за С.Мадді (Maddi, 2001) визначається як інтегративна характеристика особистості, відповідальна за успішність подолання особистістю життєвих труднощів. Життєстійкість («*hardiness*») передбачає психологічну живучість і розширену ефективність людини, будучи показником психічного здоров'я людини.

В інтерпретації дослідника життєстійкість містить три порівняно автономні компоненти:

залученість у процес життя - переконаність у тому, що участь у тому, що відбувається, дає максимальний шанс знайти щось вартісне і цікаве для особистості. В основі залученості лежить упевненість у собі, у власних здібностях, що дозволяють їй успішно діяти у тій чи іншій ситуації (самоефективність);

упевненість у підконтрольності значущих подій власного життя і готовність їх контролювати - як переконаність у тому, що боротьба дозволяє впливати на результат того, що відбувається. На рівень контролю впливає насамперед стиль мислення (індивідуальний спосіб пояснення причин подій, що відбуваються);

прийняття виклику життя - переконаність людини у тому, що усі події, які відбуваються з нею, сприяють її розвитку за рахунок набуття досвіду. Прийняття виклику (ризик) - це ставлення людини до принципової можливості змінюватися.

Саме життєстійкість розглядається деякими дослідниками як один із ресурсів. Вивчаючи категорію «життєстійкість», С.Кузікова (Кузікова, Щербак, 2023) пропонує розглядати її не окремо, а у контексті проблеми подолання життєвих труднощів. Проблема оволодіння, поведінки, що упорається, не раз ставала об'єктом пильної уваги психологів. І деякі дослідники вважають, що в основі копінг-поведінки є життєстійкість як здатність особистості до трансформації несприятливих обставин для свого розвитку. При цьому як один із компонентів життєстійкості вона визначає особистісні ресурси, які на рівні реалізації забезпечені розвиненими стратегіями подолання. Як інший компонент позначається смисл, що зумовлює вектор цієї життєстійкості та життя людини загалом. Як окремий компонент життєстійкості вона розглядає гуманістичну етику, що задає критерії вибору смислу, шляхи його досягнення і розв'язання життєвих завдань.

Вона вказує на доцільність виокремлення особистого (такого, що належить індивідові у феноменальному та ноуменальному сенсі) превентивного ресурсу, а не особистісного (такого, що належить індивідові лише у феноменальному, соціальному сенсі). На її думку, особистий (індивідуальний) превентивний ресурс слід розглядати як комплекс здібностей індивіда, реалізація яких дає змогу зберігати баланс адаптаційно-компенсаторних механізмів. І, як стверджує вчена, налагоджена робота цього комплексу забезпечує психічне, соматичне та соціальне благополуччя людини, що відповідно до спрямованості особистості створює умови для відкриття нею своєї унікальної ідентичності та подальшої самореалізації.

Висновки. На сьогодні концепція управління особистісними ресурсами є базовим підходом у практиці управління у бізнесі та соціальних сферах у міжнародному середовищі й активно використовується у практиці менеджменту. У корпоративному секторі впроваджено позиції HR-директорів, які виконують стратегічні функції та мають ключовий вплив на формування політик компанії.

Функція управління особистісними ресурсами досліджується бізнес-аналітиками та академічними дослідниками. Результати досліджень регулярно публікуються науковими журналами та виданнями консалтингових компаній і привертають активний інтерес бізнес-спільноти.

Незважаючи на різноманіття наявних у психологічній науці підходів до розуміння ресурсів, результати досліджень з питань особистісних ресурсів, саме поняття як психологічна категорія видається недостатньо розробленим. Змістовні характеристики особистісних ресурсів необхідно розглядати як систему. Системний підхід відкриває можливості дослідження психічної реальності в системі взаємодії «людина - життєве середовище» із врахуванням комплексу детермінант, джерелом яких є дійсність конкретної людини, що представлена у змісті реальної діяльності, у самій особистості, у пережитій тут і зараз реальності. Взаємодія людини і життєвого середовища відбувається у конкретних життєвих ситуаціях і є своєрідним пусковим механізмом для актуалізації певних особистісних ресурсів. Особистісні ресурси актуалізуються і проявляються у взаємодії людини із життєвим середовищем, це відбувається як

безперервний процес просторово-часового «розгортання» людини, представленого у змісті та спрямованості діяльності у реальних життєвих ситуаціях, що забезпечує відповідність способу життя способу світу, який змінюється в процесі життєдіяльності, за допомогою трансформації ціннісно-сислової підсистеми особистості.

Отже, особистісні ресурси можна подати як систему здібностей людини до усунення суперечностей особистості із життєвим середовищем, подолання несприятливих життєвих обставин за допомогою трансформації ціннісно-сислового виміру особистості, що задає її спрямованість і створює підґрунтя для самореалізації. Іншими словами, особистісні ресурси презентують себе як системна, інтегральна характеристика особистості, що забезпечує особистості можливість долати важкі життєві ситуації. Окреслена характеристика актуалізується і проявляється в процесах самодетермінації особистості. Тому вельми актуальним напрямом у дослідженні особистісних ресурсів є вивчення їхньої структури, механізмів функціонування, динамічних характеристик, а також розроблення дослідницьких методик, адекватних змісту досліджуваної психічної реальності.

Список використаних джерел

1. Беспалько, А. О. (2020). Теоретичний аналіз стану дослідженості проблеми копінг-ресурсів особистості у психології. *Polish Science Journal KELM*, Vol. 1, №7(35). С. 90–96. DOI: <https://doi.org/10.51647/kelm.2020.7.1.15>
2. Боснюк, В. Ф., Олефір, В. О., Перелігіна, Л. А. (2016). Інтелектуально-емоційний ресурс копінг-поведінки рятувальника. Х.: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня».
3. Гранд, В. В. (2012). Копінг-ресурси як чинник професійного здоров'я представників екстрених служб: вектори психологічної ефективності збереження професійної надійності. *Проблеми сучасної психології*, №1, С. 97–102. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/p3pz_2012_1_19 (дата звернення: 16.04.2019).
4. Данилюк, І., Предко, В., & Бондар, М. (2023). Особливості прояву рівня життєстійкості залежно від домінуючих копінг-стратегій особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*, 1(17), 30–35. [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.1\(17\).4](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.1(17).4).
5. Зайва, О. О. (2006). Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання: дис... канд. психол. наук. Харківський національний ун-т ім. В.Н. Каразіна., Харків.
6. Каргіна, Н. В. (2018). Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: дис. канд. психол. наук. Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», Одеса
7. Кокун, О. М. (2021). Психофізіологічні закономірності життєстійкості фахівців соціономічних професій: монографія / О.М. Кокун, В.В. Клименко, О.М. Корніяка та ін.; за ред. О.М. Кокуна. Київ – Львів: Видавець Вікторія Кундельська.
8. Корольчук, В. М. (2011). Копінгкові особливості адаптивних ресурсів стресостійкості особистості. *Вісник Національного університету оборони України*, 1, 164–171.

9. Кузікова, С. Б., Щербак, Т. І (2023). Життєстійкість як адаптаційний ресурс особистості у реальності невизначеності життя. *Слобожанський науковий вісник. Серія Психологія*, 2, 24-29. <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/issue/view/8/8>
10. Петрова, І. (2013). Стратегічне управління людськими ресурсами: [навч. посіб.]. Київ: КНЕУ.
11. Психологічні особливості базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: монографія / О.О. Назаров, Н.В. Оніщенко, В.П. Садковий [та ін.]. Харків: Вид-во УЦЗУ, 2008. 221 с.
12. Родіна, Н. В. (2013). Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: дис. ... д-ра психол. наук. Київ.
13. Сафін, О. Д., Немінський, І. В. (2022). Інтелектуальний ресурс особистості як чинник вибору нею стратегій захисно-долаючої поведінки. *Психологічний журнал*, 8, 93-101. <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/258322>
14. Сорока, О. М. (2024). Психологія стресостійкості фахівців морського транспорту у транширотних рейсах: монографія. Київ: вид-во PRINTECO.
15. Фром, Е. (2010). Мати чи бути. К.: вид-во Український письменник.
16. Юр'єва, Н.В., Пасічник, В. І. (2017). Мотиваційні ресурси стресостійкості військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з конвоювання, екстрадиції та охорони підсудних: монографія. Х.: Національна академія НГУ.
17. Commons, J. R. (1893). The Distribution of Wealth. New York: Macmillan, 258.
18. Hobfoll S. E. (1989). Conservation of resources: A new at tempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. №3(44), 513-524.
19. Maddi S. (2001). The Story of Hardiness: 20 Years of Theorizing, Research and Practice. *Consulting Psychology Journal*, 54, 173–185.
20. Shultz T. (1968). Human Capital in the International Encyclopedia of the Social Sciences. N.Y., 6, 1, 114-123.

References

1. Bepal'ko, A.O. (2020). Teoretychnyj analiz stanu doslidzhenosti problemy koping-resursiv osobystosti u psihologii' [Theoretical analysis of the state of research on the problem of personality coping resources in psychology]. *Polish Science Journal KELM*, 1, 7(35), 90–96. (in Ukrainian)
2. Bosnjuk, V.F., Olefir, V.O., Perehygina, L.A. (2016). Intelektual'no-emociynij resurs koping-povedinky rjatuval'nyka [Intellectual and emotional resource of rescuer's coping behaviour]. H.: NUCZU, KP «Mis'ka drukarnja», 158. (in Ukrainian)
3. Grand, V.V. (2012). Koping-resursy jak chynnyk profesijnogo zdorov'ja predstavnykiv ekstrenyh sluzhb: vektory psihologichnoi' efektyvnosti zberezhenja profesijnoi' nadijnosti [Coping Resources as a Factor of Professional Health of Emergency Services Representatives: Vectors of Psychological Efficiency of Maintaining Professional Reliability]. *Problemy suchasnoi' psihologii'*, 1, 97–102. Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/p3pz_2012_1_19 (data zvernennja: 16.04.2019). (in Ukrainian)
4. Danyljuk, I., Predko, V., & Bondar, M. (2023). Osoblyvosti projavu rivnja zhyttjestijkosti zalezno vid dominujuchykh koping-strategij osobystosti [Peculiarities of manifestation of the level of resilience depending on the dominant coping strategies of the individual]. *Visnyk Kyi'vs'kogo nacional'nogo universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Psyhologija*, 1(17), 30–35. [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.1\(17\).4](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.1(17).4). (in Ukrainian)
5. Zajva, O.O. (2006). Osoblyvosti vykorystannja pochuttja gumoru jak resursu psihologichnogo podolannja [Peculiarities of using a sense of humour as a resource for psychological coping]: dys... kand. psyhol. nauk. Harkivs'kyj nacional'nyj un-t im. V.N. Karazina, 191. (in Ukrainian)
6. Kargina, N.V. (2018). Resursy ta chynnyky psihologichnogo blagopoluchchja osobystosti [Resources and factors of psychological well-being]: dys. kand. psyhol. nauk. Derzhavnyj zaklad «Pivdenoukrai'ns'kyj nacional'nyj pedagogichnyj universytet imeni K.D. Ushyn's'kogo», Odesa, 207. (in Ukrainian)
7. Kokun, O.M. (2021). Psyhofiziologichni zakonirnosti zhyttjestijkosti fahivciv socionomichnykh profesij [Psychophysiological regularities of resilience of specialists in socio-economic professions]: monografija / O.M. Kokun, V.V. Klymenko, O.M. Kornijaka ta in.; za red. O.M. Kokuna. Kyi'v – L'viv: Vydavec' Viktorija Kundel's'ka, 236. (in Ukrainian)
8. Korol'chuk, V.M. (2011). Kopingovi osoblyvosti adaptyvnykh resursiv stresostijkosti osobystosti [Coping features of adaptive resources of personality stress resistance]. *Visnyk Nacional'nogo universytetu oborony Ukrai'ny*, 1, 164–171. (in Ukrainian)
9. Kuzikova, S.B., Shherbak, T.I (2023). Zhyttjestijkist' jak adaptacijnyj resurs osobystosti u real'nosti nevyznachenosti zhyttja [Resilience as an adaptive resource of a personality in the reality of life's uncertainty].

10. Petrova, I. (2013) Strategichne upravlinnja ljud'skymy resursamy [Strategic management of human resources]: [navch. posib.]. Kyi'v: KNEU, 466. (in Ukrainian)

12. Psychologichni osoblyvosti bazovyh koping-strategij ta osobystisnyh koping-resursiv pracivnykiv pozhezhno-rjatuval'nyh pidrozdiliv MNS Ukrai'ny [Psychological Features of Basic Coping Strategies and Personal Coping Resources of Fire and Rescue Units of the Ministry of Emergencies of Ukraine]: monografija / O.O. Nazarov, N.V. Onishhenko, V.P. Sadkovyj [ta in.]. Harkiv: Vyd-vo UCZU, 2008. 221 s. [in Ukrainian]

12. Rodina, N.V. (2013). Psichologija koping-povedinky: cytemne modeljuvannja [Psychology of coping behaviour: System modelling]: dyc. ... d-ra psichol. nauk. K., 504. (in Ukrainian)

13. Safin, O.D., Nemins'kyj, I.V. (2022). Intelektual'nyj resurs osobystosti jak chynnyk vyboru neju strategij zahysno-dolajuchoi povedinky [The intellectual resource of the individual as a factor in his/her choice of defensive and coping strategies]. *Psychologichnyj zhurnal*, 8, 93-101. <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/258322> (in Ukrainian)

14. Soroka, O.M. (2024). Psichologija stresostijkosti fahivciv mors'kogo transportu u transshyrotnyh rejsah [Psychology of stress resistance of maritime transport specialists in trans-latitude voyages]: monografija. Kyi'v: vyd-vo PRINTECO, 530. (in Ukrainian)

15. From, E. (2010). Maty chy buty [To have or to be]. K.: vyd-vo Ukrai'ns'kyj pys'mennyk, 226. (in Ukrainian)

16. Jur'jeva, N.V., Pasichnyk, V.I. (2017). Motyvacijni resursy stresostijkosti vijs'kovoslužhbovciv pidrozdiliv Nacional'noi' gvardii' Ukrai'ny z konvojuvannja, ekstradycii' ta ohorony pidsudnyh [Motivational Resources of Stress Resilience of Servicemen of the National Guard of Ukraine Units for Convoy, Extradition and Protection of Defendants]: monografija. H.: Nacional'na akademija NGU, 226. (in Ukrainian)

17. Commons, J.R. (1893). The Distribution of Wealth. New York: Macmillan, 258.

18. Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources: A new at tempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44, 513-524.

19. Maddi, S. (2001). The Story of Hardiness: 20 Years of Theorizing, Research and Practice. *Consulting Psychology Journal*, 54, 173-185.

20. Shultz, T. (1968). Human Capital in the International Encyclopedia of the Social Sciences. N.Y., 6, 1, 114-123.

Summary

PERSONAL RESOURCE AS AN INTEGRAL CHARACTERISTIC OF A PROFESSIONAL

Kobets O. Doctor of Psychological Sciences, Full Professor,
Professor of the department of psychology,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Vakhotska I. Candidate of Psychological Sciences, Docent,
Associate Professor of the Department of Psychology,
Uman State Pedagogical University named after Pavlo Tychyna

Introduction. The article deals with the concept of «personal resource», which is presented in modern psychology as a necessary component that provides an individual with the ability to overcome difficult life situations from the standpoint of the resource approach. Interaction between a person and the environment takes place in specific life situations and is a kind of trigger for the actualisation of certain personal resources. Personal resources are actualised and manifested in the interaction of a person with the living environment, this happens as a continuous process of spatial and temporal «deployment» of a person, represented in the content and direction of activity in real life situations, which ensures the correspondence of the lifestyle to the way of the world, which changes in the process of life, through the transformation of the value-sense subsystem of the personality.

The purpose is - analysis of the phenomenon of personal resource as an integral characteristic that provides the individual with the ability to effectively overcome difficulties, solve problems and contradictions arising in the course of life.

Methods – content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. Personal resources can be presented as a system of human abilities to eliminate contradictions between the personality and the life environment, to overcome adverse life circumstances by transforming the value and meaning dimension of the personality, which sets its orientation and creates the basis for self-realisation. In other words, personal resources present themselves as a systemic, integral characteristic of a personality that provides an individual with the ability to overcome difficult life situations.

The substantive characteristics of personal resources should be considered as a system. The systematic approach opens up the possibility of studying mental reality in the system of interaction "person - living environment", taking into account a set of determinants, the source of which is the reality of a particular person, which is represented in the content of real activity, in the personality itself, in the reality experienced here and now. The interaction between a person and the environment takes place in specific life situations and is a kind of trigger for the actualisation of certain personal resources. Personal resources are actualised and manifested in the interaction of a person with the living environment, this happens as a continuous process of spatio-temporal "unfolding" of a person, represented in the content and direction of activity in real life situations, which ensures the correspondence of the lifestyle to the way of the world, which changes in the process of life, through the transformation of the value-sense subsystem of the personality.

Conclusion. *Thus, personal resources can be presented as a system of human abilities to eliminate contradictions between the personality and the life environment, to overcome adverse life circumstances by transforming the value and meaning dimension of the personality, which sets its orientation and creates the basis for self-realisation. In other words, personal resources present themselves as a systemic, integral characteristic of a personality that provides an individual with the ability to overcome difficult life situations. This characteristic is actualised and manifested in the processes of self-determination of the individual.*

Keywords: *personal resource; resource approach; difficult life situations; personality resources; life situations; psychological resources; personal potential; resilience; life environment.*

Концептуалізація – Кобець О. В.

Методика – Вахоцька І. О.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 03.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДЕРЖАВНОЇ ПРИКОРДОННОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ**

*Костюченко І. М. магістрант кафедри психології,
політології та соціокультурних технологій
Сумський державний університет*

Метою статті є визначення психологічних передумов формування психологічного благополуччя та довіри військовослужбовців державної прикордонної служби, аналіз та узагальнення усіх необхідних факторів, що сприяють виробленню психологічної стійкості, що забезпечує стабільність адекватного рівня довіри та психологічного благополуччя. Методами дослідження, що використовувалися при проведенні даного дослідження були: теоретичне моделювання, систематизація та узагальнення, дедукція та індукція.

Ключові слова: довіра, психологічне благополуччя; військовослужбовці державної прикордонної служби України; психологічна стійкість; професійна діяльність.

Вступ. Сьогодення висуває серйозні вимоги до військовослужбовців Державної прикордонної служби України. Працівники відповідних підрозділів мають бути готовими до виконання завдань, що не рідко пов'язані зі значним ризиком для їхнього життя та здоров'я. Варто зауважити, що робота військовослужбовця Державної прикордонної служби зазвичай не передбачає індивідуальних дій, оскільки переважна більшість бойових завдань виконується у складі підрозділу відносно у якому серед службового колективу мають відповідати серйозним критеріям сумісності та злагодженості. На цьому етапі військовослужбовець повинен бути не просто хорошим бійцем та високоякісним спеціалістом своєї справи, але і уміти діяти в команді, всебічно прагнути до налагодження гармонійних та добросусідських відносин в колективі навіть у тих випадках коли ситуація вкрай проблемна, а психоемоційне виснаження набуває ознак загрози для продуктивної роботи та гармонійного співіснування в колективі.

При цьому характер виконання завдань визначає необхідність довіряти членам групи і розраховувати на виконання професійних завдань на належному рівні. Будь-які сумніви у своїх товаришах можуть серйозно підірвати довіру і як наслідок обумовити проблеми при виконанні бойового завдання, що в умовах надзвичайної небезпеки може мати серйозні негативні наслідки як для підрозділу в цілому, так і для інших осіб, які можуть

бути залежні від роботи відповідного підрозділу.

Все це обумовлює необхідність вивчення проблематики формування довіри та розуміння чинників психологічного благополуччя у військовослужбовців з метою подальшої адекватної реакції у разі якщо вона буде необхідною для налаштування більш ефективної роботи підрозділу.

Метою статті та завданнями дослідження є визначення психологічних передумов формування психологічного благополуччя та довіри військовослужбовців державної прикордонної служби, аналіз та узагальнення усіх необхідних факторів, що сприяють виробленню психологічної стійкості, що забезпечує стабільність адекватного рівня довіри та психологічного благополуччя.

Теоретичне підґрунтя Проблематика формування довіри та розуміння психологічного благополуччя військовослужбовців Державної прикордонної служби України цікава та актуальна тема, яка вимагає всебічного дослідження та вивчення.

На цьому етапі доцільно зупинитися на теоретичних питаннях вивчення основних двох проблематики, які стосуються тематики нашого дослідження та докладніше вивчити теоретичні аспекти розуміння феномену довіри до себе в контексті загальнопсихологічних знань та

наукових уявлень, як в рамках науки психології так і дотичних до неї галузей знань.

Проблематика вивчення психологічного благополуччя у різних видах професій вивчали різні категорії вчених при розгляді відповідних проблематик. Так наприклад Т. Адгоке Т. Госвами, Бьорман вивчали вплив психологічного благополуччя на професійну діяльність працівників поліції, Ю. Панюкова, Н. Горбач, Є. Паніна дану проблематику для працівників органів внутрішніх справ, а С. Гаврюченко особливості психологічного благополуччя працівників поліції у кризові періоди, психологічне благополуччя в екстремальних умовах вивчала О. Ширяєва, для інкасаторів суб'єктивне благополуччя вивчав А. Дука, в цілому суб'єктивне благополуччя у професійному середовищі розглядав Р. Шаміонов, Д. Акінтайо розглядав психологічне благополуччя у виробничій сфері, психологічне благополуччя педагогів та вчителів вивчалось такими вченими як С. Мінюрова, І. Заусенко, Л. Осьмук, Ю. Захір, М. Сафонова, Н. Панова, окремо для психологів суб'єктивне благополуччя досліджувалося в цілому вивченням феномену суб'єктивного благополуччя та контролю за поведінкою займалися З. Звенигородський, А. Лекалова, Н. Терьохіна, Є. Сергієнко (Bretherton I., 1992)

Методами дослідження, що використовувалися при проведенні даного дослідження були: теоретичні методи, які включали теоретичний аналіз, інтерпретацію досліджень із відповідної проблематики в Україні та за кордоном, їх зіставлення, теоретичне моделювання, систематизація та узагальнення, дедукції та індукції.

Результати і обговорення Підходячи ближче до цього питання відмітимо, що за твердженням відомого науковця R. Janoff-Bulman (Janoff-Bulman R., 1992) система стабільних позитивних уявлень про світ навколо є необхідною світоглядною парадигмою, що дозволяє відчувати почуття стабільності, формувати стратегію взаємодії особи зі світом та самим собою, а також в цілому приймати рішення про спрямування своєї діяльності.

У повсякденному житті така парадигма стабільна та незмінна, однак при виникненні травматичних подій може піддаватися кардинальним змінам. Особливо це яскраво прослідковується, коли нова інформація дисонує з наявною системою позитивних припущень.

Відповідна система характеризується в свою чергу трьома характеристиками:

1. Більшість оточуючих хороші, невдачі рідкі, а навколишній світ – гідне місце для існування. Тобто доброзичливість притаманна навколишнім людям та світу в цілому.

2. Світ справедливий. Події в житті обумовлені принципами справедливості. Людина здатна контролювати результати своїх дій та життєві події.

3. Особа сприймає себе як хорошу людину гідну поваги, особа вірить, що здатна контролювати усі свої потяги, поведінку та власний внутрішній стан, а також у те, що якщо все ж таки вона не проконтролює на певному етапі якісь події то все одно вона буде щаслива та удачлива.

З даних трьох диспозицій на підставі аналізу можна зробити висновок, що перші дві диспозиції стосуються довіри до світу, а остання стосується довіри до себе.

Згідно з теорією прив'язаності J. Bowlby (Bretherton I., 1992), у немовлят прив'язаність – це коли у ситуації дистресу або внутрішньої тривоги немовля здійснює процес пошуку близькості із людьми, що можуть забезпечити їй задоволення її потреб, який являється першим кроком на шляху до пізнання світу. В даному випадку прив'язаність на пряму залежить від здатності особи розвивати базову довіру до себе та інших та протидіяти базальній тривозі про яку говорила в своїх працях ще К. Хорні. Відповідна прив'язаність означає можливість покластися на дорослих у питаннях задоволеності потреб близькості, захисті та емоційній підтримці.

Відповідна прихильність надає в майбутньому формувати позитивну думку про себе, своїх партнерів та світу в цілому. Все це обумовлює ініціативу та активність в житті та професійному зростанні, віру у власні сили та подальшу спрямованість на перемогу, що в умовах складних психоемоційних викликів і є однією з

важливих передумов досягнення поставлених професійних завдань, які можуть ставитися перед військовослужбовцем державної прикордонної служби.

При цьому актуальним питанням є формування впевненості у сприйнятті навколишнього світу, як такого, що обумовленого визначеними цілеспрямованими процесами, які в кінцевому рахунку призводять до позитивного вирішення конкретних життєвих ситуацій. І навіть в тих обставинах, коли усі можливі психологічні та фізичні сили бійця вичерпані, невідворотність, неминучість певних наслідків у вигляді результату незбагнених зв'язків та явищ природного світу та його поведінки призведе до успішного вирішення проблемної ситуації. В цьому вбачається віра не лише у власні сили, але і в наповненість сенсом власного життя і поведінки, а також розвитку світу обумовленого силами надприродного або фатуму, який є сприятливим для достойних та справедливих. (Северин-Мрачковська Л. В., 2018).

Відповідно до вчення Е. Еріксона базова довіра утворюється на ранніх стадіях онтогенезу і являє собою для особи базу, певний фундамент відношення до себе та інших. Вона являє собою інтуїтивну впевненість, що все буде добре і визначається не лише як вміння довіряти собі, але і просити про допомогу у разі необхідності та отримувати її від інших. Дана категорія протилежна відчуженості, як фактору, що обмежує спілкування і не дозволяє розвиватися людини в психоемоційному та інтелектуальному плані.

Оскільки за твердженням Д. Елкінда у дитини поява або відсутність довіри до світу відбивається на наступних стадіях життя, однак при певних обставинах може втрачатися або набуватися, на подальших етапах життя очевидно можливо таку довіру цілеспрямовано формувати за допомогою спеціальних психотренінгових процедур та засобів професійно-психологічної підготовки.

Слід враховувати на цьому етапі і комплексне поєднання довіри до себе та

довіри до світу. При цьому довіра до себе буде включати довіру до власного сприйняття включаючи довіру до пам'яті, відчуттів та їх інтерпретацій, переконаність у власній досконалості, значимості, цінності, необхідності себе та своєї діяльності для інших, що є надзвичайно важливим в умовах професійної діяльності військовослужбовця, коли не рідко не має ситуативних об'єктивних показників цінності та значимості власної професійної діяльності для інших членів суспільства та соціуму в цілому.

В цьому випадку ми можемо говорити про довіру на емоційному рівні, як відчуття само-прийняття, яке не лише створює відчуття захищеності та в разі необхідності розкріпачує людину, але і є ресурсним станом, який може врятувати бійця у випадку потрапляння в критичні ситуації, коли йде мова про відлік проміжків часу на долі секунди між рішенням і діями.

Поряд із проблематикою формування довіри до себе, тут виникає не менш важлива та актуальна проблематика, що стосується вивчення питання присвяченого розумінню проблеми особистісного та професійного життєздійснення, подальшого дослідження проблематики комфортного та благополучного існування людини в житті в цілому та в рамках професійної самореалізації на даному місці служби зокрема.

У зв'язку із необхідністю детального опрацювання цього питання, варто на нашу думку, окремо розібратися у проблематиці вивчення психологічних аспектів розуміння психологічного благополуччя військовослужбовців Державної прикордонної служби України. Тут, доречним буде аналіз наукових тенденцій та вивчення позицій видатних вчених, які досліджували це питання.

Можна прийти до висновку, про те, що така проблема досить широко досліджена, однак все ще потребує свого розгляду. Короткий аналіз наукових вчень дозволяє нам виділити основні підходи до розгляду благополуччя, якими зокрема є еудеоністичний та гедоністичний, а також концепції якості життя, окрім того існує аксіологічний, суб'єктно-діяльнісний та оздоровчий підхід до проблематики

вивчення та дослідження феномену розуміння благополуччя дорослої особи.

Корелятами суб'єктивного благополуччя тут вважають: власне задоволення як певний емоційний стан у певному проміжку часу та соціальну підтримку, які можуть бути оцінені через еталонні стандарти відповідної життєвої події зокрема такі, як почуття, очікування, прагнення; компетентність, автономність, позитивні стосунки; особистісні характеристики зокрема такі як: доброзичливість в рамках соціальної взаємодії, сумлінність у індивідуальних досягненнях; роль відкритості новому досвіду в сенситивності до негативних та позитивних емоцій; негативний вплив нейротизму та позитивний вплив на рівень суб'єктивного благополуччя екстраверсії; показники інтелекту, як рівня когнітивного процесу; оцінку якості життя й наявності підвищеного рівня мотивації досягнень показники задоволення зовнішніми оцінками; задоволеність певними сферами життя; індивідуальні вміння, які пов'язані із міжособистісною взаємодією та особисті почуття.

Крім вищезазначених корелятивів Л.З. Сердюк на підставі аналізу видатних зарубіжних науковців додає до цього переліку такі базові чинники психологічного благополуччя як: емоційну стійкість, оптимістичний стиль атрибуції, екстраверсію, академічну успішність, досягнення, рівень соціальної підтримки (зокрема таких аспектів соціального середовища, які перш за все це мають відношення до професійної сфери), відчуття комфорту та безпеки середовища, атмосфери любові (мається на увазі усвідомлення відчуття близькості, сімейних радощів життя, гармонії тощо); відкритості та довіри у відносинах; адекватного батьківського контролю; відчуття власної значущості; сімейної підтримки тощо (Сердюк Л. З., 2017), (Харитинський, А., 2023).

Психологічні особливості формування довіри та психологічного благополуччя військовослужбовців Державної прикордонної служби України, мають свою особливу специфіку. Так, зокрема, зважаючи на не ординарну характеристику

професійної діяльності військовослужбовця Державної прикордонної служби формування довіри має здійснюватися із врахуванням того факту, що такий військовослужбовець може потенційно в ході виконання службових завдань зустрічатися із суб'єктами, які мають відверто кримінально-спрямовану поведінку. Очевидно, що особливості несення служби, і режим дня, і графік чергувань, і фізичні та психоемоційні навантаження не можуть сприяти формуванню досить високого рівня психологічного благополуччя. Однак, в даному випадку ми не маємо говорити про який-небудь високий рівень у порівнянні із працівниками інших професій, а обговорюємо той рівень психологічного благополуччя, який би демонстрували представники належним чином підібраної вибірки з розрахунку їх середньостатистичної більшості. У цьому випадку наше дослідження являється одним із небагатьох, які всебічно охоплюють дану проблематику та надають можливість з'ясувати типові показники психологічного благополуччя та адекватної довіри до себе в рамках визначеної професійної специфіки.

В той же час варто відмітити, що наявність типових показників рівнів психологічного благополуччя та рівня адекватної довіри до себе, які з успіхом в подальшому можуть бути використані в рамках професіографічного опису професійної діяльності сучасного військовослужбовця державної прикордонної служби і можуть стати зручними критеріями для відслідковування осіб в яких відповідні рівні виражені особливо не адекватно.

На цьому етапі очевидним стане приведення відповідних показників до типових норм з метою подальшої самокорекції власної поведінки та відношення до ціннісних орієнтирів, яким має слідувати кожен військовослужбовець державної прикордонної служби.

Тут, слід застосовувати комплекс психолого-педагогічних засобів, які б обумовлювати відповідну психологічну дію, а також надавати ефективні рекомендації побудовані на аналізі психологічних знань та уявлень про природу впливу на власну

поведінку та психоемоційний внутрішній світ з метою приведення відповідних показників до результатів в тій чи іншій мірі співвідносних до середньостатистичної норми.

На підставі вищевказаних тверджень доречним стане вивчення усього спектру наукових уявлень, течій та досліджень присвячених проблематиці вивчення особливостей формування психо-емоційної стійкості, зокрема та окремо таких її важливих елементів, як адекватна довіра до себе та психологічне благополуччя.

Так, зокрема, зарубіжний досвід формування психологічної стійкості учасників бойових дій дозволив виділити комплексний підхід, який зазвичай використовують американські фахівці в рамках відповідної підготовки. Він включає в себе широкий спектр соціально-психологічних, психологічних та поведінкових чинників.

На цьому етапі психологічна стійкість визначається такими координатами: стрес та копінг; індивідуальні фактори; організаційні фактори; вимоги екстримальних подій; результат. З метою її формування використовують програму комплексної підготовки солдатів (CSF). В рамках формування такої психологічної стійкості, як здатності успішно адаптуватися при обставинах пов'язаних із ризиком, а також змінах чи критичних обставинах, визначаються наступні фактори індивідуального рівня:

1. Позитивний копінг, як процес подолання важких обставин, направлених зусиль спрямованих на вирішення міжособистісних та особистих проблем в тому числі і прагнень зменшувати чи обмежувати стрес або конфлікт, що включає духовний, проблемно орієнтований та активно/прагматичний підходи до подолання.

2. Позитивні прагнення, як такий стан ентузіазму, жвавості та активності, що включає позитивні емоції, почуття гумору (особливо під час важливого життєвого виклику чи стресу), оптимізм гнучкість до змін та надію на сприятливий результат.

3. Позитивне мислення як застосування знань, обробка інформації та зміна уподобань через рефреймінг (позитивне

переосмислення), реструктуризацію, переоцінку, гнучкість, позитивні очікування, позитивний світогляд, перефокусування, внаслідок цього ефективно знаходження виходу із ситуації та психологічну підготовку в цілому.

4. Реалізм, як форма адекватної самооцінки, впевненості у власних силах, відчуття контролю, а також прийняття того факту, що деякі речі можуть знаходитися поза контролем, або взагалі можуть бути нездійсненними, впевненості в собі, самоефективності, наявності реалістичних очікувань, а також реалістичного опанування можливим.

5. Контроль поведінки, як процес оцінки, моніторингу і корегування емоційних реакцій зокрема самоуправління, саморегуляції та самовдосконалення.

6. Фізична підготовка, як здатність функціонувати в різних умовах ефективно.

7. Альтруїзм, як здатність на підставі довіри до світу надавати допомогу іншим без очевидних очікувань винагороди та безкорисливо дбати про інших.

Крім факторів індивідуального рівня тут також можна виділити також фактори сімейного рівня до яких входять емоційні зв'язки (зв'язки між членами сім'ї, дозвілля та спільний відпочинок), комунікація, підтримка (вирішення проблем, обмін думками), підтримка (матеріальна, інструментальна, емоційна, інформаційна, духовна тощо), близькість (відданість, близькість, любов), виховання (батьківські навички), легкість адаптації. Фактори рівня військового підрозділу куди входять позитивний психологічний клімат (відчуття гордості, лідерство, взаємодія всередині, позитивне рольове моделювання тощо); командна робота (координація, гнучкість); згуртованість (здатність виконувати комбіновані дії, загальна згуртованість).

Суспільні фактори зокрема приналежність (дружба, участь в ініціативах, інтеграцію в спільності); згуртованість (спільні цінності, міжособистісна приналежність); зв'язаність, зв'язки з місцем та людьми, ролі, структура, прихильність); колективна ефективність (уявлення про здатність працювати разом). (О. М. Кокун, В. В. Клочков, В. М. Мороз, І. О. Пішко, & Н. С. Лозінська, 2022)

Висновки. На підставі вищевказаного можемо зробити наступні висновки: Теоретичними засадами вивчення довіри до себе являються наукові напрямки, течії та думки окремих вчених, які визначають феномен довіри до себе, як елемент системи стабільних позитивних уявлень про світ відповідно до якого світ навколо є необхідною світоглядною парадигмою, що дозволяє відчувати почуття стабільності, формувати стратегію взаємодії особи зі світом та самим собою, а також в цілому приймати рішення про спрямування своєї діяльності. Відповідна система характерна трьома характеристиками: а) більшість оточуючих хороші, невдачі рідкі, а навколишній світ – гідне місце для існування; в) світ справедливий в) особа сприймає себе як хорошу людину гідну поваги.

Виходячи з вищевикладеного можна зробити висновок, що проблематика дослідження феномену довіри та

психологічного благополуччя військовослужбовців прикордонної служби України важлива для дослідження тема, що має вивчатися в комплексі з новітніми розробками вітчизняних та зарубіжних психологів та пропонувати якісно нові рішення для розв'язання типових питань і проблемних випадків, що потребують вирішення з метою більш ефективного налагодження психологічного супроводження та розуміння психологічних проблем військовослужбовців прикордонної служби України. Все це як ніколи актуально зараз коли військовослужбовці державної прикордонної служби не лише захищать кордони нашої Батьківщини в надзвичайно складних умовах, але і відчують високу відповідальність за свою роботу в наслідок того що попереджають проникненню численних диверсійних груп, які можуть прагнути перетнути кордон в наслідок протизаконних дій з боку країни агресора.

Список використаних джерел

1. Волинець Н.В. (2020) Психологія особистісного благополуччя персоналу державної прикордонної служби України. Дис на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук. Київ
2. Кокун О. М. та ін. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / О. М. Кокун, В. В. Клочков, В. М. Мороз, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. – Київ-Одеса : Фенікс, 2022. – 128 с
3. Сердюк, Л. З. (2017). Структура та функція психологічного благополуччя особистості. Актуальні проблеми психології, № 5 (17), с. 124–133
4. Філософія : практикум [Електронний ресурс] / Л. В. Северин-Мрачковська, Ю. М. Вільчинський, В. Л. Деркач та ін. — Київ : КНЕУ, 2018. — 248 с
5. Харитинський, А. (2023). Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя військовослужбовців. Вісник Національного університету оборони України. 199-206. 10.33099/2617-6858-2023-76-6-199-206
6. Bretherton I. (1992) The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*. Vol. 28, p.759-775
7. Janoff-Bulman R. (1992) *Shattered assumptions*. New York. NY: Free Press

References

1. Volynets N. V. (2020) *Psykhohohiia osobystisnoho blahopoluchchia personalu derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy [Psychology of personal well-being of personnel of the state border service of Ukraine]* Kandydats'ka dysertatsiia [Candidate's dissertation]. Kyiv: NADPSU [in Ukrainian].
2. Kokun O. M., Klochkov V. V., Moroz V. M., Pishko, I. O. & Lozinska N. S. (2022) (Zabezpechennia psykhohohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtziv v umovakh boiovykh dii [Ensuring the psychological stability of servicemen in combat conditions]. – Kyiv.: Feniks., – p.128 [in Ukrainian].
3. Serdiuk L. Z. (2017). Struktura ta funktsiia psykhohohichnoho blahopoluchchia osobystosti. [The structure and function of the psychological well-being of the individual] *Aktualni problemy psykhohohii [Actual problems of psychology]* , Vol. 5 (17), p. 124–133 [in Ukrainian].
4. Severyn-Mrachkovska L. V., Vilchynskiy Y. M. & Derkach V. L. et al. (2018) *Filosofia [Philosophy]*. — Kyiv: KNEU — p.248 [in Ukrainian].
5. Kharytynskiy, A. (2023). Psykhohohichni chynnyky subiektyvnoho blahopoluchchia viiskovosluzhbovtziv. . [Psychological factors of subjective well-being of military personnel] *Visnyk*

Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. . [Bulletin of the National Defense University of Ukraine]. Vol. 5 [in Ukrainian].

6. Bretherton I. (1992) The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*. Vol. 28, p.759-775

7. Janoff-Bulman R. (1992) *Shattered assumptions*. New York. NY: Free Press

Summary

BUILDING TRUST AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF MILITARY OFFICERS OF THE STATE BORDER SERVICE OF UKRAINE

Kostyuchenko I. M. master's student of the department of psychology, political science and socio-cultural technologies of Sumy State University

Introduction Studying the problems of trust formation and understanding the factors of psychological well-being among military personnel is an important and relevant topic for research.

Purpose The purpose of the article is to determine the psychological prerequisites for the formation of psychological well-being and trust of military personnel of the state border service, to analyze and summarize all the necessary factors that contribute to the development of psychological stability, which ensures the stability of an adequate level of trust and psychological well-being.

Methods The research methods used in this study were: theoretical methods, which included theoretical analysis, interpretation of studies on relevant issues in Ukraine and abroad, their comparison, theoretical modeling, systematization and generalization, deductions and inductions.

Originality Confidence in oneself will include confidence in one's own perception, including confidence in memory, feelings and their interpretations, conviction in one's own excellence, significance, value, necessity of oneself and one's activities for others, which is extremely important in the conditions of a military serviceman's professional activity, when not rarely does not have situational objective indicators of the value and significance of one's own professional activity for other members of society and society as a whole.

We can talk about trust on an emotional level, as a feeling of self-acceptance, which not only creates a sense of security and, if necessary, liberates a person, but is also a resource state that can save a fighter in case of getting into critical situations, when it comes to counting down the gaps split-second time between decision and action.

Along with the issue of self-confidence formation, there is an equally important and relevant issue related to the study of the issue dedicated to understanding the problem of personal and professional life fulfillment, further research into the issue of a comfortable and prosperous existence of a person in life as a whole and within the framework of professional self-realization at a given place of service in particular.

The main approaches to the consideration of well-being are eudemonistic and hedonistic, as well as the concept of quality of life, there is an axiological, subject-active and health-improving approach to the problems of studying and researching the phenomenon of understanding the well-being of an adult.

Conclusion Correlates of subjective well-being are considered to be: one's own satisfaction as a certain emotional state in a certain period of time and social support, which can be evaluated through reference standards of the relevant life event, in particular, such as feelings, expectations, aspirations; competence, autonomy, positive relationships; personal characteristics, in particular, such as: benevolence in the framework of social interaction, conscientiousness in individual achievements; the role of openness to new experiences in sensitivity to negative and positive emotions; the negative impact of neuroticism and the positive impact of extraversion on the level of subjective well-being; indicators of intelligence, as the level of the cognitive process; assessment of the quality of life and, in the presence of a high level of achievement motivation, indicators of satisfaction with external evaluations; satisfaction with certain areas of life; individual skills that are related to interpersonal interaction and personal feelings.

Key words: trust; psychological well-being; military personnel of the state border service of Ukraine; psychological stability; professional activity.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 26.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ
ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

Мицишин М. М. кандидат психологічних наук, доцент,
Національний університет «Львівська політехніка»
<http://orcid.org/0000-0003-4836-8085>

Фечан Н. П. старший викладач,
Національний університет «Львівська політехніка»
<http://orcid.org/0009-0004-6985-9849>

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження емоційного інтелекту студентів, які навчаються у коледжі та університеті за напрямком різних технічних спеціальностей. Здійснено аналіз психологічних особливостей емоційного інтелекту студентів технічних спеціальностей, його формування, становлення та розвиток. Проаналізовано фактори, які впливають на формування емоційного інтелекту респондентів та здійснено порівняльний аналіз показників емоційного інтелекту студентів коледжу та університету. Обґрунтовано актуальність дослідження емоційного інтелекту студентів та його значення в навчальній успішності, досягнення власних цілей та задоволенні своїх потреб. На основі проведеного дослідження виявлено невисокі показники рівня розвитку емоційного інтелекту у студентів технічного напрямку, пріоритетність певного типу професійного середовища для студентів різних технічних спеціальностей та різного рівня освіти.

Ключові слова: емоційний інтелект; студенти технічних спеціальностей; емоційна компетентність; професійна спрямованість; емпатія.

Вступ. Питання емоційного інтелекту є надзвичайно важливим сьогодні, оскільки в суспільстві домінує культ раціонального підходу до життя, який не залишає місця для емоцій. Відомо, що пригнічення емоцій призводить до їх витіснення зі свідомості. Неможливість психологічної обробки емоцій сприяє збільшенню їх фізіологічних проявів, що може викликати неврози. Тому емоційний інтелект необхідно розвивати, як і інші важливі якості, які мають значення в особистісній та професійній діяльності (Zhyhaylo, Stelmakh & Stasiuk, 2018).

Емоційний інтелект (EQ) є важливим аспектом розвитку особистості, особливо в період студентства, коли відбувається активне формування життєвих цінностей, соціальних навичок та професійних компетенцій. Дослідження емоційного інтелекту у студентів є актуальним з наступних причин. Насамперед, він впливає на здатність студентів справлятися зі стресом, підтримувати мотивацію та ефективно взаємодіяти з викладачами та однокурсниками. Студенти з високим рівнем EQ зазвичай демонструють кращі результати у навчанні, оскільки вміють управляти своїми емоціями та зосереджуватися на навчальному процесі. Студентські роки навчання є періодом активної соціалізації, коли студенти

навчаються співпраці, лідерству та міжособистісним взаємодіям, тому високі показники EQ сприяють ефективному спілкуванню, розвитку емпатії та вирішенню конфліктів. Це важливо не лише для особистого розвитку, але й для професійного життя, де соціальні навички є ключовими (Льошенко О, 2015).

Вміння розуміти та регулювати емоції допомагає студентам у підтримці довготривалих і гармонійних стосунків, що є важливим аспектом соціальної інтеграції. Сучасний світ вимагає від студентів високої адаптивності, оскільки вони стикаються з багатьма викликами та змінами у навчанні та житті. Високий рівень EQ допомагає легше справлятися з невизначеністю та приймати конструктивні рішення у складних ситуаціях.

Як показав аналіз наукової літератури з психології, емоційний інтелект відносно недавно став предметом дослідження (Зарицька В, 2022). Незважаючи на той факт, що виявлено беззаперечні взаємозв'язки емоційного інтелекту з організаторськими і управлінськими здібностями, ефективною поведінкою в організаціях, успішною комунікацією тощо, науковці вважають, що є доцільним продовжити дослідження цього феномена.

Зокрема, дослідження особливостей EQ студентів технічних спеціальностей зможе допомогти у розробці програм підтримки молоді, спрямованих на зниження рівня тривожності та поліпшення емоційного здоров'я, що є дуже важливим на сьогоднішній час.

Мета статті - теоретично проаналізувати та на основі емпіричного дослідження визначити психологічні особливості емоційного інтелекту студентів технічних спеціальностей.

Завдання статті:

1. Висвітлити теоретичні підходи до розуміння питання емоційного інтелекту студентів.

2. Емпірично виявити та проаналізувати показники емоційного інтелекту у студентів технічних спеціальностей, які навчаються в коледжі та університеті.

3. Дослідити та теоретично обґрунтувати взаємозв'язок емоційних станів у студентів з їх психологічними особливостями, виявити домінуючі компоненти емоційного інтелекту у студентів технічних спеціальностей.

Теоретичне підґрунтя. Емоційний інтелект (EQ) визначає здатність людини спілкуватися, розуміти власні емоції та емоції інших людей. В останні роки дослідники інтелекту, здібностей та емоцій дійшли висновку, що успіх у суспільстві не залежить від високого рівня IQ чи вродженого таланту. На основі досліджень було виявлено, що люди з середнім IQ і без вираженої креативності часто стають лідерами як у колективах, так і на державному рівні (Zhyhaylo, Stelmakh & Stasiuk, 2018). Це призвело до припущення про існування сукупності здібностей, що дозволяють ефективно взаємодіяти з іншими людьми через розуміння, інтерпретацію і контроль власних та чужих емоцій, а також досягати високого професійного розвитку. Цю систему здібностей назвали «емоційним інтелектом» (Гоулман Д, 2022). Розробка поняття єдності інтелекту та емоційних реакцій розпочалася з робіт Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, П.М. Якобсона та А.Н. Леонтьєва. Західні вчені спочатку розглядали здатність контактувати та керувати емоціями, як «соціальний інтелект» – концепцію, яку ввів Е. Торндайк (Зарицька В, 2022). Пізніше Д. Векслер висунув припущення, що емоційні

компоненти інтелекту можуть мати вирішальне значення для успіху в житті людини. А. Маслоу, гуманістичний психолог, підкреслював важливість емоційної стійкості. У 1975 році Г. Гарднер ввів поняття множинного інтелекту у своїй праці «Руйнування розуму». Р. Бар-Он у 1988 році запровадив поняття емоційного коефіцієнта (EQ). У 1990 році П. Саловей та Дж. Меєр опублікували статтю «Емоційний інтелект», що стала основоположною для сучасного розуміння цього поняття (Mayer J, 1986). У 1995 році вийшла книга Д. Гоулмана «Емоційний інтелект», яка зробила цю концепцію популярною та підтриманою освітянами, що започаткувало програми «соціального й емоційного навчання» (SEL) (Гоулман Д, 2022).

На початку XXI ст. продовжилась розробка концепції емоційного інтелекту, з'явилася велика кількість нових публікацій (Луца К, 2023; Ткаченко, Денека, & Дещенко, 2024).

Сьогодні існує багато трактувань емоційного інтелекту. Деякі вчені вважають його підвидом соціального або загального інтелекту, тоді як інші бачать соціальний інтелект як один із аспектів емоційного інтелекту. За Д. Гоулманом, емоційний інтелект є сукупністю здібностей, що дозволяють людині відчувати, контролювати свій настрій, імпульси та досягати успіху в житті. Він вважає емоційний інтелект основою інтуїції, цитуючи Аристотеля: «Гніватися на того, хто на це заслуговує, у відповідний час і належним чином – це рідкісне вміння» (Гоулман Д, 2022). Американський психолог Н. Холл підкреслює, що емоційний інтелект допомагає налагодити конструктивний діалог і взаємини, розуміючи різницю між позитивними та негативними емоціями. Він виокремлює складові емоційного інтелекту: емоційну обізнаність, управління емоціями, самомотивацію, емпатію, здатність розуміти емоції інших (Hall N, 2007).

Інші науковці вважають, що емоційний інтелект – це спосіб ставлення до світу, який дозволяє успішно взаємодіяти з іншими людьми і собою. Він включає розуміння та управління своїми і чужими емоціями (Люсин, 2004; Носенко, 2003).

На розвиток емоційного інтелекту впливають біологічні (наприклад, емоційний інтелект батьків, спадкові задатки,

темперамент) та соціальні чинники (наприклад, самосвідомість, самооцінка, рівень освіти, дохід сім'ї, гендерні особливості виховання). Соціально-психологічні чинники також мають значення, зокрема емоційні реакції оточення на дії дитини, що формують її самосприйняття.

Існує багато доказів того, що люди з високим EQ мають кращі міжособистісні стосунки. Високий EQ пов'язаний як із задоволенням від подружнього життя, так і з навичками, що підтримують позитивні взаємини.

На сьогоднішній день існує кілька моделей емоційного інтелекту, серед яких модель емоційно-інтелектуальних здібностей Дж. Майєра, П. Саловея, Д. Карузо; модель емоційної компетентності Д. Гоулмана; некогнітивна модель Р. Бар-Она та двокомпонентна модель Д. Люсіна (Васильківський І, 2017).

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань використано наступні методи:

- *теоретичні*: аналіз, синтез, узагальнення і систематизація представлених в науковій літературі концептуальних положень з досліджуваної проблематики, теоретичне моделювання;

- *емпіричні*: опитування на основі методики «ЕмІн» Д. Люсіна та методики «Визначення професійної спрямованості Дж. Голланда». Також методи статистичного аналізу результатів дослідження. Вибірка досліджуваних 50 респондентів – студенти Національного університету «Львівська політехніка» (напрямок ІТ- спеціальності) та ВСП Львівського коледжу транспортної інфраструктури віком від 17 до 22 років.

Результати і обговорення. Професіографічний аналіз діяльності фахівців технічних спеціальностей демонструє низку професійно-важливих якостей, що пов'язані з характером їхньої освіти та сферою діяльності. Зокрема, добре розвинене аналітичне мислення, вміння систематизувати інформацію, вибудовувати чіткі логічні зв'язки та приймати рішення на основі фактів. Це зумовлено характером їхньої освіти, яка вимагає точності та уважності до деталей. Робота в технічних науках часто вимагає вміння працювати з загальними

поняттями, моделями та формулами. Студенти технічних спеціальностей схильні до абстрактного мислення, що дозволяє їм вирішувати складні задачі. Такі студенти зазвичай добре організовані та вміють структурувати свою діяльність. Маючи природний інтерес до новітніх технологій, програмування, інженерних систем та наукових інновацій, легко опановують нові інструменти та методи. Зазвичай студенти технічних спеціальностей працюють самостійно, особливо над проєктами, де потрібно розв'язати конкретні технічні задачі. Це розвиває в них відповідальність за свою роботу і здатність працювати без постійного контролю. Поруч з тим студенти технічних напрямків можуть бути більш інтровертованими, мати труднощі з міжособистісним спілкуванням, бути менш соціально активними, надаючи перевагу технічним задачам над спілкуванням. Зауважимо, що це залежить від особистості та не є правилом для всіх. Мова йде, скоріше, про когнітивно-емоційні та поведінкові тенденції, які характерні та професійно-важливі для студентів технічних спеціальностей.

Важливим етапом нашого дослідження стало виявлення психологічних особливостей професійної спрямованості, яку можна розглядати як сукупність мотиваційних утворень та системи, що визначає специфіку поведінки й напрям діяльності особистості. Важливо було дослідити, чи існує взаємозв'язок між емоційним інтелектом та професійною спрямованістю.

Використовуючи методику дослідження «Визначення професійної спрямованості Дж. Голланда» та отримавши результати, було виявлено наступне: студенти, які навчаються на технічних спеціальностях, зокрема майбутні залізничники та програмісти, загалом позитивно ставляться до свого професійного вибору. Згідно з опитуванням, лише 8% респондентів не задоволені своїм вибором професії.

За результатами дослідження можна побачити, що значний відсоток вибірки належить до соціального типу особистості (20,22%) з яскраво вираженими якостями інтелектуального типу (19,85%) (рис.1.1).

Отже, можна припустити, що ці респондент володіють соціальними вміннями і потребують соціальних контактів. Вони активні, вміють пристосовуватися. Проблеми вирішують, опираючись переважно на емоції, почуття і вміння спілкуватися, їм притаманні хороші вербальні і відносно слабкі невербальні здібності. Представники інтелектуального типу орієнтовані на розумову працю, їм подобається виконувати завдання, які вимагають абстрактного мислення. Вони відзначаються дуже високим рівнем розвитку як вербальних так і природньо-математичних здібностей. Найменшими показниками для студентів технічних спеціальностей є результати професійної схильності до підприємливого (12,4%) та артистичного типу (11,7%). Якщо розглядати показники професійної спрямованості по окремих групах, то бачимо, що для студентів-залізничників переважає соціальний тип професійної спрямованості, тобто вони є більш відкритими, активними та комунікабельними на відміну від студентів-програмістів, які є більш закритими, раціональними та із яскраво розвиненими аналітичними здібностями (рис.1.1).

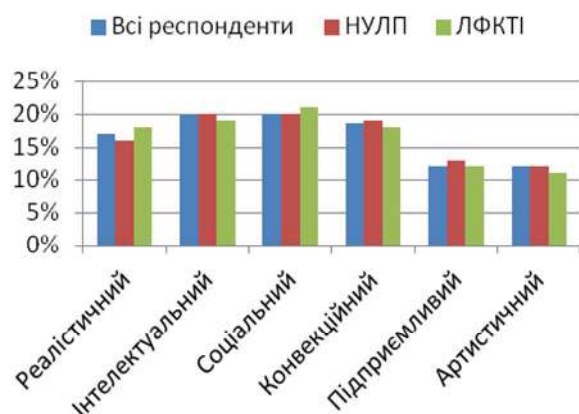


Рис. 1.1. Значення професійної спрямованості (у %) учасників дослідження

Результати проведеного дослідження дають нам можливість стверджувати, що студенти, які навчаються у технічних закладах, мають на меті подальше працевлаштування за фахом і є професійно орієнтованими стосовно обраної спеціальності.

Емоційний інтелект студентів технічних спеціальностей може бути досить різноманітним і залежить від багатьох факторів, включно з їхнім життєвим

досвідом, сімейним середовищем, вихованням, а також особистими інтересами та прагненнями.

Для дослідження емоційного інтелекту респондентів використовували опитувальник Д.Люсіна, в структурі якого виділяють наступні шкали: міжособистісний EI (MEI) - розуміння емоцій інших людей і управління ними; внутрішньоособистісний EI (BEI) - розуміння власних емоцій і управління ними; здатність до розуміння своїх і чужих емоцій (PE); здатність до управління своїми і чужими емоціями (UE); субшкали: MP – розуміння чужих емоцій, BP – розуміння власних емоцій, MU – управління чужими емоціями, BU – управління своїми емоціями, BE – контроль власних емоцій, експресії. Значення за шкалами MEI і BEI знаходять шляхом простого підсумовування відповідних субшкал.

Слід зауважити, що загальні показники емоційного інтелекту за методикою Д. Люсіна були невисокими (рис. 1.2). Дані в діаграмі підтверджують актуальність дослідження, оскільки половина досліджуваних (50%) показала низький рівень емоційного інтелекту, 32% середній рівень і тільки 18% – високий рівень.



Рис. 1.2. Рівні вираженості емоційного інтелекту у загальній групі досліджуваних за методикою «ЕмІн» Д. Люсіна

На основі результатів дослідження було встановлено, що більшість респондентів не повністю розуміють свої емоційні переживання, проте мають добру здатність ідентифікувати конкретні емоції, розрізняти їх, оцінювати їхню глибину та інтенсивність. Вони здатні встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між певними ситуаціями та емоціями, точно описувати власні емоції та керувати емоційними процесами інших людей.

Зокрема, для студентів, які навчаються у сфері ІТ, характерна здатність контролювати небажані емоційні прояви та викликати і підтримувати доречні емоції у відповідних ситуаціях. Однак, більшість студентів цієї групи мають слабкі навички в розумінні власних емоцій та емоцій інших, вони погано розрізняють емоційні стани інших людей.

Студенти-залізничники, навпаки, відзначаються здатністю контролювати зовнішні прояви своїх емоцій (високий рівень експресії) та управляти власними емоціями. Водночас вони недостатньо розуміють чужі емоції та не здатні ефективно керувати емоційними станами інших людей (рис.1.3).

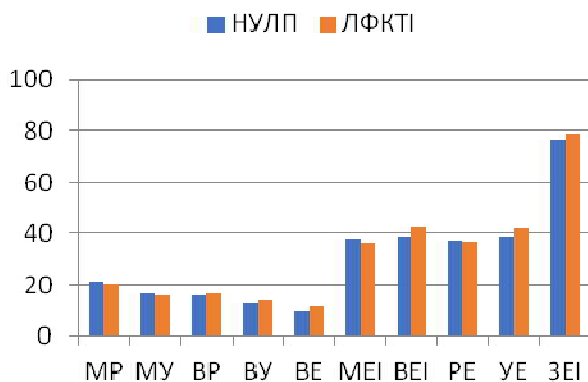


Рис. 1.3. Порівняння показників емоційного інтелекту у студентів-програмістів та студентів-залізничників у загальній групі досліджуваних

За результатами порівняльного аналізу студентів різних технічних спеціальностей щодо показників емоційного інтелекту виявлено, що параметр BE (контроль власних емоцій, експресії) є дещо вищий у студентів залізничного напрямку порівняно з студентами ІТ-напрямку. Це може бути пов'язано із специфікою фаху. Однак, для покращення достовірності отриманих результатів, доцільно провести додаткове дослідження з більшою кількістю респондентів.

Отже, студенти, які прагнуть успішної професіоналізації, перш за все повинні розуміти свої власні емоції та вміти контролювати їх, тим самим вони краще будуть розуміти інших людей. Вміти долати труднощі, бути лідером, надихати інших – це запорука успішної комунікації та партнерства, чому сприяє EQ. Поза сумнівом, важливо розвивати рівень свого емоційного інтелекту. Це може значно

спростити життя і допомогти у професійному розвитку.

Здійснений кореляційний аналіз виявив статистично значимі обернені кореляційні зв'язки між реалістичним типом професійної спрямованості та розумінням і управлінням чужими емоціями (в основному для студентів-залізничників). Шкала «Реалістичний тип професійної спрямованості» корелює із такими шкалами емоційного інтелекту як «Управління чужими емоціями (МУ)» ($r=-0.57$, $p\leq 0,05$) та «Розуміння емоцій інших людей і управління ними, MEI» ($r=-0.43$, $p\leq 0,05$), що зображено на рис.1.4.



Рис.1.4. Кореляційна плеяда шкали «Реалістичний тип професійної спрямованості особистості»

Кореляційний аналіз підтверджує, що ті студенти, для яких характерний реалістичний тип професійної спрямованості можуть мати фокус на практичні завдання і менше орієнтовані на соціальні та емоційні аспекти роботи. Такі люди (з орієнтацією на сучасне) нездатні керувати та розуміти чужі емоції. Реалістичні особи часто мають розвинені навички саморегуляції та витривалість. Робота з фізичними об'єктами та технічними системами вимагає від них вміння контролювати свої емоції, зберігати спокій у стресових ситуаціях і фокусуватися на вирішенні конкретних проблем. Через меншу потребу в соціальній взаємодії люди реалістичного типу можуть мати менш розвинені емпатійні навички. Їм може бути важче розуміти й сприймати емоції інших людей, оскільки вони частіше взаємодіють з об'єктами, ніж з людьми. Через свою практичність вони можуть вважати емоції менш важливими в роботі та житті; можуть мати складнощі з розв'язанням конфліктів, які вимагають активної міжособистісної взаємодії. Їхній підхід до вирішення конфліктів може бути більш прагматичним і менш емоційно включеним. Отже, люди реалістичного типу можуть мати сильну саморегуляцію та

емоційну стійкість, але потребують розвитку навичок емпатії та соціальної компетентності. Оскільки вони часто менше взаємодіють з іншими людьми, їхній емоційний інтелект може бути менш розвиненим у сфері розуміння та вираження емоцій, але сильнішим у плані контролю своїх емоцій та витримки під час стресових умов.

Оскільки емоційний інтелект студентів технічних спеціальностей є низьким (для половини опитаних респондентів), то його підвищення з метою їх успішності в професійній діяльності, повинно поєднувати практичні підходи з можливістю розвивати соціальні та емоційні навички в реальних або змодельованих ситуаціях. Використання структурованих навчальних програм, що орієнтовані на реальні кейси та командну роботу, допоможе їм ефективно розвивати емоційні компетенції, зберігаючи при цьому свою професійну орієнтацію. Доцільно розвивати комунікативні навички, емпатію, вміння працювати в групах, конструктивно вирішувати суперечки в групах, швидко адаптовуватися до нових умов та змін. Тому вважаємо доцільним впровадження навчальних занять для розвитку soft skills (м'яких навичок) у вищій освіті. Це, зокрема, передбачає роботу у вигляді навчання, тренінгів, практики, рефлексії.

Висновки. Емоційний інтелект (EQ) відіграє ключову роль у впливі на академічну успішність, соціальні навички, професійну компетентність та психологічне благополуччя студентів. Дослідження EQ у контексті студентської молоді є важливим для розуміння їх здатності долати стрес, підтримувати мотивацію до навчання та ефективно взаємодіяти з оточуючими. Високий рівень емоційного інтелекту сприяє адаптації до змін, формуванню здорових міжособистісних стосунків та підготовці до професійної діяльності, що робить дослідження EQ актуальним для розробки програм підтримки студентів, спрямованих на підвищення їх академічної та соціальної ефективності.

Проведений теоретичний аналіз літератури та емпіричне дослідження на базі Національного університету «Львівська політехніка» та Львівського коледжу транспортної інфраструктури підкреслюють важливість досліджень емоційного інтелекту та розробки шляхів його вдосконалення. Підтвердженням цього є

емпірично досліджені низькі показники емоційного інтелекту серед студентів. Також домінуюча професійна орієнтація із тенденцією до раціонального та інтелектуального типів обернено корелює із показниками емоційного інтелекту. Специфіка навчання на технічних спеціальностях зорієнтована на розвиток hard skills – твердих навичок, тобто вузькоспеціалізованих професійних компетенцій, які вимагають конкретні спеціальності. Вони пов'язані із розвитком інтелектуальних здібностей, пам'яті, уваги, знань основних закономірностей та механізмів професійної діяльності. Це – робота з інформацією, даними, створення макетів, графіків, основи інженерії, механіки, тощо. Ці навички безумовно є потрібними фахівцям.

І поруч з тим так мало уваги в навчальному процесі приділено емоційному інтелекту, який лежить в основі soft skills – м'яких навичок, що є важливим для розуміння себе, своїх емоцій, а відтак і потреб, розуміння інших, для здатності орієнтуватися в ситуації, бути чуйним до себе, оточуючих, вміти конструктивно спілкуватися і взаємодіяти. Саме добрий контакт із емоційною сферою допомагає особистості підтримувати внутрішню гармонію та психологічне благополуччя. Очевидно, що за наявності доброго самопочуття, в тому числі психологічного, особистість зможе розвиватися та реалізовувати себе в професії.

Одним із недостатньо досліджених аспектів EQ є його роль у формуванні стійкості до стресу та психологічного благополуччя студентів. У сучасних умовах швидких змін, зростаючих вимог до навчання та кар'єрного розвитку молодь стикається з підвищеним рівнем стресу та емоційного навантаження. Дослідження цього аспекту є важливим, оскільки здатність керувати власними емоціями та емоціями інших може значно вплинути на те, як студенти долають життєві труднощі, підтримують мотивацію та зберігають психологічне здоров'я. Розуміння цього зв'язку може сприяти розробці більш ефективних програм підтримки студентів, спрямованих на зміцнення їхньої стійкості до стресу та покращення загального благополуччя, що, в свою чергу, позитивно впливатиме на їхню успішність в академічній та професійній сферах.

Список використаних джерел

1. Васильківський І.П. (2017) Порівняльний аналіз моделей емоційного інтелекту в психолого-педагогічній літературі. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія: Педагогіка, психологія, філософія.. Вип. 259. С. 28–34.
2. Гоулман Д (2022) Емоційний інтелект; пер. з англ.С.-Л.Гумецької. -Х.: Віват, – 512с.
3. Зарицька В. (2022) Усвідомлення власних емоцій як чинник розумної поведінки. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди: Психологія; 0 (66) : 95-108; DOI: 10.34142/23129387.2022.66.06; Language: Дисертації
4. Луца К. (2023) Феномен емоційного інтелекту: наукові погляди американських та українських дослідників. Молодь і ринок 10/218: 162-166.
5. Льошенко О.А. (2015) Аналіз особливостей емоційного інтелекту у студентської молоді. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота. Вісник Київського національного університету ім. Т. Шевченка. – К., – № 35. – С. 263– 274
6. Люсин Д.В. (2004) Сучасні уявлення про емоційний інтелект / Під ред. Д.В. Люсіна, Д.В. Ушакова // Соціальний інтелект: Теорія, вимір, дослідження. – М.: Інститут психології РАН. – С. 29-36.
7. Максѡм К.В (2019) Актуальні проблеми психології: – К.: Видавництво «Фенікс». – Т. XII. Психологія творчості. – Випуск 25. – 304 с.
8. Носенко Е.Л. (2003) Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, main functions]: монографія / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. – К.: Вища школа. – 126 с.
9. Ткаченко, І. В., Денека, М. Т., & Дещенко, О. М. (2024). Сучасні інноваційні тенденції у впровадженні soft skills у вищій освіті: перспективи та потенціал. Педагогічна Академія: наукові записки, (6). <https://doi.org/10.57125/pedacademy.2024.05.29.06>
10. Hall N. (2007) Positive Psychology and Emotional intelligence. Positive Psychology News Daily, NY (Editor S.M) –November 10, 2007
11. Mayer J. D. (1986) How Mood Influences Cognition // Advances in Cognitive Science / ed. by N. E. Skarkey. Chichester, England : Ellis Horwood. Vol. 1. P. 290–314
12. Zhyhaylo N., Stelmakh O., Stasiuk M. (2018) Methodology of the emotional intelligence research. American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research. № 1 (8). P. 99-102.

References

1. Vasylykivskiy I.P. (2017) Porivnialnyi analiz modelei emotsiinoho intelektu v psykholoho-pedahohichnii literaturi [Comparative analysis of models of emotional intelligence in psychological and pedagogical literature] Naukovyi visnyk Natsionalnoho universytetu bioresursiv i pryrodokorystuvannia Ukrainy. Serii: Pedahohika, psykholohiia, filosofii. Vyp. 259. S. 28–34. (in Ukrainian)
2. Houlman D (2022) Emotsiinyi intelekt [Emotional intelligent]; per. z anhl.S.-L.Humetskoï. -Kh.: Vivat, – 512s. (in Ukrainian)
3. Zarytska V. (2022) Usvidomlennia vlasnykh emotsii yak chynnyk rozumnoi povedinky [Awareness of one's own emotions as a factor of intelligent behavior]. Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody: Psykholohiia; 0 (66) : 95-108; DOI: 10.34142/23129387.2022.66.06; Language: Dysertatsii (in Ukrainian)
4. Lutsa, Kristian. (2023) Fenomen emotsiinoho intelektu: naukovi pohliady amerykanskykh ta ukrainskykh doslidnykiv [The phenomenon of emotional intelligence: scientific views of American and Ukrainian researchers]. Molod i rynek 10/218: 162-166. (in Ukrainian)
5. Loshenko O.A. (2015) Analiz osoblyvostei emotsiinoho intelektu u studentskoi molodi [Analysis of features of emotional intelligence among students]. Psykholohiia. Pedahohika. Sotsialna robota. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu im. T. Shevchenka. – K., – № 35. – S. 263– 274 (in Ukrainian)
6. Liusyn D.V. (2004) Suchasni uiavlennia pro emotsiinyi intelekt [Modern concepts of emotional intelligence] / Pid red. D.V. Liusina, D.V. Ushakova // Sotsialnyi intelekt: Teoriia, vymir, doslidzhennia. – М.: Instytut psykholohii RAN. – S. 29-36. (in Ukrainian)
7. Maksom K.V (2019) Aktualni problemy psykholohii [Actual problems of psychology]: – К.: Vydavnytstvo «Feniks». – Т. KhII. Psykholohiia tvorchosti. – Vypusk 25. – 304 s. (in Ukrainian)
8. Nosenko E.L. (2003) Emotsiinyi intelekt: kontseptualizatsiia fenomenu, osnovni funktsii: monohrafiia / E.L. Nosenko, N.V. Kovryha. – К.: Vyshcha shkola. – 126 s. (in Ukrainian)
9. Tkachenko, I. V., Deneka, M. T., & Deshchenko, O. M. (2024). Suchasni innovatsiini tendentsii u vprovadzhenni soft skills u vyshchii osviti: perspektyvy ta potentsial [Modern innovative trends in the implementation of soft skills in higher education: prospects and potential]. Pedahohichna Akademiia: naukovi zapysky, (6). <https://doi.org/10.57125/pedacademy.2024.05.29.06> (in Ukrainian)
10. Hall N. (2007) Positive Psychology and Emotional intelligence. Positive Psychology News Daily, NY (Editor S.M) –November 10, 2007

11. Mayer J. D. (1986) How Mood Influences Cognition // Advances in Cognitive Science / ed. by N. E. Skarkey. Chichester, England : Ellis Horwood. Vol. 1. Pp. 290–314
12. Zhyhaylo N., Stelmakh O., Stasiuk M. (2018) Methodology of the emotional intelligence research. American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research. № 1 (8).. P. 99-102.

Summary

THE PECULIARITIES OF THE TECHNICAL STUDENTS EMOTIONAL INTELLIGENCE

Myshchysyn M. Candidate of
Psychological Science, Lecturer;
Lviv Polytechnic National University
Fechan N. Senior teacher;
Lviv Polytechnic National University

Introduction. The results of a theoretical and empirical study of the emotional intelligence of technical students are presents in the article. An analysis of the psychological features according the emotional intelligence of technical specialties students, its formation and development was carried out. The relevance of the study of emotional intelligence of students and its importance in academic performance, achievement of one's goals and satisfaction of one's needs is substantiated. On the basis of the conducted research, low indicators of the level of development of emotional intelligence among students and an inverse correlation between indicators of emotional intelligence and a realistic type of orientation, which is characteristic of technical specialties, were revealed.

Purpose is the theoretical substantiation and empirical research of the psychological features of emotional intelligence of technical specialties students.

Methods. Theoretical (the analysis of the literature, date generalization, comparison, generalisation,) and empirical (instrumental) research methods are used.

Originality. The analysis of the technical specialties activities indicates well-developed analytical thinking, the ability to systematize information, build clear logical connections and make decisions based on facts. According to the results of an empirical study using the method of J. Holland, only 20.22% of surveyed students belong to the social type of professional orientation, 19.85% of the respondents have pronounced qualities of the intellectual type, 19% of the respondents are realistic, the rest of the sample was divided between convectional, entrepreneurial and artistic. As for the results of the emotional intelligence study, the distribution of the sample was as follows: 50% showed a low level of emotional intelligence, 32% had an average level, and only 18% had a high level. In particular, IT students are characterized by the ability to control unwanted emotional manifestations and to evoke and maintain appropriate emotions in appropriate situations. However, there are weak skills in understanding one's own emotions and the emotions of others. Railway engineering students, on the contrary, are distinguished by the ability to control the external manifestations of their emotions and manage their own emotions, but they do not understand other people's emotions enough and are not able to effectively manage the emotional states of other people.

The correlational analysis revealed statistically significant inverse correlations between the realistic type of professional orientation and the understanding and management of other people's emotions (railway engineering students). The scale "Realistic type of professional orientation" correlates with such scales of emotional intelligence as "Managing other people's emotions" ($r=-0.57$, $p\leq 0.05$) and "Understanding other people's emotions and managing them" ($r=-0.43$, $p\leq 0.05$).

Conclusion. Technical specialties students focused on the development of hard skills, that is, highly specialized professional competencies that are required by specific specialties. They are related to the development of intellectual abilities, memory, attention, knowledge of the basic patterns and mechanisms of professional activity. These skills are definitely needed by specialists. And next to that, so little attention in the educational process is paid to emotional intelligence, which is the basis of soft skills. It is important for understanding oneself, one's emotions, and therefore the needs, understanding of others, for the ability to navigate the situation, to be sensitive to oneself and others, to be able to communicate and interact constructively. It is a good contact with the emotional sphere that helps a person to maintain inner harmony and psychological well-being.

Key words: emotional intelligence; students of technical specialties; emotional competence; professional focus; empathy

Концептуалізація – Мицишин М. М.

Методика – Фечан Н. П.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 31.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 09.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**МОТИВАЦІЙНО-РЕГУЛЬТОРНА, КОГНІТИВНО-МОТИВАЦІЙНА
ТА ІНТЕГРАТИВНА СКЛАДОВІ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ
ЯК ПРЕДИКТОРИ УСПІШНОСТІ УЧІННЯ ЗДОБУВАЧІВ**

Мороз Л. І. доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології, Уманський державний
педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0003-2840-6689>

Ольховецький С. М. кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, Уманський державний
педагогічний університет імені Павла Тичини,
<https://orcid.org/0000-0001-9135-4872>

Нині система вищої освіти безперервно змінюється: навчання дедалі більшої кількості здобувачів стає пов'язаним із використанням дистанційних технологій, тому так важливо визначити мотиваційні чинники, що потенційно впливають на академічну успішність здобувачів різних форм навчання. Результати показали, що якщо переважає сильна внутрішня мотивація, то вона достатньою мірою визначає академічну успішність, але якщо мотивації бракує або вона має зовнішній характер, то підвищити академічну успішність допомагають інші компоненти, а саме - ресурси саморегуляції та стиль пояснення успіхів і невдач у навчальній діяльності.

Ключові слова: навчання; здобувач; дистанційні технології; мотиваційні чинники; академічна успішність; форми навчання; внутрішня мотивація; зовнішня мотивація; ресурси саморегуляції.

Вступ. Вивчення різноманітних чинників, які впливають на академічні досягнення здобувачів, не втрачає своєї актуальності, адже академічні досягнення пов'язані з успішністю у професійній сфері (Tentama, Abdillah, 2019).

Загальноновизнаними чинниками є інтелектуальні та мотиваційні, при цьому значення мотиваційних чинників пояснюється їхньою роллю у регуляції діяльності. Перспективним видається теоретичний підхід В.Олефіра (Олефір, 2016), в якому пропонується враховувати структуру мотивації та розглядати одні мотиваційні змінні як необхідні умови, а інші - як медіатори або модератори впливу перших перемінних на академічні досягнення, тож у будемо спиратимемось на структурно-динамічну модель мотивації досягницької діяльності, згідно з якою виокремлено чотири блоки мотиваційних перемінних: мотиваційно-смісловий, мотиваційно-регуляторний, когнітивно-мотиваційний та інтегративний. Перший містить ієрархію внутрішніх і зовнішніх мотивів, що запускають діяльність, другий - процес цілепокладання, що містить планування, саморегуляцію і самоконтроль під час виконання діяльності, третій - когнітивні предиктори, які запускають

цілепокладання і наполегливість, і що містять уявлення про причини успіхів і невдач, засоби досягнення цілей і міру володіння ними, і четвертий - наполегливість, концентрацію та наполегливість під час досягнення поставлених цілей і зіткнення із труднощами і невдачами.

Взаємозв'язку мотиваційно-сміслових перемінних та академічної успішності присвячено багато досліджень, у той час як роль і місце решти складових вивчено менше, особливо під час переходу до змішаного або дистанційного навчання. Нині дедалі більшого значення набуває цифрове освітнє середовище (ЦОС), оскільки впроваджується значна кількість умов навчання, які реалізуються на основі цифрових технологій. Спочатку багато у чому це було зумовлено тими змінами у світі, що їх спричинила пандемія, проте зараз багато здобувачів усвідомлено обирають для себе навчання із використанням дистанційних технологій через війну в Україні. Усе це зумовлює питання про значущість мотиваційно-регуляторних, когнітивно-мотиваційних та інтегративних блоків у подібному середовищі навчання, адже потрібен, зокрема, і розвиток нових вмінь і навичок,

важливою умовою якого є саморегуляція. Можна припустити, що саме ці блоки відіграватимуть важливішу роль у визначенні академічної успішності при впровадженні елементів дистанційного навчання.

Якщо розглядати саморегуляцію стосовно навчальної діяльності, то можна вести мову про те, що вона являє собою систему самостійної організації здобувачем власних дій, спрямованих на самонавчання і самовиховання, а також на ефективне функціонування здобувача у навчальному процесі. Система саморегуляції передбачає наявність таких компонентів: самоаналіз особистісних умов, мотивованість в успішному процесі певної діяльності, постановку цілей і планування дій, самокорекцію. Наявність цих компонентів пов'язується деякими дослідниками зі здатністю до самостійної роботи загалом. У тому разі, якщо йдеться про дистанційне навчання, самостійна робота особливо важлива, оскільки успішність навчання безпосередньо залежить від здатності здобувача грамотно організувати свою діяльність. При цьому, згідно з отриманими даними, навчання у цифровому середовищі, своєю чергою, також сприяє покращенню саморегуляції у здобувачів. Виходячи з усього цього, можна вести мову про те, що наявність розвиненої саморегуляції дозволяє досягати цілей, пов'язаних зі здобуттям знань, вмінь і навичок у цифровому освітньому середовищі. При цьому вкрай важливим для успішного навчання є формування ефективного регуляторного стилю. Його наявність може бути розглянута як ресурс для активації необхідних індивідуальних особливостей за допомогою компенсації розвинених різною мірою стильових особливостей.

Теоретичне підґрунтя. Самоконтроль, будучи впевненістю у своїй здатності усвідомлено регулювати свою поведінку, пов'язаний зі здатністю особистості до саморегуляції. Зазначимо також, що під час здобуття знань у цифровому середовищі розвинений самоконтроль є значущим компонентом успішного навчання (Duckworth, Taxer, Eskreis-Winkler, Galla, Gross, 2019), особливо у разі дистанційного навчання (Jiang H., 2022), хоча його зв'язків

із мотивацією та самоефективністю не виявлено (Arık, 2019). Роль атрибутивного стилю як способу, яким люди пояснюють собі причини різноманітних подій, у прогнозуванні академічних успіхів також наголошувалася у різних дослідженнях (Gibb, Zhou, Alloy, Abramson, 2002; Gordeeva, Kennon, Sychev, 2020; Houston, 2015), при цьому є деякі підтвердження тому, що атрибутивний стиль є дуже важливим у разі змішаного навчання (Mosallanejad, Alipour, Zandi, 2010). Тим часом емпіричні дані щодо компонентів, які роблять внесок в успішність навчання, є дещо суперечливими. Так, наприклад, в одному з досліджень регресійний аналіз показав, що лише один показник саморегуляції (тайм-менеджмент) статистично значущо входить у модель. При цьому його стандартизований регресійний коефіцієнт бета негативний і близький до нуля (-0,03). Найбільший регресійний коефіцієнт (0,53) виявився у показника «Пошук підтримки», але водночас він статистично незначущий (Kashif, Shahid, 2021, 17). Такі результати можуть пояснюватися застосуванням регресійного методу із включенням одразу усіх вимірних показників, які сильно корелюють між собою. Відсутність перевірки на мультиколінеарність та від'ємні стандартизовані стандартизовані регресійні коефіцієнти дозволяють засумніватися у пояснювальній силі ресурсів саморегуляції для середнього бала на сесії ($r^2=0,54$). В іншому дослідженні виявилось, що хоча цілепокладання і пов'язане з академічною успішністю, цей зв'язок не опосередковується самоефективністю, залученістю та задоволенням від навчання під час онлайн-навчання (Ma, She, 2023). У ґрунтовному огляді (Xu, Zhao, Liew, Zho, Kogut, 2023) зазначено, що серед 73 статей, присвячених внеску саморегуляції в академічну успішність здобувачів змішаної та дистанційної форм навчання, лише в 63% досліджень ($N=46$) виявлено позитивний ефект; відсутність ефекту виявлено у 19% досліджень ($N=14$) і суперечливі результати отримано у 18% досліджень ($N=13$) (Xu, Zhao, Liew, Zho, Zho, Kogut, 2023).

Мета статті – обґрунтування значущості мотиваційно-регуляторних,

когнітивно-мотиваційних та інтегративних блоків у середовищі дистанційного навчання здобувачів.

Методи дослідження – тестування, опитування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Можна припустити, що під час переходу на змішане, а тим більше повністю дистанційне навчання значення усіх додаткових компонентів (на додачу до мотиваційно-сислової) зростає, і вони матимуть більший вплив на результати навчання, ніж за очного традиційного навчання. Таким чином, гіпотезою дослідження є таке твердження: мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна компоненти відіграватимуть важливішу роль у прогнозуванні академічної успішності у здобувачів, які використовують дистанційні технології. Для перевірки цієї гіпотези було обрано здобувачів з одного й того самого закладу вищої освіти денної форми навчання, які навчаються очно (face-to-face), і здобувачів заочної форми навчання, які навчаються у змішаному форматі, але переважно дистанційно. У дослідженні взяли участь здобувачі очної форми навчання та заочної із застосуванням електронного навчання (ЕО) і дистанційних освітніх технологій (ДОТ) Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Здобувачі очної форми навчання (N=40, 90% жіночої статі) були на 2-му курсі і в університеті ніколи не переходили на дистанційну форму навчання: і лекційні, і практичні заняття здійснювалися очно, без застосування ЕО та ДОТ (face-to-face). Здобувачі заочної форми навчання із застосуванням ЕО та ДОТ (N=74, 92% жіночої статі) були переважно на 3-му курсі, що приблизно відповідає програмі 2-го курсу очного відділення. Дистанційні заняття відбувались на платформах: ZOOM, Big Blue Button, Moodle. У Moodle було розроблено навчальні курси з усіх дисциплін спеціальності, здобувачам запропоновано лекції, матеріали для практичних занять, стимулюючі запитання, завдання та практико-орієнтовані матеріали, з якими вони могли ознайомитися як до, так і після занять. Перевірка знань здійснювалася і в

усній формі на онлайн-заняттях, і у формі тестів з усіх дисциплін, що дозволяло усебічно та неупереджено оцінити здобуті компетенції. Здобувачі мали можливість отримувати зворотний зв'язок від викладачів не лише під час занять, а й після їхнього проведення, адресуючи запитання в Moodle та отримуючи відповіді, вони закривали прогалини у знаннях (суб'єкт-суб'єктна взаємодія).

Тестування було електронним (гугл-форми), добровільним та анонімним. Для вивчення мотиваційно-сислової компоненти використовували опитувальник «Шкали академічної мотивації» (ШАМ) Т.Гордєєвої та ін., який містить сім шкал: три типи внутрішньої мотивації (пізнавальна, досягнення, мотивація саморозвитку), три типи зовнішньої мотивації навчальної діяльності (мотивація самоповаги, інтроектівана, екстернальна) та амотивацію. Для вивчення мотиваційно-регуляторної компоненти використовували опитувальники: коротка шкала самоконтролю Дж. Тангні, Р.Баумайстера та А.Бун в адаптації Т.Гордєєвої та ін. та опитувальник В.Моросанової «Стиль самоконтролю», «Стиль саморегуляції поведінки - ССПМ 2020», призначений для діагностики розвитку усвідомленої саморегуляції та профілю її стильових особливостей, які стійко проявляються у різних видах довільної активності й життєвих ситуаціях, і дозволяє визначити сім різних аспектів саморегуляції: планування цілей, моделювання значущих умов досягнення мети, програмування дій, оцінювання результатів, гнучкість, надійність, наполегливість, а також загальний рівень усвідомленої саморегуляції. Для вивчення когнітивно-мотиваційної компоненти використовували методику «Стиль пояснення успіхів і невдач», що діагностує оптимістичний/песимістичний стиль пояснення успіхів і невдач у досягтницькій діяльності за параметрами глобальності, стабільності та контрольованості, й опитувальник загальної самоефективності Р.Шварцера та М.Ерусалема в адаптації В.Ромека. Для вивчення інтегративної компоненти використовували опитувальник завзятості та наполегливості (Grit)

А.Даквортс зі співавторами в адаптації Ю.Тюменеві та ін. Для вимірювання академічних досягнень було використано два показники: середній бал за всі попередні сесії (10-бальна шкала) та опитувальник Т.Корнілової та її колег, що містить три шкали оригінального опитувальника (Прийняття імпліцитної теорії «нарощеного інтелекту», Прийняття імпліцитної теорії «особи, що збагачується» та Прийняття цілей навчання), а також додаткову шкалу «Самооцінка навчання». Для порівняння мотиваційних профілів очного і заочного відділень було використано двофакторний дисперсійний аналіз для змішаної експериментальної схеми (міжгруповим чинником було відділення (очне/заочне), а внутрішньогруповим - шкали академічної мотивації). Для визначення внеску мотивації в академічну успішність, яку вимірювали за допомогою двох показників (успішність і самооцінка навчання), було здійснено множинний регресійний аналіз, у якому як залежну перемінну використовували по черзі показники академічної успішності, а як предиктори - різні типи мотивації (субшкали методики «Шкали академічної мотивації»). Використовувався покроковий алгоритм із включенням. Для визначення того, наскільки мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна компоненти є важливими для ефективності навчання, до регресійної моделі було додано показники самоконтролю, саморегуляції поведінки, атрибутивного стилю, самоефективності та наполегливості. Щоб

відібрати найважливіші предиктори, використовували покроковий алгоритм із включенням, виокремлювали статистично значущі предиктори, а потім модель перераховували стандартним методом для отримання регресійних коефіцієнтів і коефіцієнта детермінації. Аналіз проводили окремо для кожної групи здобувачів (очне та заочне відділення). Обчислення проводилися у програмі STATISTICA 12.0.

Результати порівняння мотиваційних профілів засвідчили, що є статистично значуща взаємодія із сильним ефектом між змінними форма навчання та шкала академічної мотивації ($F(6,672)=18,40$; $p<0,0001$; $\eta^2=0,14$), що свідчить про суттєві відмінності між профілями здобувачів різних відділень. Апостеріорний критерій Дункана засвідчив статистично значущі відмінності за усіма шкалами, окрім шкал мотивації самоповаги ($p=0,27$) та інтроєктованої мотивації ($p=0,054$). Порівняння середніх (табл. 1) показують, що у здобувачів денного відділення більш вираженою є екстернальна мотивація та амотивація (апостеріорний критерій Дункана, $p<0,001$), а у здобувачів заочного відділення - усі види внутрішньої мотивації: пізнавальна (апостеріорний критерій Дункана, $p<0,001$), досягнення (апостеріорний критерій Дункана, $p<0,001$) і мотивація саморозвитку (апостеріорний критерій Дункана, $p=0,014$). Статистично значуща взаємодія та отримані середні свідчать про те, що у здобувачів заочного відділення переважає внутрішня мотивація, тоді як у здобувачів стаціонару - зовнішня.

Таблиця 1

Середні значення за шкалами академічної мотивації для здобувачів очного та заочного відділень (вертикальні відрізки позначають 95% довірчий інтервал)

Види мотивації	Очна форма	Заочна форма
Пізнавальна	13,2	15,4
Досягнення	11,1	13,7
Саморозвитку	12,7	14,8
Самоповаги	12,4	13,3
Інтроєктована	12,5	10,9
Екстернальна	12,9	8,7
Амотивація	11,1	7,6

У табл. 2 наведено результати описової статистики та порівняльного аналізу здобувачів заочного та денного відділень для усіх інших показників, які

використовуються у дослідженні (мотиваційно-регуляторного, когнітивно-мотиваційного та інтегративного компонентів).

Результати порівняння мотиваційних компонент здобувачів заочного і денного відділень: описова статистика і результати t-критерію Стьюдента

Параметр	Очне M±σ	Заочне M±σ	t	d Коена
Стиль саморегуляції поведінки				
Планування цілей	12,3±4,11	13,8±3,59	-2,09*	0,41
Моделювання умов	13,3±3,00	13,4±2,79	-0,30	0,06
Програмування дій	15,1±2,68	14,9±2,99	0,24	0,05
Оцінювання результатів	11,4±3,08	12,6±3,61	-1,89	0,37
Гнучкість	14,2±2,88	13,8±3,18	0,62	0,12
Надійність	8,9±3,71	9,8±3,46	-1,32	0,26
Наполегливість	14,2±3,28	14,6±2,79	-0,61	0,12
Загальний рівень саморегуляції	89,4±14,1	93,1±13,44	-1,40	0,27
Методика «Самоконтроль»				
Рівень самоконтролю	36,7±8,78	38,9±7,03	-1,46	0,29
Шкала загальної самоефективності				
Рівень самоефективності	29,8±5,33	30,5±5,48	-0,69	0,13
Опитувальник стилю пояснення успіхів і невдач для дорослих				
Параметр стабільності	58,7±8,93	61,2±7,98	-1,54	0,30
Параметр глобальності	69,4±12,46	71,3±10,45	-0,87	0,17
Параметр контролю	72,8±10,31	71,2±11,55	0,76	0,15
Оптимізм у ситуації успіху	93,5±15,79	92,9±14,02	0,19	0,04
Оптимізм у ситуації невдачі	107,4±15,52	110,68±13,78	-1,17	0,23
Оптимізм у ситуаціях досягнення	120,1±15,58	121,0±14,00	-0,33	0,06
Оптимізм у міжособистісних ситуаціях	80,8±10,59	82,6±10,69	-0,87	0,17
Загальний рівень оптимізму	200,9±24,78	203,7±21,36	-0,62	0,12
Методика «GRIT»				
Стійкість інтересів	20,5±5,55	21,5±4,29	-1,05	0,21
Наполегливість	17,5±3,95	18,1±3,54	-0,86	0,17

Встановлено, що загалом параметри саморегуляції та рівень самоконтролю і самоефективності розвинені у здобувачів обох відділень приблизно на однаковому рівні, водночас для здобувачів заочного відділення характерним є лише вірогідно вираженіше планування цілей ($t(112)=-2,09$; $p<0,05$), хоча величина ефекту є меншою за середню (d Коена $<0,5$). Можна зазначити, що значущих відмінностей у параметрах атрибутивного стилю та рівня оптимізму щодо позитивних і негативних подій, а також у рівні стійкості інтересів і наполегливості у здобувачів денного та заочного відділень не виявлено. Виходячи з цього, можна зробити висновки, що здобувачі денного та заочного відділень різняться переважно за академічною мотивацією, а мотиваційно-регуляторний, когнітивно-мотиваційний та інтегративний компоненти виражені у них однаково. У зв'язку з цим особливо цікаво перевірити, чи різняться внесок цих однаково і неоднаково виражених компонент в академічну

успішність за різних форм навчання. Для перевірки використовували множинний регресійний аналіз.

Результати регресійного аналізу подано у табл. 3 для здобувачів заочного відділення і у табл. 4 для здобувачів денного відділення. Можна помітити, що для здобувачів обох відділень мотивація (мотиваційно-сміслова компонента) прогнозує успішність дещо нижчу, ніж самооцінка навчання ($r^2=0,12$ і $r^2=0,33$ для здобувачів-заочників і $r^2=0,12$ і $r^2=0,40$ для здобувачів денного відділення). Для здобувачів заочного відділення основним предиктором виявилася мотивація саморозвитку, а для здобувачів денного відділення - мотивація досягнення. Таким чином, і в одному, і в іншому випадку визначальною є внутрішня мотивація.

За додавання показників мотиваційно-регуляторної, когнітивно-мотиваційної та інтегративної компоненти для здобувачів заочного відділення до моделі ввійшли лише показники саморегуляції поведінки (табл. 3).

Таблиця 3

Результати регресійного аналізу для прогнозування академічної успішності (середній бал і самооцінка навчання) за різними показниками мотиваційно-сміслової компоненти та за показниками мотиваційно-сміслової, мотиваційно-регуляторної, когнітивно-мотиваційної та інтегративної компонент для здобувачів заочного відділення

Академічна успішність	Успішність (середній бал)	Самооцінка (Опитувальник імпліцитних теорій і цілей навчання, шкала 4)
Мотиваційно-сміслова компонента		
Предиктори	Мотивація саморозвитку (0,34)	Мотивація саморозвитку (0,57)
r^2	0,12	0,33
Мотиваційно-сміслова, мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна компоненти		
Предиктори	Мотивація саморозвитку (0,25)	Мотивація саморозвитку (0,42)
	Оцінювання результатів (0,25)	Загальний рівень усвідомленої саморегуляції (0,32)
r^2	0,17	0,41

Примітка: у дужках наведено стандартизовані регресійні коефіцієнти бета ($p < 0,05$).

Середній бал можна передбачити трохи краще, якщо брати до уваги не лише мотивацію, а й оцінювання результатів, тобто розвиненість та адекватність оцінювання респондентами себе, власних дій і результатів власної діяльності та поведінки. У прогнозування самооцінки навчання крім мотивації робить внесок загальний рівень усвідомленої саморегуляції. Коефіцієнти детермінації, що мало змінилися (0,12 vs 0,17 для успішності та 0,33 vs 0,41 для самооцінки навчання), свідчать про те, що роль ресурсів саморегуляції є невеликою. Натомість для здобувачів денного відділення (табл. 4) коефіцієнти детермінації суттєво

збільшилися за додавання до моделі ресурсів саморегуляції (0,12 vs 0,46 для успішності та 0,40 vs 0,70 для самооцінки навчання), що свідчить про їхню більш важливу роль у визначенні академічної успішності у цьому випадку. Крім того, порівняно із заочним відділенням, таких ресурсів увійшло до моделі дещо більше: для прогнозування середнього бала виявилися важливими моделювання значущих умов і програмування дій, для прогнозування самооцінки навчання - наполегливість, глобальність і стабільність.

Таблиця 4

Результати регресійного аналізу для прогнозування академічної успішності (середній бал і самооцінка навчання) за різними показниками мотиваційно-сміслової компоненти та за показниками мотиваційно-сміслової, мотиваційно-регуляторної, когнітивно-мотиваційної та інтегративної компонент для здобувачів денного відділення

Академічна успішність	Успішність (середній бал)	Самооцінка (Опитувальник імпліцитних теорій і цілей навчання, шкала 4)
Мотиваційно-сміслова компонента		
Предиктори	Мотивація досягнення (0,35)	Мотивація досягнення (0,64)
r^2	0,12	0,40
Мотиваційно-сміслова, мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна компоненти		
Предиктори	Мотивація досягнення (0,39)	Мотивація досягнення (0,53)
	Моделювання значущих умов (0,28)	Наполегливість (0,39)
	Програмування дій (0,48)	Глобальність (-0,41)
	Стабільність (0,55)	
r^2	0,46	0,70

Примітка: у дужках наведено стандартизовані регресійні коефіцієнти бета ($p < 0,05$).

Результати дослідження продемонстрували, що рівень і характер мотивації у навчальній діяльності є дещо різними у здобувачів різної форми навчання. Зокрема, здобувачі заочного відділення, які навчаються із застосуванням дистанційних технологій, мають більш виражену внутрішню мотивацію, ніж здобувачі очного відділення. Водночас здобувачі очної форми навчання більшою мірою схильні до екстернальної мотивації і дещо частіше демонструють відсутність інтересу і відчуття осмисленості навчальної діяльності. Можна припускати, що такі відмінності зумовлені самим форматом навчання, оскільки навчання за допомогою дистанційних технологій найчастіше передбачає більшу самостійність здобувачів під час вивчення навчальних матеріалів, більшу залученість у процес навчання та усвідомленість.

Натомість параметри саморегуляції, самоконтролю, самоефективності, завзятості та наполегливості фактично не мають відмінностей у здобувачів різної форми навчання. Це може свідчити про те, що загалом особистісні компоненти, які відповідають за успішність і досягнення цілей у будь-якій діяльності, зокрема й навчальній, не зазнають значних змін у процесі очного чи заочного навчання.

Результати регресійного аналізу показують, що гіпотеза дослідження не підтвердилася. Всупереч припущенню про те, що мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна компоненти будуть більш важливими для прогнозування академічної успішності у разі застосування дистанційних форм навчання, під час дослідження встановлено зворотну закономірність. Мотиваційно-регуляторна, когнітивно-мотиваційна та інтегративна компоненти загалом є значущими предикторами успішності навчальної діяльності, тим часом для здобувачів денного відділення роль цих мотиваційних компонентів є особливо великою (за умови їхнього додавання коефіцієнт детермінації збільшується у 2 рази). Можна припустити, що для здобувачів заочної форми навчання власне внутрішня мотивація, прагнення здобути певні знання є достатнім стимулом

до навчання, досягнення вищих результатів, тоді як здобувачі денного відділення потребують додаткових чинників (у вигляді розвитку параметрів саморегуляції, самоефективності та самоконтролю). Отже, якщо мотиваційно-смісловий компонент сильно виражений, то він достатньою мірою визначає академічну успішність, але якщо мотивації бракує або вона має зовнішній характер, то підвищити академічну успішність допомагають інші компоненти, а саме - ресурси саморегуляції та стиль пояснення успіхів і невдач у досягненнях діяльності. Основним обмеженням цього дослідження є невеликий обсяг вибірки, що могло позначитися на надійності результатів і можливості їхнього поширення на генеральну сукупність.

Висновки. У здобувачів денного відділення більш вираженими є екстернальна мотивація та амотивація, а у здобувачів заочного відділення - усі види внутрішньої мотивації: пізнавальна, досягнення та мотивація саморозвитку. При цьому здобувачі різних форм навчання практично не відрізняються за вираженістю мотиваційно-регуляторної, когнітивно-мотиваційної та інтегративної компонент. Внесок мотиваційно-регуляторної, когнітивно-мотиваційної та інтегративної компонент в академічну успішність є достатньо суперечливим і має різний характер залежно від форми навчання. Зокрема, в успішність навчальної діяльності у здобувачів очної форми навчання ці компоненти вносять найбільш значущий і комплексний внесок, тоді як академічна успішність у здобувачів заочної форми навчання здебільшого зумовлена тільки впливом мотиваційних чинників. Ці результати можуть бути пов'язані з виявленою специфікою мотиваційної структури здобувачів різних форм навчання. Виходячи з цього, можна припускати, що за відсутності внутрішньої зацікавленості у навчальних досягненнях здобувачам очної форми навчання доводиться задіювати додаткові джерела у вигляді саморегуляції, оптимізму, самоконтролю, самоефективності та завзятості.

Список використаних джерел

1. Олефір, В. О. (2016). Психологія саморегуляції суб'єкта діяльності: дис. д-ра психол. наук. Харків.
2. Arik, S. (2019). The Relations Among University Students' Academic Self-efficacy, Academic Motivation, and Self-control and Self-management Levels. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 7, 23. DOI:10.7575/aiac.ijels.v.7n.4p.23
3. Duckworth, A. L., Taxer, J. L., Eskreis-Winkler, L., Galla, B. M., Gross, J. J. (2019). Self-Control and Academic Achievement. *Annual Review of Psychology*, 70:1, 373–399. DOI:10.1146/annurev-psych-010418-103230
4. Gibb, B., Zhou, X., Alloy, L., Abramson, L. (2002). Attributional Styles and Academic Achievement in University Students: A Longitudinal Investigation. *Cognitive Therapy and Research*. 2002, 26, 309–315. DOI:10.1023/A:1016072810255
5. Gordeeva, T., Kennon, S., Sychev, O. (2020). Linking Academic Performance to Optimistic Attributional Style: Attributions Following Positive Events Matter Most. *European Journal of Psychology of Education*, 35, 21–48. DOI:10.1007/s10212-019-00414-y
6. Houston, D. (2015). Revisiting the Relationship Between Attributional Style and Academic Performance. *Journal of Applied Social Psychology*, 46(3), 192–200. DOI:10.1111/jasp.12356
7. Jiang, H. (2022). The Correlation between Self-directed Learning Ability and Academic Achievement in Online Education. *Journal of Education and Educational Research*, 1, 64–66. DOI:10.54097/jeer.v1i2.3234
8. Kashif, M. F., Shahid, R. (2021). Students' Self-Regulation in Online Learning and its Effect on their Academic Achievement. *Global Educational Studies Review*, VI(III), 11–20. DOI:10.31703/gesr.2021(VI-III).02
9. Ma, L., She, L. (2023). Self-Regulated Learning and Academic Success in Online College Learning. *The Asia-Pacific Education Researcher*. DOI:10.1007/s40299-023-00748-8
10. Mosalanejad, L., Alipour, A., Zandi, B. (2010). A Blended Education Program Based on Critical Thinking and its Effect On Personality Type and Attribution Style of the Students. *The Turkish Online Journal of Distance Education*, 11.
11. Tentama, F., Abdillah, M. H. (2019). Student Employability Examined from Academic Achievement and Self-concept. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 8, 2, 243–248. DOI:10.11591/ijere.v8i2.18128
12. Xu, Z., Zhao, Y., Liew, J., Zho, X., Kogut, A. (2023). Synthesizing Research Evidence on Self-regulated Learning and Academic Achievement in Online and Blended Learning Environments: A scoping Review. *Educational Research Review*, 39. 100510. DOI:10.1016/j.edurev.2023.100510

References

1. Olefir, V.O. (2016). *Psychologija samoreguljacii' sub'jekta dijal'nosti* [The psychology of self-regulation of the sub'ject of dijal'nosti]:... doktora psyhol. nauk. Harkiv, 360. (in Ukrainian)
2. Arik, S. (2019). The Relations Among University Students' Academic Self-efficacy, Academic Motivation, and Self-control and Self-management Levels. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 7, 23. DOI:10.7575/aiac.ijels.v.7n.4p.23
3. Duckworth, A.L., Taxer, J.L., Eskreis-Winkler, L., Galla, B.M., Gross, J.J. (2019). Self-Control and Academic Achievement. *Annual Review of Psychology*, 70:1, 373–399. DOI:10.1146/annurev-psych-010418-103230
4. Gibb, B., Zhou, X., Alloy, L., Abramson, L. (2002). Attributional Styles and Academic Achievement in University Students: A Longitudinal Investigation. *Cognitive Therapy and Research*. 2002, 26, 309–315. DOI:10.1023/A:1016072810255
5. Gordeeva, T., Kennon, S., Sychev, O. (2020). Linking Academic Performance to Optimistic Attributional Style: Attributions Following Positive Events Matter Most. *European Journal of Psychology of Education*, 35, 21–48. DOI:10.1007/s10212-019-00414-y
6. Houston, D. (2015). Revisiting the Relationship Between Attributional Style and Academic Performance. *Journal of Applied Social Psychology*, 46(3), 192–200. DOI:10.1111/jasp.12356
7. Jiang, H. (2022). The Correlation between Self-directed Learning Ability and Academic Achievement in Online Education. *Journal of Education and Educational Research*, 1, 64–66. DOI:10.54097/jeer.v1i2.3234
8. Kashif, M.F., Shahid, R. (2021). Students' Self-Regulation in Online Learning and its Effect on their Academic Achievement. *Global Educational Studies Review*, VI(III), 11–20. DOI:10.31703/gesr.2021(VI-III).02
9. Ma, L., She, L. (2023). Self-Regulated Learning and Academic Success in Online College Learning. *The Asia-Pacific Education Researcher*. DOI:10.1007/s40299-023-00748-8
10. Mosalanejad, L., Alipour, A., Zandi, B. (2010). A Blended Education Program Based on Critical Thinking and its Effect On Personality Type and Attribution Style of the Students. *The Turkish Online Journal of Distance Education*, 11.

11. Tentama, F., Abdillah, M.H. (2019). Student Employability Examined from Academic Achievement and Self-concept. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 8, 2, 243–248. DOI:10.11591/ijere.v8i2.18128

12. Xu, Z., Zhao, Y., Liew, J., Zho, X., Kogut, A. (2023). Synthesizing Research Evidence on Self-regulated Learning and Academic Achievement in Online and Blended Learning Environments: A scoping Review. *Educational Research Review*, 39. 100510. DOI:10.1016/j.edurev.2023.100510

Summary

MOTIVATIONAL-REGULATORY, COGNITIVE-MOTIVATIONAL AND INTEGRATIVE COMPONENTS OF DISTANCE LEARNING AS PREDICTORS OF STUDENTS' LEARNING SUCCESS

Moroz L. Doctor of Psychological Sciences, Full Professor,
Professor of Psychology Department, Pavlo Tychyna,
Uman State Pedagogical University

Olkhovetskyi S. Candidate of Psychological Sciences,
Docent, Associate Professor of Psychology Department,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. Today, the higher education system is constantly changing: the education of an increasing number of students is becoming associated with the use of distance technologies, so it is important to identify the motivational factors that potentially affect the academic performance of students of different forms of education. The results showed that if strong intrinsic motivation prevails, it sufficiently determines academic performance, but if motivation is lacking or is of an external nature, other components help to improve academic performance, namely self-regulation resources and the style of explaining successes and failures in learning activities.

Purpose is to substantiate the importance of motivational-regulatory, cognitive-motivational and integrative blocks in the environment of distance learning of students.

Methods - testing, surveys, methods of mathematical statistics.

Originality. Thus, if the motivational and semantic component is strongly expressed, it sufficiently determines academic performance, but if motivation is lacking or external, other components help to improve academic performance, namely, self-regulation resources and the style of explaining successes and failures in achieving activities.

Conclusion. For full-time students, extrinsic motivation and amotivation are more pronounced, and for part-time students, all types of intrinsic motivation are more pronounced: cognitive, achievement and self-development motivation. At the same time, students of different forms of study practically do not differ in the severity of the motivational-regulatory, cognitive-motivational and integrative components. The contribution of the motivational-regulatory, cognitive-motivational and integrative components to academic performance is quite controversial and has a different nature depending on the form of study. In particular, these components make the most significant and complex contribution to the success of full-time students' academic performance, while academic performance of part-time students is mostly determined by the influence of motivational factors. These results may be related to the identified specificity of the motivational structure of students of different forms of study. On this basis, it can be assumed that in the absence of intrinsic interest in academic achievement, full-time students have to use additional sources in the form of self-regulation, optimism, self-control, self-efficacy and perseverance.

Keywords: learning; applicant; distance technologies; motivational factors; academic performance; forms of learning; intrinsic motivation; extrinsic motivation; self-regulation resources.

Концептуалізація – Мороз Л. І.

Методика – Ольховецький С. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 31.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 03.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ПОНЯТЬ ТА УЗАГАЛЬНЕНЬ У МИСЛЕННЄВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СУБ'ЄКТА

*Москальов І. О. доктор філософії,
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0001-7950-1120>
Арістархова М. С. доктор філософії,
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-4602-2673>*

У статті здійснено теоретичний аналіз психологічних особливостей формування понять та узагальнень у мисленнєвій діяльності суб'єкта на основі аналізу психологічних досліджень у контексті формування та розвитку критичного мислення. Доведено що когнітивний процес узагальнення та формування понять є самостійною психологічною категорією з чітким теоретичним підґрунтям, психологічними закономірностями, особливостями функціонування та власним психічним змістом.

Ключові слова: критичне мислення; мисленнєва діяльність; когнітивний процес; узагальнення; поняття.

Вступ. Однією із особливостей ведення сучасної війни є її багатоаспектність і багатовимірність. На сьогодні, не секрет, що війни виграються насамперед саме у свідомості людей. Російська Федерація ніколи не випускала зі сфери своїх кровожерливих інтересів, та всіляко намагалася асимілювати українців у своєму культурному, інформаційному та економічному просторі, а коли це не вдалося, вторглася на нашу територію військовим шляхом. Зараз, коли наша увага цілком притягнута до війни, коли все українське суспільство відчуває брак безпеки, не слід забувати що країна-агресор веде проти нас не менш потужну інформаційну війну, всіляко намагається посіяти розбрат в українському суспільстві та Збройних Силах у тому числі, дискредитувати вище військове та політичне керівництво, створити у нашій свідомості ілюзію безвиході, відчаю та невідворотності своєї перемоги. Прагнучи психологічно зменшити рівень невизначеності та тим самим позбутися браку безпеки, ми занурюємося у безкінечний вир інформації, велика частка якої сьогодні є маніпулятивною, суперечливою або ж просто фейковою. Таке некритичне сприйняття інформації дає шанс нашому ворогові повільно просуватися вперед не тільки на полі бою, а й у нашій свідомості. Саме тому серед основних викликів та глобальних загроз

інформаційній безпеці України, зазначених у Стратегії інформаційної безпеки України (введеним в дію Указом Президента України від 28 грудня 2021 року № 685/2021) визначено недостатній рівень медіаграмотності (медіакультури) в умовах стрімкого розвитку цифрових технологій, що супроводжується зменшенням критичності сприйняття інформації, створює підґрунтя для можливих маніпуляцій громадською думкою, сприяє зростанню впливу дезінформації та деструктивної пропаганди. Тобто, сьогодні критично важливим є не просто вміти відшукувати інформацію, а навчитися саме розпізнаванню релевантної інформації, доланню суперечностей, що пов'язані зі стрімким збільшенням її кількості у світі та низьким рівнем культури особистості щодо роботи з її великими масивами, а також важливості для уникнення маніпуляцій, розпізнавання фейків, врахування когнітивних упереджень під час ухвалення управлінських рішень обумовлюють актуальність дослідження різних аспектів критичного мислення.

Одним з найважливіших напрямків дослідження процесу критичного мислення є вивчення його продукту та змістовної характеристики – узагальнень або понять. Мисленнєва операція узагальнення є продуктом розумової діяльності і тим змістовним наповненням, оперуючи яким здійснюється мислення. Тобто, можна

зазначити що тут інформація перебуває ніби на вхідному етапі, залежно від того наскільки свідомо та грамотно ми вміємо її сприймати, структурувати, надавати їй певну класифікацію та утворювати поняття, настільки ми у подальшому зможемо робити вірні висновки. Це важливий аспект, оскільки процес критичного мислення починається саме з прийому інформації (Канеман, Словік, & Тверські, 2005). Знаючи закономірності організації та формування узагальнень, вміючи вірно формувати поняття, ми можемо зрозуміти закономірності організації розумового процесу.

Мета статті. Дослідження психологічних особливостей формування понять та узагальнень у мисленнєвій діяльності суб'єкта на основі аналізу філософських та психологічних досліджень.

Теоретичне підґрунтя. Класичний погляд на процес узагальнень, як продукту та інструменту мислення, сягає корінням ще до філософської традиції. Починаючи з праць давньогрецьких філософів, мається на увазі наявність недосконалого, заснованого на чуттєвому досвіді практичного та «істинного» абстрактного теоретичного мислення. (Причепій, Черній, & Чекаль, 2012) Надалі цей підхід так чи інакше проявляється у роботах дослідників, які займаються проблемою мислення та інтелекту, Г. Богена, А. Валлона, О. Ліпмана, Ж. Піаже та С. Рубінштейна. (Пасічник, 2015, с. 21)

Серед авторів, які займаються проблемою мислення, слід зазначити Б. Рогофф і Дж. Лейва, С. Московичі, С. Скрібнера та М. Коула та інших авторів, що вивчали мислення в традиційній культурі.

Специфіка узагальнень у когнітивних процесах розглядається в роботах Н. Аха, Дж. Брунера, О. Зельца, У. Найссера, Д. Н. Узнадзе, Л. Фестингера та ряду інших авторів когнітивного напрямку, проблематика взаємозв'язку узагальнення та емоції, афективного процесу, афективної складової узагальнення розкривається в роботах Дж. Клоура, А. Коллінза, А. Ортоні, Л. Фестингера та ряду інших авторів (Конверський, 2020; Пасічник, 2015)

Засновниками напряму, який у психології отримав найменування «concept learning» (формування понять) вважають У. Джемса, Н. Аха, (Hoffmann, 1992). Зокрема, У. Джемс як механізм формування понять – розглядає принцип дисоціації: регулярне виникнення деякої ознаки в досвіді людини в поєднанні з іншими веде до виділення її у абстрактну категорію. Наприклад, стикаючись з такими об'єктами як високі люди, високі будівлі, високі дерева тощо, суб'єкт набуває уявлення про ознаку висоти. Роботи Н. Аха заклали основу експериментального вивчення організації та, насамперед, формування понять. У своїх дослідженнях автор досліджував формування штучних понять – узагальнень на матеріалі організованому за певними правилами, які раніше не були знайомі випробуваному. Випробовуваний повинен зрозуміти на підставі яких ознак (розмір, форма, колір, поєднання цих ознак тощо) об'єкти належать до категорії, що позначається тим чи іншим штучним словом. Окреме значення має дослідження «природних категорій» – узагальнень, сформованих суб'єктом у ході набуття життєвого досвіду. Одним із засновників цього напрямку можна назвати Ф. Бартлетта, (Браун, Редігер, & Макденіел, 2019) який розглядав закономірності природного процесу запам'ятовування матеріалу та принципи його структурування у цьому процесі. Дані роботи започаткували не тільки цей напрям, а й споріднені: психологія критичного мислення (Канеман, Словік, & Тверські, 2005; Halpern, 2003; de Bono, 2017; Lipman, 1988), вирішення комплексних проблем (complex problem solving) (Berg, & Calderone, 1994; Sternberg, & Frensch, 1992), психологія експертності (Hoffman, 1992).

Методи дослідження. Для реалізації мети статті нами були використані загальнонаукові теоретичні методи дослідження: теоретичний аналіз, систематизація науково-теоретичних і методичних джерел, синтез, порівняння для дослідження виникнення та генези поняття «узагальнення» у філософській та психологічній науці.

Узагальнення – одна з базових категорій психології когнітивних процесів.

Явище, що позначається цим терміном, входить у сферу дослідження різних галузей психологічної науки: когнітивна психологія (психологія пам'яті, мислення, сприйняття), психологія критичного мислення, соціальна психологія, психологія праці та інші. Все це і дає ту специфічну картину знань про цей феномен, яку ми маємо на сьогоднішній день. Проблема дослідження процесу узагальнення комплексна і багатогранна та включає наступні аспекти:

- проблема співвідношення термінології, що пропонується різними авторами, яка буде розглядатися нами як співвідношення пропонованих конструктів з обраним нами базовим конструктом;
- проблема специфіки теоретичного і практичного (емпіричного) узагальнення, що включає питання про контекстне (ситуаційне) знання;
- питання про специфіку збереження та репрезентації знання;
- низка питань, що стосуються особливостей структури та розвитку досвіду, співвідношення динамічної та структурної (результатної) складових узагальнення, взаємозв'язок узагальнення та психічних процесів різного типу (когнітивних, афективних, регулятивних).

Основним змістом ситуативного концепту є відображення динамічних зв'язків між елементами відображеного явища. Кожен новий елемент співвідноситься зі схемою, що існує на даний момент. Дане узагальнення поєднує у собі характеристики конкретності (відбиває актуальну ситуацію) і абстрактності (у значно важливих цій ситуації властивостях об'єктів). Серед авторів, які відзначали ситуативність емпіричних узагальнень, слід зазначити І. Хоффмана, який використовує термін «ситуативне поняття» для опису узагальнень, що відображають взаємозв'язки, які виникають при безпосередньому здійсненні діяльності і репрезентують події, що часто повторюються (Hoffman, 1992).

Дж. Келлі для опису структурування людиною інформації про навколишній світ, запропонував ввести поняття конструкт – як «особливий суб'єктивний засіб, створений самою людиною, перевірений нею на практиці, що допомагає сприймати і

розуміти навколишню дійсність, прогнозувати та оцінювати події» (Пасічник, 2015, с. 173). Конструкт є якоюсь біполярною ознакою, за якою носій оцінює, інтерпретує об'єкт. Весь набір конструктів суб'єкта поєднується у складну систему. Крім того, очевидно, явище оцінюється людиною не за принципом перебору всього репертуару конструктів, а за ієрархічною схемою: об'єкт інтерпретується за наявністю певної ключової ознаки (ознаками), а інші йому приписуються людиною, виходячи з цілісної моделі явища.

З понять, близьких до обраного нами, мабуть, варто відзначити ще поняття «схеми». Схема в розумінні П. Жане, У. Найссера або Ж. Піаже (Пасічник, 2015) фактично є синонімом узагальнення. Поняття «схема» акцентує увагу на закономірності взаємозв'язку елементів, та має ширше значення. Термін «фрейм» запропонований М. Мінські (Конверський, 2020) може розглядатися як узагальнення, що поєднує найбільш характерні, основні моменти низки близьких ситуацій, що належать одному класу. Фрейм відбиває найбільш характерні моменти подібних явищ, є свого роду схемою, скелетом узагальнення.

У роботі С. Себілоті розглядається ряд конструкцій, запропонованих різними авторами для опису структур переробки інформації (Hoffman, 1992). Це алгоритми, сценарії, плани та фрейми, які вже розглядалися нами.

Д. Румельхартом під алгоритмом розуміється фундаментальний принцип і правила переробки інформації. Їх функція – інтерпретація, відновлення інформації в пам'яті, цілепокладання і напрямок пошуку інформації (очевидно подібно до функції установки). Один із авторів концепції сценарію Р. Абельсон визначає його як узагальнення, що містить відомості про повсякденні ситуації, що включають опис послідовності подій у контексті. Також конструкт сценарій використовується С. Скрібнером та низкою інших авторів (Scribner, 1984). Сценарій сприймається як схема, організуюча поведінка суб'єкта у новій ситуації, заснована на його попередніх знаннях. Зазначимо ще один конструкт, запропонований Р. Абельсоном –

«імпліцитна молекула» (Пасічник, 2015). Автор виходить із припущення, що інформація структурується психікою людини так щоб вона могла приносити максимальну користь. Імпліцитна молекула – одиниця аналізу упаковки інформації. Вона являє собою набір положень, які, будучи зібрані разом, узгоджуються відповідно до певних принципів. Р. Абельсон виділяє п'ять властивостей імпліцитної молекули:

1. Прагнення закінченості.
2. Прагнення до того, щоб стати такою, що легко засвоюється.
3. Легкість збереження у довгостроковій пам'яті.
4. Прагнення позбутися неузгодженості.
5. Прагнення зберегтися від руйнування.

Щодо механізмів функціонування ним імпліцитних молекул у людській активності автор вважає, що воно йде за законами психологічного слідування, психологічної логіки.

На жаль, для опису досліджуваного явища досі не склалося усталеного загальноприйнятого теоретичного апарату і нам доводиться виходити з досить еkleктичної картини яка існує на цей час. Ми розглянули основні поняття, що описують реальність, що вивчається нами, під різним кутом зору. Наявність різних підходів до розгляду цього явища є непрямим свідченням складності і системного характеру цього феномена.

Слід зазначити також на актуальності проблеми систематизації узагальнень у структурі мислення, що є дуже актуальною на сьогодні. Проблема систематизації узагальнень включає питання якісного наповнення, виділення елементів, розкриття ієрархії та принципів взаємозв'язку частин. Розглянемо основні аспекти, яким приділяється увага при дослідженні проблеми організації цілісної системи узагальнень:

- Системність.
- Структура (ієрархічно-рівнева та горизонтальна).
- Особливості взаємозв'язку елементів усередині структури.

– Тип репрезентації та змістовні особливості системи узагальнень.

– Взаємозв'язок із іншими структурами психіки.

Іншою ключовою ідеєю, яку вищезазначені науковці намагаються відобразити у своїй концепції, є ідея активного конструювання образу відображуваної реальності суб'єктом у процесі діяльності. Образ світу виконує як функцію відображення, так і служить інформаційною основою впливу діяльності на середовище. Це проявляється у феноменах організації сприйняття та пізнання світу схемами минулого досвіду, що знайшло відображення у теоретичних конструктах. Так, Дж. Келлі говорить про цілісність і системність психіки, на підставі чого вводить низку понять для позначення системності та ієрархічності в репертуарі конструктів:

1. Горизонтальні взаємозв'язки. Взаємозв'язки конструктів одного рівня:

– констеляційні, жорстко та однозначно пов'язані з іншими;

– пропозиційні, де зв'язок неоднозначний, залежить від контексту ситуації.

2. Вертикальні взаємозв'язки:

– суперординатні конструкти. Конструкти з високим ступенем узагальнення, що включають безліч підлеглих;

– субординатні конструкти. Підлегли, узагальнювані конструкції;

– Відношення імплікації. Відносини «перебачувані».

3. Відношення між підсистемами конструктів:

– артикулюючі конструкти. Конструкти, які забезпечують взаємозв'язок, з'єднання;

– диференціюючі конструкти. Протипоставлені дві підсистеми;

– інтегруючі та ядерні конструкти, що забезпечують цілісність системи.

Система конструктів розглядається як синонімічне явище низки таких, як «установки», «звички», «система підкріплень», «система кодування та інформації», «психодинаміка», «концепти» та інші. Система конструктів є ієрархічно впорядкованою системою бінарних

елементів. Репертуарні грати є відображенням теоретичних побудов Дж. Келлі, крім того, вони ще й інструмент для виявлення конструктів. У репертуарних гратах є два виміри елементів, (що порівнюється), є репрезентацією всієї сукупності об'єктів, явищ і конструктів (інструментів порівняння). Важливо, щоб виділені елементи були репрезентативні щодо всієї вибірки явищ, що вивчаються, а конструкти відповідали вимозі відповідності діапазону придатності. Важливо, щоб конструкти були виявленими, а чи не заданими, відповідали реальному досвіду конкретної людини. Послідовники теорії особистісних конструктів вважають, що за допомогою методу репертуарних грат можна реконструювати «дослідницький апарат» кожної конкретної людини, зрозуміти її, опинитися на її місці.

Автор наводить висновки, що виводяться з теорії конструктів.

1. Прогнозування поведінки за допомогою конструкцій. Зазначимо такі особливості: найпростіший спосіб зміни прогнозу чи оцінки – зміна його на протилежний прогноз. І іншу особливість – якщо дві людини мають однакові конструкти, вони однаково пророкують поведінку.

2. Індивідуальність. Навіть «загальні» конструкти кожна людина використовує по своєму.

3. Існування ієрархії.

4. Система конструктів складається з дихотомій. Один із полюсів може бути прихованим.

5. Вибирається той полюс, який дозволяє краще прогнозувати події.

6. Обмеженість конструкту (наслідок феномену «діапазон придатності»).

7. Вплив досвіду. Під впливом нової інформації можуть бути змінені область застосування і відносин між конструктами.

8. Модулювання. Здатність зміни конструкту не безмежна, але пов'язана із системою.

9. Фрагментарність. У системі можуть існувати протиріччя.

10. Спільність. Схожістю конструктів визначається спільність людей.

11. Соціальний наслідок. Особистість взаємодіє з іншим тією мірою, якою конструє у своїй системі систему конструктів іншої особистості.

Слід також зазначити на важливості пізнавального психологічного процесу сприйняття, як початкового етапу прийому інформації суб'єктом. У цьому концепті сприйняття можливо назвати своєрідним фільтром, від налаштувань якого буде залежати те, якій інформації якого значення та пріоритетності ми надаємо. Так У. Найссер, говорить про вплив на селекцію смислового контексту поточного повідомлення (Максименко, Деркач, Кіричевська, & Касинець, 2022), тобто на налаштування фільтра впливає очікуваність того чи іншої стимулу. О. Зельц запроваджує поняття антиципації (Максименко, Деркач, Кіричевська, & Касинець, 2022). Він говорить про передбачання властивостей шуканого, які визначаються через співвідношення невідомого компонента з відомими.

Дж. Брунер (Максименко, Деркач, Кіричевська, & Касинець, 2022) розглядає сприйняття як акт категоризації, тобто віднесення об'єкта до якого-небудь класу на основі певних характеристик. Дж. Брунер вводить характеристику перцептивного висновку за аналогією із термінами, що використовуються в психології мислення для опису процесу категоризації об'єкта. Як конструкт, що описує віднесення до якогось класу, використовується конструкт «готовність категорії». Виводиться закономірність, чим більше значення готовності категорії для будь-якого класу об'єктів, тим менше необхідно інформації для віднесення об'єкта до цього класу. Описуючи процес категоризації, Дж. Брунер виділяє чотири стадії:

1. Первинна категоризація. Явища ізолюються і їм присвоюються просторові, тимчасові та кількісні характеристики.

2. Пошук ознак. Шукаються ознаки, за якими об'єкт може бути категоризований. "Входи" максимально відкриті. Цей етап, як і попередній, може бути несвідомим.

3. Підтверджуюча перевірка. Відбувається попередня категоризація та зміна пошуку ознак, різко падає відкритість входів. Пошук обмежується низкою ознак.

4. Завершення перевірки. Пошук ознак припиняється, ті, що не відповідають – або відкидаються, або блокуються.

Дж. Брунер зазначає, що величина готовності категорії залежить від частоти представленості в досвіді та значущості для суб'єкта. Категорія – набір правил. Помилки у сприйнятті визначаються такими феноменами, як невідповідність категорії (вживання неадекватної схеми) та неадекватне впорядкування готовності (проекція страхів та бажань).

Проблема співвідношення узагальнення та афективних процесів, як правило, ставиться ширше і розглядається в наступних аспектах: афективні компоненти в структурі узагальнення, взаємозв'язок когнітивних і афективних процесів, який, у свою чергу, також можна розділити на дві складові – когнітивна природа афекту процесів (Максименко, Деркач, Кіричевська, & Касинець, 2022).

А. Ортоні, Дж. Клоур та А. Коллінз ставлять проблему когнітивної складової афективних процесів (Максименко, Деркач, Кіричевська, & Касинець, 2022). Авторами пропонується класифікація емоцій, основою якої є причина (один із компонентів зовнішнього світу), що викликає емоцію. Авторами виділяється три такі компоненти: події та їх наслідки, агенти та їх дії, прості об'єкти. Афективна оцінка (виникнення того чи іншого типу емоційного реагування на явище, визначення сили афекту) визначається системою норм та відносин (аттitudів), а також системою цілей суб'єкта. Таким чином, афективні процеси виявляються пов'язаними з когнітивною сферою через механізм оцінки, процес якої обслуговується когнітивною структурою, що представляє собою систему специфічних узагальнень. У роботах соціальних психологів також приділяється увага питанню про афективну складову знання. У структурі соціального стереотипу виділяється афективна складова. Описуються механізми взаємодії афективних та когнітивних компонентів. Так М. Ліпман зазначає «що твердіше і впевненіше виявляється оцінка, тим паче інтенсивну емоцію викликає спроба її спростувати» (Lipman, 1988). Л. Фестінгер вказує на індикаторну функцію емоції.

Афект є сигналом та стимулом до подолання інформаційної неузгодженості. Низка науковців когнітивного напрямку розглядають вплив емоційних процесів на пізнавальні (Максименко, Деркач, Кіричевська, & Касинець, 2022). Так П. Ніденталь і М. Сеттерлунд пишуть про кращу якість сприйняття інформації, що має таке емоційне забарвлення, яке відповідає їх емоційному стану. Та ж закономірність для процесів пам'яті була продемонстрована в дослідженні, яке проводили Г. Бауер, С. Гілліген, К. Монтейро (Bower, Gilligan, Monteiro, 1981). Ці експерименти показують найкраще запам'ятовування емоційно забарвленої інформації. Г. Бауер пропонує модель пристрою пам'яті, що враховує афективний компонент знання. Структура, описує базові емоції, є компонентом системи пам'яті. Основна функція такої структури – фасилітація відтворення інформації, забарвленої відповідно актуальним афективним станом людини. Відповідно до нього інтенсивність та знак емоції визначаються ступенем суб'єктивної достатності інформації про ситуацію, з якою має справу людина. Як бачимо проблема взаємозв'язку узагальнення та емоцій комплексна і багатогранна. При її розгляді можна помітити, що афективні процеси виконують регулятивні функції та задіяні у відповідних процесах: контролю, оцінки, прийняття рішень, антиципації.

Висновки. Здійснений ґрунтовний теоретичний аналіз психологічної сутності формування узагальнень та понять у мисленнєвій діяльності суб'єкта, а також розгляд мисленнєвої операції узагальнення у її взаємозв'язку із перцептивними та афективними процесами, ґрунтовна класифікація та систематизація, теоретичний аналіз повноти досліджень цього явища через призму різноманітних підходів та напрямків у психологічній науці, надає змогу зрозуміти закономірності організації процесу критичного мислення як психологічного феномена та визначення особливостей його дослідження у подальшому.

Доведено що когнітивний процес узагальнення та формування понять є самостійною психологічною категорією з чітким методологічним й теоретичним

підґрунтям, психологічними закономірностями, механізмами, особливостями функціонування, а також власним психічним змістом.

Отримані під час теоретичного аналізу результати можуть бути корисні як для здійснення подальших теоретичних та

прикладних (емпіричних) досліджень, так і для розроблення різноманітних курсів, програм або тренінгів із розвитку критичного мислення, оскільки надає ґрунтовну теоретичну базу із розгляду та деталізації здійснення мисленнєвої діяльності суб'єктом.

Список використаних джерел

1. Браун, П. Редігер, Г., & Макденіел, М. (2019) Засіло в голові. Наука успішного навчання. Наш формат.
2. Канеман, Д., Словік, П., & Тверські А. (2005) Прийняття рішень у невизначеності. Гуманітарний центр.
3. Конверський, А.Є. (2020) Критичне мислення. Центр учбової літератури.
4. Максименко, С., Деркач, Л., Кіричевська, Е., & Касинець, М. (2022) Психологія когнітивних процесів. Видавництво Людмила
5. Пасічник, І. Д. (2015) Психологія мислення. Видавництво Національного університету «Острозька академія»
6. Припепій, Є., Черній, А., & Чекаль, Л. (2012) Філософія. Альма-матер.
7. Berg, C. A., & Calderone, K. S. (1994) The role of problem interpretations in understanding the development of everyday problem solving. Cambridge University Press P. 105-132
8. Bower, G. H., Gilligan, S. G., & Monteiro, K. P. (1981) Selectivity of learning caused by affective states. Journal of Experimental Psychology. P. 451-473.
9. Edward de Bono. (2017) Practical Thinking. Vermilion.
10. Hoffman, R. (1992) The Psychology of Expertise: Cognitive Research and Empirical. Lawrence Erlbaum Associates
11. Halpern, D. (2003) Thought and Knowledge: An Introduction to Critical Thinking. Lawrence Erlbaum Associates
12. Lipman, M. (1988) Critical thinking: What can it be? Educational Leadership. P. 38-43
13. Scribner, S. (1984) Studying working intelligence. Harvard University Press, P. 9-40.
14. Sternberg, R.J., & Frensch, P.A. (1992) On being an expert: A cost-benefit analysis. Cognitive Research and Empirical AI. P. 191-203

References

1. Braun, P. Rediger, H., & Makdeniell, M. (2019) Zasilo v holovi. Nauka uspishnoho navchannia [Make It Stick: The Science of Successful Learning]. Nash format. (in Ukrainian)
2. Kaneman, D., Slovik, P., & Tverski A. (2005) Pryiniattia rishen u nevyznachenosti [Decision Making under Uncertainty]. Humanitarnyi tsentr. (in Ukrainian)
3. Konverskyi, A. Ie. (2020) Krytychne myslennia [Critical Thinking]. Tsentr uchbovoi literatury. (in Ukrainian)
4. Maksymenko, S., Derkach, L., Kyrchevska, E., & Kasynets, M. (2022) Psykholohiia kohnityvnykh protsesiv [Psychology of Cognitive Processes]. Vydavntstvo Liudmyla. (in Ukrainian)
5. Pasichnyk, I. D. (2015) Psykholohiia myslennia [Psychology of Thinking]. Vydavnytstvo Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademii». (in Ukrainian)
6. Pryepii, Ye., Chernii, A., & Chekal, L. (2012) Filosofiia [Philosophy]. Alma-mater. (in Ukrainian)
7. Berg, C. A., & Calderone, K. S. (1994) The role of problem interpretations in understanding the development of everyday problem solving. Cambridge University Press P. 105-132
8. Bower, G. H., Gilligan, S. G., & Monteiro, K. P. (1981) Selectivity of learning caused by affective states. Journal of Experimental Psychology. P. 451-473
9. Edward de Bono. (2017) Practical Thinking. Vermilion.
10. Hoffman, R. (1992) The Psychology of Expertise: Cognitive Research and Empirical. Lawrence Erlbaum Associates
11. Halpern, D. (2003) Thought and Knowledge: An Introduction to Critical Thinking. Lawrence Erlbaum Associates
12. Lipman, M. (1988) Critical thinking: What can it be? Educational Leadership. P. 38-43
13. Scribner, S. (1984) Studying working intelligence. Harvard University Press, P. 9-40.
14. Sternberg, R.J., & Frensch, P.A. (1992) On being an expert: A cost-benefit analysis. Cognitive Research and Empirical AI. P. 191-203

Summary

A STUDY OF PSYCHOLOGICAL FEATURES CONCEPTS AND GENERALIZATIONS
FORMATION IN THE THINKING ACTIVITY OF A SUBJECT

Moskalov I. Doctor of Philosophy,
The National Defence University of Ukraine
Aristarkhova M. Doctor of Philosophy,
The National Defence University of Ukraine

Introduction. The article provides a theoretical analysis of the psychological aspects of concept and generalization formation within the subject's thinking activity, drawing on psychological research related to the development of critical thinking. It is proven that the cognitive processes of generalization and concept formation constitute an independent psychological category, characterized by a clear theoretical foundation, psychological regularities, distinctive functional features, and its own mental content.

Purpose. The article aims to study the psychological features involved in the formation of concepts and generalizations within the thinking activity of individuals, based on an analysis of philosophical and psychological research conducted by both foreign and domestic scientists.

Methods. To achieve the purpose of this article, we used general scientific theoretical research methods: theoretical analysis, systematization of scientific-theoretical and methodical sources, synthesis, comparison to study the emergence and genesis of the concept of "generalization" in philosophical and psychological science.

Originality. A thorough theoretical analysis was conducted on the psychological essence of the formation of generalizations and concepts in the thinking activity of the subject. This analysis included a detailed consideration of the mental operation of generalization and its relationship with perceptual and affective processes. Additionally, the study provided a comprehensive classification and systematization of the phenomenon, as well as a theoretical examination of the completeness of existing studies through various psychological approaches and directions. This comprehensive analysis allows for an understanding of the regularities in the organization of critical thinking as a psychological phenomenon and helps determine the features of its further research.

Conclusion. It has been proven that the cognitive processes of generalization and concept formation constitute an independent psychological category with a well-defined methodological and theoretical foundation, psychological regularities, mechanisms, functioning characteristics, and unique mental content. The results obtained from the theoretical analysis can be valuable for further theoretical and applied (empirical) research, as well as for the development of various courses, programs, or training aimed at fostering critical thinking. This research provides a solid theoretical basis for examining and detailing the implementation of the subject's thinking activities.

Key words: critical thinking; thinking activity; cognitive process; generalization; concept.

Концептуалізація – Арістархова М.С.

Методика – Москальов І.О.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 07.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

*Пащенко В. В. здобувачка Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
<https://orcid.org/0009-0003-1239-6591>*

У статті подано огляд актуальних напрямів емпіричних досліджень феномена емоційного вигорання за останні п'ять років, представлених у каталозі ScienceDirect. У результаті аналізу визначено три актуальні напрямки досліджень феномена. Перший із них пов'язаний із роллю емоційного інтелекту у виникненні вигорання. У межах другого напрямку досліджується роль емоційної праці у виникненні вигорання. Третій напрямок пов'язаний із соціальною ідентичністю людини.

Ключові слова: емоційне вигорання; людина; емоційний інтелект; емоційна праця; соціальна ідентичність.

Вступ. Останніми роками тема вивчення взаємовідносин людини та організації продовжує залишатися актуальною для дослідників. При її розгляді не останнє місце посідає феномен емоційного вигорання співробітників (далі «емоційне вигорання», «вигорання»). Одним із перших дослідників, хто ввів це поняття, був Г.Фройденбергер (Freudenberger H.J., 1974), який запропонував власне бачення феномена у 1974 р. Він зробив спробу описати стан людей, робота яких полягала, зокрема, у комунікації з іншими людьми. Нині відзначається, що феномен вигорання не просто не втрачає своєї актуальності, а набуває додаткового інтересу з боку дослідників.

Теоретичне підґрунтя. Феномен емоційного вигорання продовжували вивчати на практичному рівні. У 1980-х рр. було створено інструмент для оцінювання ступеня вигорання людини (Maslach C., Schaufeli W.B., & Leiter M.P., 2001). Стверджується, що емоційне вигорання є комплексом емоційного, когнітивного та фізичного виснаження організму, а наслідки від вигорання можуть проявлятися у трьох вимірах: деперсоналізація, редукція особистих досягнень та емоційне виснаження. Якщо зібрати наведені визначення в єдину структуру, емоційне вигорання можна уявити як наслідок процесу взаємодії з іншими людьми, внаслідок якого відбувається перенасичення емоційного середовища, що призводить до виснаження психічного стану людини. Поява симптомів емоційного вигорання є

результатом психологічних та емоційних ефектів, що виникають, які народжуються в процесі особистісної взаємодії між людьми. Концепція К.Маслак, своєю чергою, доповнила наявне уявлення про феномен, визначаючи емоційне вигорання як комплексний синдром, що містить деперсоналізацію, психологічне виснаження (цинізм) і редукцію особистих досягнень. Комплекс трьох симптомів є відображенням наслідків робочого перенапруження, унаслідок якого у людини відбувається формування негативного ставлення до виконуваної нею діяльності, а також емоційне перенапруження і небажання продовжувати діяльність, що призводить до зниження відчуття власної компетентності та можливості реалізувати власний потенціал повною мірою (Maslach C., Jackson S.E., & Leiter M.P., 1997).

Нині у науковій літературі існує кілька підходів до вивчення феномена емоційного вигорання. Так, виокремлюють індивідуальний, міжособистісний та організаційний підходи. При цьому наголошується на наявності як індивідуальних моделей для пояснення феномена вигорання, так і процесуальних. Велика увага у дослідженнях приділяється системному підходу. Останнім часом вважають, що феномен емоційного вигорання не втрачає своєї значущості та продовжує залишатися затребуваною темою для досліджень. Існує низка праць, у яких вивчають тему емоційного вигорання; при цьому зачіпають різні сфери. Так,

феномен вивчають у контексті організацій, окремо порушують питання про вплив організаційних особливостей на співробітників, на їхню взаємодію (A.E. Richards, K.L. Curley, N.Zhang et al, 2021). Зазначається висока значущість чинника вигорання співробітників у функціонуванні організації та її успішності на ринку. Існує окрема низка досліджень, що розглядають комплекс організаційних чинників, які можуть спричиняти симптоми емоційного вигорання (F.Zaghini, V.Biagioli, M.Proietti et al, 2020). Окремо вивчається питання про ціннісне співвідношення між роботою та іншими сферами життя людини, а також очікуваннями, які вона пред'являє до роботи; досліджується тема впливу сім'ї на виникнення емоційного вигорання людини на роботі (E.G. Lambert, J.L. Lanterman, & O.O. Elechi S., 2021). Існують дослідження, в яких вивчають емоційне вигорання людини на роботі у зв'язку з очікуваннями щодо соціальних стосунків, що формуються в людини за межами роботи (Reizer A., 2015), а також особливостями взаємовідносин між керівником і підлеглими (E.G. Lambert, J.L. Lanterman, O.O. & Elechi, S., 2021).

Мета статті – проаналізувати основні напрямки дослідження феномена емоційного вигорання у зарубіжній психології.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. Феномен емоційного вигорання може проявлятися у різних сферах життя людини. Незважаючи на те, що від самого початку феномен розглядався і продовжує вивчатися як результат взаємодії людей між собою, насамперед через комунікацію, нині феномен вивчають як комплексне явище, що зачіпає різні сфери життя людини і проявляється в різних формах. Саме тому тема емоційного вигорання є не просто актуальною, а й знаходить своє відображення у різних наукових напрямках. Наведені приклади показують, наскільки складним за своїм устроєм є феномен вигорання, а існування безлічі його визначень не завжди дає однозначне розуміння причин виникнення

та наслідків феномена. Саме тому метою дослідження є аналіз актуальних напрямів дослідження феномена емоційного вигорання, що розглядаються у зарубіжній літературі за останні п'ять років. Було проведено відбір статей, представлених у каталозі «ScienceDirect» з 2018 по 2022 рр., за ключовими словами, «emotional burnout», «burnout», «burnout syndrome». За результатами проведеного огляду вдалося скласти список із джерел, присвячених темі емоційного вигорання (51 джерело). Найбільша кількість робіт належала до дослідження окремих чинників вигорання, серед яких найбільше робіт було присвячено ролі емоційного інтелекту у формуванні вигорання (22%), емоційної праці (23%) та ідентичності людини (13%).

Під час дослідження особливостей формування емоційного вигорання у людей, що включають у себе комунікацію та взаємодію з іншими людьми, було зазначено, що вигорання залежить, зокрема, від якості стосунків між людьми. Ці дослідження (Andreychik M.R., 2019) показують, що одним із визначальних чинників у формуванні емоційного вигорання в осіб допоміжних професій та вчителів є процес розуміння емоцій інших людей, який визначається як «емоційний інтелект». Зазначається, що тривале та повторюване співпереживання негативним емоціям іншої людини здатне призвести до підвищення ризику вигорання, в той час як співпереживання позитивним емоціям (позитивний зв'язок) може, навпаки, вплинути на зниження вигорання та його запобігання. Ще одним важливим аспектом ролі емоційного інтелекту у формуванні емоційного вигорання є його «посередницька» роль у стосунках між людьми. Встановлено, що емоційний інтелект здатен пом'якшувати силу та інтенсивність вигорання, яке зростає за рахунок прагнення людини до перфекціонізму (Lin G.X., Szczygie D., & Piotrowski K., 2022). Перфекціонізм, або ідеалізм, що виникає у людини, може бути спрямований, зокрема, на саму себе. Так, схильність людини до ідеалізації свого образу, у т. ч. наявність інших рис «Темної тріади» (психопатія,

маккіавелізм), можуть сприяти емоційному вигоранню людини. При цьому немає чіткого розуміння того, в якій сфері життєдіяльності вигорання може проявлятися, оскільки воно може мати глибинніший характер і бути пов'язаним із кількома сферами життя людини. Однак, як виявили автори в дослідженні 2021 р., розвинений емоційний інтелект здатен пом'якшити вплив на людину рис «Темної тріади», виконуючи роль буфера та знижуючи ризик розвитку емоційного вигорання (Grover S., & Furnham A., 2021).

Наступне питання, яке потребує уваги, пов'язане із різними вимірами емоційного інтелекту. Він може розглядатися як процес використання емоцій для розуміння іншої людини та навколишнього світу. У дослідженні 2019 р. авторам (M.C. Martínez-Monteagudo, C.Inglés, & L.Granados, 2019) вдалося виявити різні профілі емоційного інтелекту, які, у т. ч., мають зв'язок із профілями емоційного вигорання. За участю 834 вчителів шкіл (476 чоловіків і 358 жінок) у віці від 29 до 65 років ($M=45,81$; $SD=13,35$) було виявлено, що вчителі із низькими показниками емоційного інтелекту мали вищі показники емоційного виснаження, деперсоналізації, а також тривоги та стресу. Показник професійної успішності у цій групі був також порівняно низьким. Приклад вчителів показує, що емоційне вигорання, яке проявляється, не залишається «локальним» результатом напруженої роботи, а може стати серйозною проблемою в освітній сфері загалом. Так, вивчення ролі емоційного інтелекту у цій групі також ґрунтується на практичному дослідженні цього напрямку, що спостерігається у розробці тренінгів, спрямованих на формування навичок емоційного інтелекту у вчителів, здатних знизити рівень емоційного вигорання або запобігти його настанню.

Важливим компонентом емоційного інтелекту є здатність людини контролювати власні емоції та керувати ними. Встановлено, що здатність людини регулювати власні емоції може позитивно впливати на зниження емоційного

вигорання (A.E. Richards, K.L. Curley, & N.Zhang, 2021). Окремо підкреслюється важливість усвідомлення людиною власних емоцій в процесі взаємодії з іншими людьми та його роль у зниженні у неї вигорання (Michinov E., (2022). В іншому дослідженні автори (K.D. Cofer, R.H. Hollis, L.Goss et al, 2018) також підкреслюють зв'язок емоційного інтелекту і вигорання, відзначаючи низькі середні значення за шкалою контролю власних емоцій у людей із високими значеннями вигорання. Водночас здатність людини контролювати власні емоції та «спрямовувати» їх може допомогти і в контролі рівня співчуття. Водночас, незважаючи на те, що розуміння емоцій інших людей може допомогти у вибудовуванні з ними здорових стосунків, людині необхідно вміти контролювати свою «включеність» в емоційний фон іншої людини. Високе співчуття іншим людям здатне призвести до зниження власної задоволеності людини і викликати втому від цього процесу, що призводить до настання вигорання (H.Alan, F.E. Bacaksiz, A.K.H. & Seren, 2021). Помірний контроль власних емоцій людиною не просто може допомогти у розумінні емоцій іншої людини, а й запобігти потенційному емоційному виснаженню і, як наслідок, настанню емоційного вигорання.

Таким чином, емоційний інтелект може розглядатися і як окремий психологічний феномен, і у зв'язку з емоційним вигоранням. З огляду на те, що обидва феномени пов'язані з емоційною складовою поведінки людини та взаємодії людей між собою, розуміння того, як емоційний інтелект може бути пов'язаний із вигоранням людини, продовжує бути актуальною темою для досліджень, що демонструє інтерес до вивчення цього напрямку в зарубіжних колег останніми роками.

Іншим актуальним напрямом вивчення теми емоційного вигорання у зарубіжних роботах є дослідження феномена та його особливостей у контексті зв'язку з емоційною працею. Під емоційною працею розуміють процес оптимального управління людиною своїми емоціями і почуттями в

процесі взаємодії з іншими людьми для успішного виконання поставлених перед нею завдань, пов'язаних з емоційним компонентом виконуваної нею роботи, а також створення сприятливого емоційного середовища для партнера зі спілкування завдяки демонстрації або придушення людиною своїх справжніх емоцій (Hochschild A.R., 2015). Так, вираження почуттів та емоцій може бути як істинним, так і хибним, вимагаючи від людини різної величини витрачених зусиль.

Під час вивчення феномена емоційної праці у контексті феномена вигорання найбільшої уваги заслуговують фахівці освітньої сфери. Оскільки робота викладачів передбачає активну взаємодію з іншими людьми, зокрема з учнями і колегами, а також вимагає постійної адаптації до мінливих умов зовнішнього середовища, проблема емоційного вигорання може з'являтися у багатьох представників цієї сфери. Необхідність викладачів працювати з великою кількістю людей визначає підвищений останнім часом інтерес до дослідження особливостей вигорання у цій галузі (Durak H.Y., & Saritepeci M., 2019). Важливою особливістю роботи викладачів є їхня відносна автономія і множинна система стосунків з учнями, батьками та колегами по роботі. Усе це ускладнює не лише процес взаємодії з іншими людьми, а й створює додатковий ризик настання вигорання. Зазначається, що емоційна праця викладачів може бути одним із предикторів емоційного вигорання. Емоційна праця може впливати не лише на індивідуальне психологічне благополуччя, а й на організацію у цілому (Han S.S., Han J.W., & Kim Y.H., 2018). В іншому дослідженні (Yin H., Huang S., & Chen G., 2019) на основі аналізу 85 емпіричних статей автори виявили, що вчителі володіють різними стратегіями емоційної праці, що включають як вираження природних емоцій, так і демонстрацію неправдивих, соціально бажаних емоцій, пригнічуючи при цьому вираження справжніх емоцій. Під час аналізу було встановлено, що демонстрація неправдивих емоцій позитивно корелює із симптомами вигорання, а вираження природних емоцій негативно пов'язане з емоційним вигоранням. Також додається,

що емоційна праця може впливати на характер і тип стосунків між вчителями та учнями, що також виступає чинником вигорання, маючи «відкладений» ефект у майбутньому.

Незважаючи на те, що емоційна праця як чинник вигорання у літературі останніми роками розглядається переважно на прикладі вчителів, особливості зв'язку двох змінних також вивчаються на прикладі працівників правоохоронних органів та медичних працівників. Зазначимо, що робота поліції передбачає не лише активну взаємодію з великою кількістю людей, а й наявність стресів та емоційних перевантажень. Деякі автори (Lennie S.J., Sarah E.C., & Sutton A., 2020) виявили, що особливості емоційної праці поліцейських не просто мають зв'язок з їхнім вигоранням, а й також мають для них довгострокові наслідки, які виходять за межі робочого контексту. Як встановили автори дослідження, управління емоціями серед поліцейських є одним із ключових аспектів їхньої роботи, який виявляється тісно пов'язаним з їхнім особистим життям. Поліцейські, які вважають за краще використовувати стратегію вираження соціально бажаних емоцій, продовжують використовувати цю стратегію за межами їхньої служби у своєму особистому житті, що призводить до підвищення у них ризику вигорання. Цей приклад показує, що емоційна праця стає не просто інструментом управління власними емоціями, але є ще й предиктором емоційного вигорання, вплив якого може бути різним залежно від обраної людиною стратегії управління емоціями. У роботі, присвяченій дослідженню емоційного вигорання у медичних працівників, автори (Lee E.K., & Ji E.J., 2018) також дійшли висновку, що емоційна праця, зокрема здатність працівників керувати емоціями та обирати стратегії вираження справжніх емоцій, позитивно впливала на зниження вигорання, а вираження хибних емоцій, навпаки, було пов'язане зі зростанням вигорання.

Таким чином, емоційна праця людини, як компонент вибудовування взаємодії з іншими людьми, допомагає не лише керувати власними емоціями, а й обирати різноманітні стратегії вираження емоцій у

процесі стосунків з іншими людьми. При цьому залишається важливим те, що у різних ситуаціях взаємодії людина може адаптувати власні стратегії емоційної праці під відповідні вимоги та умови ситуації взаємодії. Саме психологічна гнучкість і здатність регулювати власні емоції є важливими компонентами емоційної праці людини, яка, своєю чергою, є одним із чинників емоційного вигорання людини.

Феномен ідентичності є одним з основних і найбільш затребуваних у психології питань. Уперше вивчення питання ідентичності розпочалося із досліджень В.Джеймса (James W., 1884), який ввів поняття «Я-концепції» особистості. Далі цю тему детально вивчав Е.Еріксон (Erik H. & Erikson, 1968) у межах теорії розвитку особистості. Ідентичність вивчають у двох основних напрямках - особистісному та соціальному. Комплексний підхід до вивчення питання про соціальну ідентичність запропонували А.Тешфел і Дж.Тернер (Tajfel H., & Turner J.C., 1979), які створили теорію соціальної ідентичності та самокатегоризації. Вони довели, що чим сильніше людина порівнює себе з членами інших груп, тим сильніше у неї розвинене почуття «ми» стосовно своєї групи. При цьому важливо, наскільки людина задоволена своїм перебуванням у поточній соціальній групі. Якщо вона відчуває себе менш задоволеною у своїй поточній групі та, порівнюючи свою групу з іншою групою, відчуває психологічний дискомфорт, то вона може змінити групу членства і перейти в іншу групу. Підкреслюється важливість для людини факту приналежності до певної соціальної групи і відчуття себе у цій групі, а також її порівняння з іншими групами.

У науковій літературі тема особистісної та соціальної ідентичності не часто трапляється під час вивчення феномена емоційного вигорання. Однак останнім часом тема вивчення ідентичності у зв'язку з феноменом вигорання стає більш затребуваною у дослідників. У сучасних зарубіжних дослідженнях тема вивчається на прикладах різних професійних і соціальних груп. Так, деякі автори (H.Gustafsson, G.Martinent, & S.Isoard-

Gauthier, 2018) вивчили зв'язок між профілями вигорання та ідентичністю спортсменів. Вони виявили, що спортсмени, у яких було найбільш виражене почуття соціальної ідентичності у вигляді відчуття їхньої приналежності до команди, рідше потрапляли в профіль із високим рівнем емоційного вигорання. Можливо, що соціальна ідентичність допомагає подолати настання вигорання за допомогою створення і зміцнення психологічного зв'язку з членами групи (команди), забезпечити відчуття спільного сенсу і створити спільні для всіх членів команди цінності (C.Haslam, B.C.P. Lam, J.Yang et al, 2021). В іншому дослідженні (W.H. Chang, C.-H. Wu, & C.-C. Kuo, 2018) було виявлено, що соціальна ідентичність спортсменів багато в чому залежить від їхньої психологічної гнучкості під час взаємодії з партнерами, від здатності адаптуватися в умовах, що змінюються; окремо наголошується на значущому зв'язку між ідентичністю і вигоранням. Нарешті, сприймана спортсменом підтримка з боку його команди також може бути чинником, що знижує ризик вигорання. Однак залишається важливим, як спортсмен асоціює себе із командою, сприймає й оцінює себе як члена команди, наскільки у нього розвинене почуття «Ми». Істотний внесок у дослідження соціальної ідентичності як можливого чинника виникнення стресу і вигорання людини на роботі було зроблено у дослідженні, у якому авторам (Van Dick R., Ciampa V., & Liang S., 2018) вдалося дійти важливого висновку. Було показано, що для співробітника як члена групи (на прикладі робочої групи) є значущими як фактор соціальної (організаційної ідентичності), так і фактор особистісної ідентичності. Результати дослідження засвідчили, що обидва профілі ідентичності людини (особистісна та соціальна) мають враховуватися під час побудови команд в організаціях. Нарешті, врахування наявності двох типів ідентичності під час формування робочих груп може допомогти знизити потенційне емоційне вигорання співробітників, а також збільшити їхню залученість до роботи.

Іншим важливим напрямом вивчення зв'язку ідентичності людини та вигорання є

приклад дослідження професійної ідентичності людини. На становлення професійної ідентичності великий вплив має вплив професійної спільноти, до якої людина відчуває свою приналежність (A.E. Richards, K.L. Curley, & N.Zhang, 2021). На прикладі 245 медсестер вчені провели емпіричне дослідження зв'язку між якістю трудового життя та професійною ідентичністю. Встановлено, що зміцнення професійної ідентичності людини демонструє позитивний зв'язок зі зростанням якості трудового життя та зниженням вигорання (B.Sun, L.Fu, C.Yan, & Y.Wang, 2022). Цікаво, що професійна ідентичність може бути проміжним чинником між професійним покликанням людини та вигоранням. В іншому дослідженні автори (L.Lian, S.Guo, Q.Wang et al, 2021) виявили, що професійна ідентичність людини залежить від її покликання та впливає на її емоційне вигорання. Виявлено, що емоційне вигорання, хоч і залежить від покликання людини до того чи іншого виду діяльності, проте водночас зв'язок виявляється опосередкованим її професійною ідентичністю. Що розвиненіша, відчутніша і значущіша професійна ідентичність людини для неї самої, то меншою мірою вона буде схильною до емоційного вигорання. Беручи до уваги роботу Е.Еріксона, можна припустити, що у цьому процесі відіграють значущу роль особистісні якості та вподобання людини, заломлені через приналежність до професійного співтовариства, яке, у т. ч., впливає на формування і визначення професійної ідентичності людини. Таким чином, проведений аналіз досліджень у сфері ідентичності людини у різних її напрямках та її зв'язку з емоційним вигоранням дозволив побачити зростання інтересу до означених питань у дослідників.

Висновки. В процесі аналізу зарубіжних досліджень було виявлено три актуальні напрямки у вивченні феномена емоційного вигорання. Перший напрямок пов'язаний із вивченням емоційного інтелекту як чинника емоційного вигорання. Наголошено на особливій ролі у розумінні емоцій інших людей під час взаємодії з ними. Визначено значущу роль якості

розуміння своїх і чужих емоцій в процесі вибудовування стосунків з іншими людьми. При цьому одним із можливих чинників вигорання є зайве ототожнення людини із негативними емоціями іншої людини. Дослідження демонструють високу значущість вміння контролювати власні емоції та розуміти емоції інших людей. Зазначимо, що вивчення зв'язку цих чинників не є випадковим. З огляду на те, що емоційне вигорання визначається, зокрема, як результат перенапруження емоційного і психічного середовища людини, особливу увагу приділяють саме порушенням емоційного сприйняття зовнішнього світу. Почасти тому увагу дослідників стали дедалі більше приділяти чиннику емоційного інтелекту та вмінню розуміти власні і чужі емоції.

Другим актуальним напрямком вивчення теми емоційного вигорання є роботи у галузі емоційної праці як чинника вигорання. Варто зазначити, що у цих дослідженнях у центрі уваги стоїть насамперед здатність людини контролювати власні емоції та емоційну поведінку за допомогою різноманітних стратегій - від висловлення природних емоцій, що переживаються, до їхнього повного придушення. Окрема увага дослідників приділяється наслідкам придушення емоцій для людини. Важливо зазначити, що обидва напрями (емоційний інтелект та емоційна праця) тісно пов'язані між собою через взаємопов'язаність двох чинників. Однак сучасні дослідження переважно розглядають їх окремо і демонструють те, що відмінності між ними можуть бути виявлені саме у напрямку впливу на емоційне вигорання людини. Підкреслюються відмінності між такими параметрами, як розуміння емоцій та поведінка з емоціями.

Третій напрямок засвідчує важливість продовження прикладного вивчення феномена ідентичності людини та різноманітності її форм. Зауважимо, що напрям хоч і є затребуваним і містить багато сучасних праць у сфері вигорання як психічного феномена, кількість досліджень виявляється порівняно меншою, ніж у сфері емоційного інтелекту та емоційної праці. Можливо, що такий стан може бути спричинений складністю вивчення

ідентичності людини, оскільки вона може бути досліджена у різних аспектах. Так, у наведеному огляді найбільше уваги дослідників приділяється соціальній ідентичності, яка у частині робіт вивчається у вигляді професійної ідентичності. Незважаючи на наявні методологічні складнощі визначення ідентичності, сучасні дослідження найбільше уваги приділяють проблемі співвідношення людини і групи як чинника емоційного вигорання людини. Наголошується на високій значущості наявності відчуття приналежності людини до групи, визначаються чинники у вигляді особистої значущості для людини перебування у групі, виявляється опосередкована роль соціальної ідентичності людини у формуванні емоційного вигорання. Водночас автори визначають високу значущість та актуальність теми ідентичності людини та її самовизначення для продовження вивчення феномену у межах нових досліджень. Окреслено перспективні напрями у сфері вивчення ідентичності людини та її зв'язку з емоційним вигоранням у майбутніх працях.

Вивчення усіх трьох напрямів феномена емоційного вигорання не просто доповнює наявні підходи до дослідження вигорання, а й створює можливість для адаптації цих підходів і методик з врахуванням нових викликів зовнішнього середовища та змін, що відбуваються у світі. Нові актуальні запити людей, зокрема робота з емоційним вигоранням у період змін і невизначеності, вимагає не просто використання фундаментальних теоретичних і методологічних засад і підходів для роботи, а й врахування мінливих характеристик середовища. Проте аналіз актуальних зарубіжних досліджень феномена вигорання допомагає зрозуміти, які питання й аспекти діяльності людини, а також характеристики її особистості останнім часом є найбільш затребуваними з погляду вивчення феномена емоційного вигорання. Розуміння тенденцій та їхнє врахування у вивченні феномена може створити можливості для проведення якісної роботи із людьми та доповнити розуміння природи емоційного вигорання людини.

Список використаних джерел

1. Andreychik M.R. (2019). Feeling your joy helps me to bear feeling your pain: Examining associations between empathy for others' positive versus negative emotions and burnout. *Personality and Individual Differences*. Vol. 137. P. 147-156. DOI:10.1016/j.paid.2018.08.028
2. Burnout and Emotional Intelligence in Neurosurgical Advanced Practice Providers Across the United States: A Cross-Sectional Analysis / A.E. Richards, K.L. Curley, N.Zhang, B.R. Bendok, R.S. Zimmerman, N.P. Patel, M.A. Kalani, M.K. Lyons, M.T. Neal. *World neurosurgery*. 2021. Vol. 155. P. e335-e344. DOI:10.1016/j.wneu.2021.08.066
3. Burnout is associated with emotional intelligence but not traditional job performance measurements in surgical residents / K.D. Cofer, R.H. Hollis, L.Goss, M.S. Morris, J.R. Porterfield, D.I. Chu. *Journal of surgical education*. 2018. Vol. 75. №5. P. 1171-1179. DOI:10.1016/j.jsurg.2018.01.021
4. Calling, character strengths, career identity, and job burnout in young Chinese university teachers: A chain-mediating model / L.Lian, S.Guo, Q.Wang, L.Hu, X.Yang, X.Li. *Children and Youth Services Review*. 2021. Vol. 120. Article ID 105776. 7 p. DOI:10.1016/j.childyouth.2020.105776
5. Durak H.Y., Saritepeci M. (2019). Occupational burnout and cyberloafing among teachers: Analysis of personality traits, individual and occupational status variables as predictors. *The Social Science Journal*. Vol. 56. №1. P. 69-87. DOI:10.1016/j.sosscij.2018.10.011
6. Erik H. Erikson (1968). Identity, youth and crisis. New York: WW Norton Company. 336 p.
7. Evaluating the relationship between burnout levels and compassion fatigue, emotional intelligence, and communication skills of organ transplant coordinators / H.Alan, F.E. Bacaksiz, A.K.H. Seren, H.A. Kurt. *Transplantation Proceedings*. 2021. Vol. 53. №2. P. 590-595. DOI:10.1016/j.transproceed.2020.10.030
8. Exploring the connection between work—family conflict and job burnout among Nigerian correctional staff / E.G. Lambert, J.L. Lanterman, O.O. Elechi, S. Out, M. Jenkins. *Psychiatry, Psychology and Law*. 2021. Vol. 29. №6. P. 832-853. DOI:10.1080/13218719.2021.1982790
9. Freudenberg H.J. (1974). Staffburn-out. *Journal of social issues*. Vol. 30. №1. P. 159-165. DOI:10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x

10. Grover S., Furnham A. (2021). Does emotional intelligence and resilience moderate the relationship between the Dark Triad and personal and work burnout? *Personality and Individual Differences*. Vol. 169. Article ID 109979. 9 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.109979
11. Han S.S., Han J.W., Kim Y.H. (2018). Effect of nurses' emotional labor on customer orientation and service delivery: the mediating effects of work engagement and burnout. *Safety and health at work*. Vol. 9. № 4. P. 441-446. DOI:10.1016/j.shaw.2017.12.001
12. Hochschild A.R. (2015). The managed heart. *Working in America: Continuity, Conflict, and Change in a New Economic Era* / Ed. A.S. Wharton. London: Routledge, P. 47-54.
13. James W. (1884). What is an Emotion? *Mind*. Vol. 9, No. 34. P. 188-205.
14. Lee E.K., Ji E.J. (2018). The moderating role of leader—member exchange in the relationships between emotional labor and burnout in clinical nurses. *Asian Nursing Research*. Vol. 12. №1. P. 56-61. DOI:10.1016/j.anr.2018.02.002
15. Lennie S.J., Sarah E.C., Sutton A. (2020). Robocop-The depersonalisation of police officers and their emotions: A diary study of emotional labor and burnout in front line British police officers. *International Journal of Law, Crime and Justice*. Vol. 61. Article ID 100365. 13 p. DOI:10.1016/j.ijlcrj.2019.100365
16. Lin G.X., Szczygie D., Piotrowski K. (2022). Child-oriented perfectionism and parental burnout: The moderating role of parents' emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*. Vol. 198. Article ID 111805. 6 p. DOI:10.1016/j.paid.2022.111805
17. Maslach C., Jackson S.E., Leiter M.P. (1997). Maslach burnout inventory [Електронний ресурс] // Evaluating Stress / Eds. C.P. Zalaquett, R.J. Wood. N.Y.: Scarecrow Education. P. 191-218. URL: <https://www.researchgate.net/publication/277816643> (дата звернення: 14.02.2023).
18. Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*. Vol. 52. P. 397-422. DOI:10.1146/annurev.psych.52.1.397
19. Michinov E. (2022). The Moderating Role of Emotional Intelligence on the Relationship Between Conflict Management Styles and Burnout among Firefighters. *Safety and Health at Work*. Vol. 13. №4. P. 448-455. DOI:10.1016/j.shaw.2022.07.001
20. Performance based self-esteem and athlete-identity in athlete burnout: A person-centered approach / H.Gustafsson, G.Martinent, S.Isoard-Gauthier, P.Hassmén, E.Guillet-Descas. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018. Vol. 38. P. 56-60. DOI:10.1016/j.psychsport.2018.05.017
21. Quality of work life and work engagement among nurses with standardised training: The mediating role of burnout and career identity / B.Sun, L.Fu, C.Yan, Y.Wang, L.Fan. *Nurse Education in Practice*. 2022. Vol. 58. Article ID 103276. DOI:10.1016/j.nepr.2021.103276
22. Reizer A. (2015). Influence of employees' attachment styles on their life satisfaction as mediated by job satisfaction and burnout. *The Journal of psychology*. Vol. 149. №4. P. 356-377. DOI:10.1080/00223980.2014.881312
23. Taifel H., Turner J.C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. *The social psychology of intergroup relations* / Eds. W.G. Austin, S.Worchel. Monterey, CA: Brooks/Cole. P. 33-47.
24. The role of athletic identity in the development of athlete burnout: The moderating role of psychological flexibility / W.H. Chang, C.-H. Wu, C.-C. Kuo, L.H. Chen. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018. Vol. 39. P. 45-51. DOI:10.1016/j.psychsport.2018.07.014
25. The role of occupational stress in the association between emotional labor and burnout in nurses: A cross-sectional study / F.Zaghini, V.Biagioli, M.Proietti, S.Badolamenti, J.Fiorini, A.Sili. *Applied nursing research*. 2020. Vol. 54. Article ID 151277. 6 p. DOI:10.1016/j.apnr.2020.151277
26. Trait emotional intelligence profiles, burnout, anxiety, depression, and stress in secondary education teachers / M.C. Martínez-Monteagudo, C.Inglés, L.Granados, D.Aparisi, J.García-Fernández. *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 142. P. 53-61. DOI:10.1016/j.paid.2019.01.036
27. Van Dick R., Ciampa V., Liang S. (2018). Shared identity in organizational stress and change. *Current Opinion in Psychology*. Vol. 23. P. 20-25. DOI:10.1016/j.copsyc.2017.11.005
28. When the final whistle blows: Social identity pathways support mental health and life satisfaction after retirement from competitive sport / C.Haslam, B.C.P. Lam, J.Yang et al. *Psychology of Sport and Exercise*. 2021. Vol. 57. Article ID 102049. 12 p. DOI:10.1016/j.psychsport.2021.102049
29. Yin H., Huang S., Chen G. (2019). The relationships between teachers' emotional labor and their burnout and satisfaction: A meta-analytic review. *Educational Research Review*. Vol. 28. Article ID 100283. 18 p. DOI:10.1016/j.edurev.2019.100283

Summary

MAIN DIRECTIONS OF RESEARCH ON THE PHENOMENON OF EMOTIONAL
BURNOUT IN FOREIGN PSYCHOLOGY

Pashchenko V. Dragomanov

Ukrainian State University

Introduction. *The phenomenon of emotional burnout can manifest itself in various areas of human life. Despite the fact that from the very beginning, the phenomenon was considered and continues to be studied as a result of people's interaction with each other, primarily through communication, the phenomenon is now studied as a complex phenomenon that affects various areas of human life and manifests itself in various forms. That is why the topic of emotional burnout is not only relevant, but also reflected in various scientific fields.*

The purpose is *to analyse the main directions of research on the phenomenon of emotional burnout in foreign psychology.*

Methods – *content analysis, comparison, systematisation, classification.*

Originality. *The article provides an overview of the current areas of empirical research on the phenomenon of emotional burnout over the past five years, presented in the ScienceDirect catalogue. As a result of the analysis, three topical areas of research on the phenomenon have been identified. The first of them is related to the role of emotional intelligence in the emergence of burnout. The second area examines the role of emotional labour in the onset of burnout. The third area is related to the social identity of a person.*

Conclusion. *The research of all three areas of the phenomenon of emotional burnout not only complements existing approaches to the study of burnout, but also creates an opportunity to adapt these approaches and methods to meet new challenges of the external environment and changes taking place in the world. New urgent demands of people, in particular, dealing with emotional burnout in times of change and uncertainty, requires not only the use of fundamental theoretical and methodological principles and approaches to work, but also taking into account the changing characteristics of the environment.*

Keywords: *emotional burnout; person; emotional intelligence; emotional labour; social identity.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 02.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК МОВНОЇ ВПЕВНЕНOSTІ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ У ЗВО

Пілішек С. О. кандидат психологічних наук, доцент,
Хмельницький національний університет
<https://orcid.org/0000-0002-3685-8901>

Рудоман О. А. кандидат філологічних наук, доцент,
Хмельницький національний університет
<http://orcid.org/0000-0003-4784-3518>

Психологічні чинники не тільки визначають готовність здійснювати регулярну освітню діяльність із вивчення іноземної мови за професійним спрямуванням, але також є ключовими для розвитку мовної впевненості під час використання іноземної мови в професійному середовищі. У статті здійснено теоретичне обґрунтування (на основі аналізу літератури з теми та спостережень за навчальним процесом) психологічних факторів, котрі впливають на розвиток мовної впевненості в студентів під час вивчення іноземної мови за професійним спрямуванням.

Ключові слова: мовна впевненість; психологічні фактори вивчення іноземної мови; іноземна мова за професійним спрямуванням; англійська мова; заклад вищої освіти (ЗВО); мотивація; ділова англійська.

Вступ. Педагогічна психологія є життєво важливою навичкою викладачів задля ефективного навчання студентів, оскільки допомагає зрозуміти особистість здобувача, моделі мислення, готовність до навчання, мотивацію, емоційний стан і труднощі у вивченні іноземної мови. Викладачам іноземної мови під час навчання цільової мови за професійним спрямуванням варто активно використовувати це розуміння на практиці, до того ж на всіх етапах підготовки та реалізації навчального заняття: аби розробити план, керувати аудиторією студентів, здійснювати керівництво самостійною роботою студентів, надавати потрібні консультації для здобувачів освіти щодо позааудиторного вивчення мови за професійним спрямуванням. Викладачі іноземної мови за професійним спрямуванням мають визначати цілі навчання, вибирати відповідні стратегії та сприяти створенню позитивного освітнього середовища (Fitria, 2024). Різномічне розуміння психологічних факторів, що впливають на розвиток мовної впевненості студентів, загалом володіння педагогічною психологією допомагає викладачам іноземної мови подолати проблеми навчання та створити сприятливе середовище, яке буде не тільки стимулювати здобувачів освіти опановувати новий лексичний і граматичний матеріал, специфічну професійну лексику, але й набувати комунікативної впевненості,

тобто вправно використовувати вивчене на практиці, у модельованих ситуаціях ділової комунікації (усної, письмової) аудиторно та з перспективою на реальні ситуації професійного спілкування іноземною мовою після завершення навчання в університеті.

З усіх іноземних мов саме англійська мова посідає чільне місце й вивчається як обов'язкова не тільки в школах, але й у ЗВО. Закон України від 04.06.2024 № 3760-IX «Про застосування англійської мови в Україні» стосується розширення застосування англійської мови в публічних сферах соціального життя, зокрема та найбільше – у професійній, та створення сприятливих умов для її опанування громадянами України (Про застосування англійської мови в Україні, 2024). Англійська мова в Україні викладається як іноземна від початкового (іноді дошкільного) до вищого рівня освіти, де серед усіх чотирьох базових навичок (читання, письмо, аудіювання, говоріння) мовлення, продуктивна навичка, часто розглядається як найбільш складна щодо формування – як з боку викладачів, яким належить добирати дієві інструменти її формування, так і з боку учнів та студентів. Здебільшого наявні певні соціальні та психологічні чинники, які перешкоджають студентам вільно й невимушено розмовляти англійською як аудиторно, так і позааудиторно, коли того потребують життєві та згодом суто професійні

комунікативні потреби. Таким психологічним фактором, серед іншого, є «брак упевненості», який, як доводять західні емпіричні дослідження (Jamila, 2014; Lopez & Bui, 2014) і як показує педагогічний досвід роботи у ЗВО, вважається однією з найбільших перешкод, що переважно впливає на усну продуктивність дорослих студентів університетського рівня.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування (на основі аналізу літератури з теми та спостережень за навчальним процесом) психологічних факторів, котрі впливають на розвиток мовної впевненості в студентів під час вивчення іноземної мови за професійним спрямуванням.

Теоретичне підґрунтя. Тема подолання психологічних бар'єрів під час вивчення іноземної мови, зокрема в спосіб набуття студентами впевненості у використанні іноземної мови загалом та для досягнення професійних цілей, час від часу, однак менш часто, ніж інші суто методичні аспекти опанування іноземної мови, стають предметом наукових розвідок. Так, І. Лопес та Н. Буй на основі тематичного аналізу даних інтерв'ю встановлюють, що вирішальними причинами, що перешкоджають упевненості в знанні мови, є: 1) досвід пережитого комунікативного успіху чи невдачі; 2) позитивні чи негативні відгуки про навички говоріння здобувачів освіти; 3) порівняння студентами себе з іншими чи якимось стандартом тощо (Lopez & Bui, 2014). Упевненість здобувача освіти в собі часто трактується як набір специфічних самоконструктів, таких як самоефективність, лінгвістична впевненість, або позитивна самоконцепція, різні прояви мотивації щодо вивченні іноземної мови (індивідуальна мотивованість студента, мотивованість академічної групи тощо) (Lopez & Bui, 2014). І. Лопес та Н. Буй роблять спробу розвинути краще розуміння конструкції впевненості в собі під час вивчення іноземної мови. Нові дослідження мотивації з вивчення іноземної мови включили до поняттєвого поля також різноманітні афективні змінні студента (наприклад, готовність до спілкування, уявлення про ідеал знавця іноземної мови, вимога до себе відповідати цьому ідеалу; міжнародне становище та ін.). Варто брати до уваги також потенційно складний зв'язок між мотивацією та іншими змінними психологічних установок студента, включно

з аспектом упевненість в собі саме щодо вивчення мови. Доречність кожного Я-конструкту, такого як упевненість у собі, самоефективність, самооцінка – усе це належить повністю теоретично й емпірично вивчити в конкретних контекстах навчання іноземної мови.

Питання про чинники успішного оволодіння іноземною мовою вирішується по-різному. Дослідники, які вивчають мотиваційно-емоційну сферу особистості, відзначають надзвичайну важливість формування позитивної мотивації до вивчення іноземної мови (Zhang et al., 2020; Richards, 2022). Дослідники, які вивчають психологічні підходи до навчання іноземної мови, свідчать про важливість когнітивних і мисленнєвих процесів у мовленнєвій діяльності (Li, 2016; Wang, 2021). Інші стверджують, що процес запам'ятовування й збереження інформації є основою в процесі оволодіння іноземною мовою (Park et al., 2020; Onishchuk et al., 2020).

Пов'язуючи іншомовні здібності з особливостями психічних процесів, психологи передусім вивчали вербальну пам'ять, вербальне мислення, розуміння на слух (Schwering & MacDonald, 2020; Wallace, 2022). На початкових етапах вивчення мови найбільше значення відіграє здатність ефективно запам'ятовувати іноземні слова й швидко їх актуалізовувати відповідно до прагматичних цілей. Зв'язок між структурою й різними типами пам'яті та іншомовними здібностями є досить суперечливим. Крім того, особливий інтерес становлять дані механічної та логічної пам'яті. Ці види пам'яті відрізняються способами запам'ятовування: механічне запам'ятовування здійснюється простим повторенням, найчастіше багаторазовим; логічне запам'ятовування передбачає використання спеціальних прийомів осмислення матеріалу. На більш пізніх етапах вивчення іноземної мови індекси механічної пам'яті серед здібних студентів є вищими, ніж серед менш здібних студентів. Це можна пояснити тим, що старші студенти, які добре володіють мовою, не використовують чисто механічні методи запам'ятовування нових слів, а спираються на мовні асоціації схожості, контрасту або семантичної подібності, властиві логічному запам'ятовуванню. Тому механічна пам'ять може бути збагачена системою прийомів

запам'ятовування з висхідним рівнем розуміння матеріалу. Це слушно назвати найвищими формами механічної пам'яті, які не можуть набуватись менш здібними учнями. Отже, механічна пам'ять розвивається в певній групі студентів у процесі вивчення іноземної мови. Механічна пам'ять є сутнісним механізмом вивчення іноземної мови й може входити в структуру іншомовних умінь як індивідуальний аспект; однак очевидно, що він не є ключовим компонентом у структурі, що розглядається, і може бути доповнений іншими компонентами, наприклад, логічною пам'яттю.

Сприйняття – це психічний процес, що лежить в основі будь-якого пізнання. Сприйняття передуює навчальній обробці та запам'ятовуванню інформації. Рівень слухового розуміння в здібних студентів, як правило, значно вищий, ніж у менш здібних або посередньо здібних учнів. Розуміння на слух, як і когніція, є провідним і безповоротним компонентом структури іншомовних здібностей. Описані вище когнітивні процеси утворюють когнітивний компонент іншомовних здібностей. Пізнання, розуміння на слух і пам'ять складають комплекс, який становить собою ядро іншомовних здібностей. У процесі засвоєння мови пізнання сприяє її смисловій організації, запам'ятовуванню, тобто фіксації. Відповідно, на рівні мовленнєвої діяльності, на якій мовний матеріал активізується і доводиться до остаточного засвоєння, пізнання забезпечує породження думок, їхній репозиторій, глибину і зміну, а також запам'ятовування, тобто актуалізацію адекватної мовної форми для думки. У мовленні діяльність забезпечує розуміння на слух і самоконтроль у процесі іншомовного мовлення. Дві основні функції, які приписуються емоціям, – це інформаційна та мотиваційна. Два основних шляхи їх впливу на мислення: емоції можуть змінювати інформацію, на якій базуються розумові процеси. Вони можуть впливати на методи і способи оброблення інформації. За останні роки гіпотеза про те, що емоції виконують інформаційну функцію, розвивалася в двох основних напрямках: інформаційна теорія емоцій і теорія емоційної готовності до дії. Вплив емоцій на діяльність підкоряється відомому правилу Йеркса Додсона (1908), який постулював оптимальний рівень стресу

для кожного конкретного виду роботи. Зниження емоційного тону внаслідок зниження інтересу до справи призводить до сонливості, втрати пильності, пропуску значущих сигналів, сповільненості реакцій. Тому якщо в підтримці впевненості одну з найважливіших функцій буде виконувати мотиваційна складова, заохочення здобувача, доброзичлива вказівка на помилки й належна похвала за комунікативні успіхи, усі підвищі психічні процеси відіграють роль визначального тла, без якого впевненості не сформувати. Рівень емоційної напруги не має бути ні надто високим, ні надто слабким, однак його оптимальність може визначити лише компетентний викладач на прикладі конкретної навчальної ситуації під час опанування курсу іноземної мови за професійним спрямуванням. Надмірно високий рівень емоційної напруги дезорганізує діяльність, ускладнює її, підвищує реакцію на сторонні, незначні сигнали, призводить до примітивних дій типу сліпого пошуку методом проб і помилок, провокуючи й навіть закріплюючи на основі повторюваності чинник невпевненості. Емоції зумовлюють, перш за все, динамічну сторону когнітивних функцій, тону і темп діяльності, її «настрій» на той чи інший рівень діяльності. З цієї причини в структуру успішного оволодіння іноземною мовою входить емоційний компонент когнітивного процесу, важливий для розвитку мовної впевненості.

З українських дослідників питання психологічних факторів формування мовної впевненості студентів під час вивчення іноземної мови за профспрямуванням розробляють О. Колмикова (2024), Г. Овсянко та С. Кириченко (2021), Ю. Крюкова (2022), О. Науменко, Н. Стучинська, Л. Мусієнко (2023) та ін. Г. Овсянко та С. Кириченко (2021) основними психологічними факторами вивчення іноземної мови називають мотивацію та інтерес до вивчення мови, темперамент, пам'ять, здібності до вивчення мов, мовний бар'єр, до того ж саме мотивацію вважають основною у вивченні іноземної мови. На думку науковиць, лише мотивація досягнення успіху може принести результат у вивченні цільової мови (Овсянко & Кириченко, 2021).

Методи дослідження: для підготовки поточної розвідки було використано такі

методи, як контент-аналіз, спостереження, порівняння, узагальнення, систематизація.

Результати і обговорення. Підвищення ефективності навчання є одним із центральних предметів комплексного дослідження сучасної психолого-педагогічної науки протягом останнього десятиліття. Одним із найважливіших питань педагогічної психології є визначення психологічних особливостей студента – суб'єкта освітньої діяльності. Безумовно, з цієї точки зору велике значення має вивчення здібностей суб'єкта, що визначають його успішність у навчанні. Успішність засвоєння іноземної мови визначається декількома факторами: загальнопедагогічними, методичними, загальнопсихологічними, індивідуально-психологічними. Зовнішніми детермінантами навчальної діяльності можна вважати загальнопедагогічні та методичні фактори; загальнопсихологічні та індивідуально-психологічні фактори створюють внутрішню детермінацію навчальної діяльності. Одним із основних факторів успішного оволодіння іноземною мовою студентами є знання. Натомість іншомовні здібності – індивідуально-психологічні та психофізіологічні особливості, що визначають високу швидкість і високий рівень засвоєння мови у відповідних умовах. Отже, якщо студент має міцні знання й здібності, це з великою вірогідністю визначатиме успішні іншомовні комунікативні компетенції, водночас мінімізуючи можливий негативний вплив сучасних психологічних чинників.

Аудиторне вивчення іноземної мови є ситуацією, що провокує в здобувачів освіти занепокоєння, стурбованість, страх, заціпеніння, оскільки передбачає постійні оцінки як з боку інших, так і з боку самого студента. У такому середовищі страх бути оціненим може слугувати нагадуванням про поточну компетенцію студента порівняно з іншими здобувачами освіти чи ідеалізованими уявленнями про успішне вивчення мови. Сама ситуація навчального середовища, отже, автоматично з великою ймовірністю ставить під сумнів самооцінку студента як компетентного комунікатора (якщо він навчається, то йому бракує мовленнєвої вправності – якщо бракує, тоді він має недоліки – його не лише навчають, але й постійно контролюють), що становить ризик спровокувати замкнутість, страх чи

навіть паніку. В Україні ці універсальні ризикові чинники суттєво загострюються фактором війни, що й так погіршує психологічний стан усіх учасників освітнього процесу. Враховуючи той факт, що мовна тривога є поширеним явищем у різних контекстах вивчення іноземної мови та передбачає значну вразливість з боку тих, хто вивчає мову, намагаючись виразити, утвердити себе перед іншими в «хиткому лінгвістичному транспорті» (саме так це назвав Дж. Арнольд і Х. Браун (Arnold & Brown, 1999)). Навчити поратись із таким емоційним хвилюванням – одне із завдань викладача. Це питання того, зокрема, як залишатися мотивованими, щоб зробити процес набуття знань студентами систематичним і системним, а також загалом питання впевненості студентів у собі та управління особистими переконаннями студентів щодо ефективності вивчення мови.

До визначення психологічних факторів, що впливають на впевненість у вивченні й користуванні іноземною мовою можна підійти принаймні з трьох позицій: 1) з погляду виявлення здібностей до різних аспектів мови (мовознавчий ракурс), мовленнєвих здібностей (зокрема, артикуляційна вправність), а також до рецептивних і продуктивних процесів мовлення; 2) з погляду визначення особливостей мовленнєвих процесів: сприймання, пам'яті, пізнання, які складають ядро структури здібностей до засвоєння мовного матеріалу; 3) з погляду визначення впливу індивідуально-психологічних, характерологічних та особистісних особливостей людини – волі, емоцій, типу темпераменту, екстраверсійно-інтроверсійного типу.

Узагальнення наявних наукових праць із проблем формування мовної впевненості загалом та розвитку мовної впевненості у студентів під час вивчення іноземної мови за професійним спрямуванням у ЗВО та узагальнення індивідуального педагогічного досвіду дає змогу дійти висновку, що основними психологічними факторами розвитку мовної впевненості під час вивчення іноземної мови за професійним спрямуванням є такі:

1) *мотивація* як найбільш ключовий фактор у вивченні іноземної мови. Мотивація може бути внутрішньою (інтерес до мови та культури) або зовнішньою

(потреба для майбутньої професії чи академічного розвитку). Отже, у заданому ракурсі поточної статті саме зовнішня мотивація є вирішальною. Важливим є фактор загальної зацікавленості студентів у різнобічному опануванні своєї професії та бачення реальної перспективи використання іноземної мови у майбутній професійній діяльності, як і усвідомлення фактора знання мови як винагороджувального – тобто як інструмента для кар'єрного зростання. Висока мотивація підвищує впевненість у власних здібностях і спонукає до більш активного навчання;

2) *самоефективність* як віра у свої можливості досягти успіху в конкретних завданнях. Якщо студент вірить, що може освоїти іноземну мову й бути завдяки цьому ефективним у професійній активності, це зміцнює його мовну впевненість. Самоефективність може розвиватися через попередній успішний досвід вивчення мови або через підтримку від викладача та одногрупників. Однак тут варто пам'ятати, що в студента на час початку співпраці з викладачем ЗВО в межах навчальної дисципліни з вивчення іноземної мови за профспрямуванням уже може скластись упереджена думка про свою самооефективність (через досвід вивчення мови від шкільної освіти й до загального курсу іноземної мови у ЗВО, а ще є досвід неформального та інформального вивчення мови). З дуже високою ймовірністю викладачеві задля розвитку мовної впевненості доведеться проводити корекційну психологічну роботу;

3) *тривожність* (англ. *language anxiety*) як неминучий чинник під час вивчення мови негативно впливає на мовну впевненість. Студенти, які відчувають страх зробити помилку, бути висміяними чи отримати іншу реакцію у відповідь на власну мовну невправність, часто уникають активної мовної практики, що гальмує їхній прогрес та унеможливорює адекватне використання іноземної мови задля досягнення професійних цілей;

4) *позитивний досвід спілкування* – формується завдяки регулярним можливостям для успішного використання мови в реальних чи змодельованих аудиторно й позаудиторно ситуаціях, котрі націлені спеціально на підвищення мовної впевненості чи мають її на увазі як додаткову

навчально-розвиткову мету. Важливо, щоб студенти відчували позитивні емоції під час спілкування іноземною мовою. Через це викладачеві варто наперед продумувати прагматику комунікації: можливі ситуації комунікативного успіху та невдачі. У разі комунікативної невдачі важливо проговорювати, аналізувати разом зі здобувачем, що стало причиною невдачі, як можна надалі запобігти таким ситуаціям, як вийти зі скрутної ситуації спілкування в професійному просторі за умови обмеженості мовних ресурсів здобувача освіти;

5) *соціальна підтримка* як чинник передбачає підтримку з боку викладачів, одногрупників та інших людей з оточення, що сприяє підвищенню впевненості у мовних здібностях конкретного студента. Взаємна допомога і схвалення, обговорення складнощів і досягнень у вивченні мови сприяють кращому засвоєнню матеріалу;

6) *когнітивні стратегії*, зокрема систематизація знань, пошук моделей у вивченні мови та активне використання нових лексичних і граматичних конструкцій, допомагає студентам краще засвоювати матеріал і відчувати себе більш упевненими. До когнітивних стратегій, релевантних під час вивчення іноземної мови за профспрямуванням, належать повторення та тренування, використання мнемонічних прийомів, структурування інформації, контекстуалізація, самостійне генерування професійно детермінованих мовних конструкцій, використання зворотного зв'язку (рефлексія, саморефлексія), моделювання реальних фахових ситуацій, використання метакогнітивних стратегій (аналізування студентами свого процесу навчання: визначення ними слабких місць, планування навчальних цілей, моніторинг свого прогресу та ін.), практика продуктивного використання мови, використання стратегій перенесення (застосовувати свої професійні знання та вміння з рідної мови до вивчення ділової іноземної);

7) *емоційний інтелект* сприяє кращому розумінню своїх емоцій і вмінню контролювати почуття мовної тривоги та невпевненості. Емоційний інтелект допомагає здобувачам освіти більш ефективно адаптуватися до іншомовного середовища та розвивати впевненість у

спілкуванні професійною іноземною мовою під час виконання фахових завдань;

8) *інтерактивні методи навчання* охоплюють роботу в групах, дискусії, рольові бізнес-ігри, допомагають студентам долати страх спілкування та сприятливі для поступового підвищення впевненості у використанні іноземної мови за професійним спрямуванням.

Висновки. Мовна впевненість – основа успішного професійного зростання та академічних досягнень студентів у закладах вищої освіти під час опанування іноземної мови за професійним спрямуванням. Мовна впевненість допомагає студентам ефективно застосовувати свої знання в реальних ситуаціях фахової взаємодії, будувати майбутню кар'єру в контексті глобального ринку праці, бути конкурентоспроможними на міжнародному ринку праці. Розуміння визначених у цій статті психологічних факторів дає змогу викладачам створювати ефективне середовище для навчання, де студенти можуть розвивати свої мовні навички, долати перешкоди та впевнено застосовувати мову в професійній сфері. Зокрема, мовна впевненість у ситуаціях професійного спілкування дає змогу вести ділову комунікацію ефективно (студенти, які здобувають професійну освіту, часто

готуються до кар'єри в міжнародних компаніях або до роботи в багатонаціональному середовищі, де знання іноземної мови є важливим інструментом, і тоді мовна впевненість знижує бар'єри для обговорення складних професійних тем), підвищує академічну успішність на етапі навчання у ЗВО чи з перспективою на удосконалення мовних навичок упродовж життя. Мовна впевненість, хоч сама передовсім залежить від чинника мотивації, разом теж сприяє ще більшій мотивованості здобувачів освіти продовжувати навчання й удосконалювати знання мови, зберігати інтерес до навчання, навіть коли завдання стають складнішими й долучається чинник спонтанності професійних ситуації комунікації. Окрім того, мовна впевненість покращує міжкультурну комунікацію та розвиває м'які навички, лідерські якості та навички співпраці, вирішення проблем, здатності до критичного мислення.

Подальші дослідження з теми доречно організувати, емпірично дослідивши алгоритми стимулювання мовної впевненості у студентів, які вивчають іноземну мову у ЗВО в межах курсу іноземної мови за професійним спрямуванням.

Список використаних джерел

1. Колмикова, О. О. (2024). До питання про психологічні труднощі вивчення морської англійської мови курсантами морських академій. *Педагогічна Академія: наукові записки*, 6, 1–12.
2. Крюкова, Ю. Д. (2022). Міжмовна інтерференція та психологічні бар'єри у процесі вивчення іноземних мов у ЗВО: шляхи подолання. *Нова філологія*, 85, 150–156.
3. Науменко О., Стучинська Н., Мусієнко Л. (2023). Роль мотивації у вивченні англійської мови за професійним спрямуванням майбутніми лікарями. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*, 1(52), 119–123.
4. Овсянко, Г., & Кириченко, С. (2021). Психологічні особливості вивчення іноземної мови фахового спрямування. *Міжнародний науковий журнал «Університети і лідерство»*, 1(11), 158–167.
5. Про застосування англійської мови в Україні: Закон України від 04.06.2024 № 3760-IX. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3760-IX#Text>
6. Arnold, J., & Brown, H. D. (1999). A map of the terrain. In J. Arnold (Ed.), *Affect in Language Learning* (pp. 1–27). Cambridge University Press.
7. Fitria, T. N. (2024). Understanding the Educational Psychology and English Language Teaching: Insights for both EFL and Non-EFL Learners. *JETLEE: Journal of English Language Teaching, Linguistics, and Literature*, 4(1), 37–53.
8. González-Valencia, H., Isaza-Gómez, G. D., Idarraga, M. A., & Rodríguez-Villaquiran, M. (2020). Integrating the virtual platform memrise as a teaching tool for English vocabulary in foreign language students of second semester at a university. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 16(1), 259–284.
9. Jamila, M. (2014). Lack of Confidence--A Psychological Factor Affecting Spoken English of University Level Adult Learners in Bangladesh. *Language in India*, 14(10).
10. Li, L. (2016). Integrating thinking skills in foreign language learning: What can we learn from teachers' perspectives? *Thinking Skills and Creativity*, 22, 273–288.

11. Lopez, I. Y., & Bui, N. H. (2014). Acculturation and linguistic factors on international students' self-esteem and language confidence. *Journal of International Students*, 4(4), 314–329.
12. Onishchuk, I., Ikonnikova, M., Antonenko, T., Kharchenko, I., Shestakova, S., Kuzmenko, N., & Maksymchuk, B. (2020). Characteristics of foreign language education in foreign countries and ways of applying foreign experience in pedagogical universities of Ukraine. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(3), 44–65.
13. Park, H. I., Solon, M., Henderson, C., & Dehghan-Chaleshtori, M. (2020). The roles of working memory and oral language abilities in elicited imitation performance. *The Modern Language Journal*, 104(1), 133–151.
14. Richards, J. C. (2022). Exploring emotions in language teaching. *Relc Journal*, 53(1), 225–239.
15. Wang, W. (2021). Evaluation Principles' Influence of Critical Thinking Foreign Language Teaching on German Literature Classroom Learning Motivation. *Revista de Cercetare și Interventie Socială*, 73, 81–94.
16. Zhang, H., Dai, Y., & Wang, Y. (2020). Motivation and second foreign language proficiency: The mediating role of foreign language enjoyment. *Sustainability*, 12(4), 1302.

References

1. Kolmykova, O. O. (2024). Do pyannia pro psykholohichni trudnoshchi vyvchennia morskoi anhliiskoi movy kursantamy morskikh akademii [To the question of psychological difficulties of learning maritime English by cadets of maritime academies]. *Pedahohichna Akademiia: naukovy zapysky*, 6, 1–12. (in Ukrainian)
2. Kriukova, Yu. D. (2022). Mizhmovna interferentsii ta psykholohichni bariery u protsesi vyvchennia inozemnykh mov u ZVO: shliakhy podolannia [Interlingual interference and psychological barriers in the process of learning foreign languages in higher education: ways to overcome]. *Nova filolohiia*, 85, 150–156. (in Ukrainian)
3. Naumenko O., Stuchynska N., & Musiienko L. (2023). Rol motyvatsii u vyvchenni anhliiskoi movy za profesiinym spriamuvanniam maibutnimy likariamy [The role of motivation in the study of English language by professional direction by future doctors]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Serii: «Pedahohika. Sotsialna robota»*, 1(52), 119–123. (in Ukrainian)
4. Ovsianko, H., & Kyrychenko, S. (2021). Psykholohichni osoblyvosti vyvchennia inozemnoi movy fakhovoho spriamuvannia [Psychological features of learning a foreign language in a professional direction]. *Mizhnarodnyi naukovyi zhurnal «Universytety i liderstvo»*, 1(11), 158–167. (in Ukrainian)
5. Pro zastosuvannia anhliiskoi movy v Ukraini: Zakon Ukrainy vid 04.06.2024 № 3760-IX [On the use of the English language in Ukraine: Law of Ukraine dated 04.06.2024 No. 3760-IX]. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3760-IX#Text> (in Ukrainian)
6. Arnold, J., & Brown, H. D. (1999). A map of the terrain. In J. Arnold (Ed.), *Affect in Language Learning* (pp. 1–27). Cambridge University Press.
7. Fitria, T. N. (2024). Understanding the Educational Psychology and English Language Teaching: Insights for both EFL and Non-EFL Learners. *JETLEE: Journal of English Language Teaching, Linguistics, and Literature*, 4(1), 37–53.
8. González-Valencia, H., Isaza-Gómez, G. D., Idarraga, M. A., & Rodríguez-Villaquiran, M. (2020). Integrating the virtual platform memrise as a teaching tool for English vocabulary in foreign language students of second semester at a university. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 16(1), 259–284.
9. Jamila, M. (2014). Lack of Confidence--A Psychological Factor Affecting Spoken English of University Level Adult Learners in Bangladesh. *Language in India*, 14(10).
10. Li, L. (2016). Integrating thinking skills in foreign language learning: What can we learn from teachers' perspectives? *Thinking Skills and Creativity*, 22, 273–288.
11. Lopez, I. Y., & Bui, N. H. (2014). Acculturation and linguistic factors on international students' self-esteem and language confidence. *Journal of International Students*, 4(4), 314–329.
12. Onishchuk, I., Ikonnikova, M., Antonenko, T., Kharchenko, I., Shestakova, S., Kuzmenko, N., & Maksymchuk, B. (2020). Characteristics of foreign language education in foreign countries and ways of applying foreign experience in pedagogical universities of Ukraine. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(3), 44–65.
13. Park, H. I., Solon, M., Henderson, C., & Dehghan-Chaleshtori, M. (2020). The roles of working memory and oral language abilities in elicited imitation performance. *The Modern Language Journal*, 104(1), 133–151.
14. Richards, J. C. (2022). Exploring emotions in language teaching. *Relc Journal*, 53(1), 225–239.
15. Wang, W. (2021). Evaluation Principles' Influence of Critical Thinking Foreign Language Teaching on German Literature Classroom Learning Motivation. *Revista de Cercetare și Interventie Socială*, 73, 81–94.
16. Zhang, H., Dai, Y., & Wang, Y. (2020). Motivation and second foreign language proficiency: The mediating role of foreign language enjoyment. *Sustainability*, 12(4), 1302.

Summary

**PSYCHOLOGICAL FACTORS AFFECTING THE DEVELOPMENT OF LANGUAGE
CONFIDENCE IN STUDENTS DURING THE LEARNING OF A FOREIGN LANGUAGE UNDER
PROFESSIONAL DIRECTION IN HIGH SCHOOLS**

Pilishek S. candidate of psychological sciences,
associate professor Khmelnytskyi National University

Rudoman O. candidate of philological sciences,
associate professor Khmelnytskyi National University

Introduction. In addition to the cognitive side of a foreign language in a professional direction (in case if this is English – English for specific purposes (ESP)) learning process, psychological factors also play an important role. They not only determine the readiness to carry out regular educational activities for learning a foreign language for professional purposes, but are also key to the development of language confidence when using a foreign language in modeled professional situations in the classroom, as well as in the future - in the professional career of the current student.

Purpose. The aim of the article is to provide a theoretical substantiation (based on the analysis of the literature on the topic and observations of the educational process) of psychological factors that influence the development of students' language confidence when learning a foreign language for professional purposes.

Methods. The following methods were used to prepare the current study: content analysis, observation, comparison, generalization, systematization.

Originality. Although the issue of considering the psychological factors that influence foreign language learning from the scientific point of view is important, it is noticeable that neither domestic nor foreign scientific works analyze the psychological factors of foreign language learning independently as a conceptual aspect of language confidence development. In addition, the concept of language confidence in the context of a foreign language for professional purposes has been considered in general only in passing, not accentuated and in mutual dependence on each other. Instead, this article outlines how language confidence, along with a number of other psychological factors of language learning, contributes to improved employment prospects in the global labor market. The practical significance of the article's results is that it provides valuable guidance for further research on the topic. It is appropriate to organize them by empirically investigating the algorithms for stimulating language confidence in students studying a foreign language at a university as part of a foreign language course for professional purposes. In this case, the theoretical generalization and categorization of language confidence as an important (along with cognitive) mechanism of practical language use in the professional environment of the learner, carried out in the current article, is valuable for developing algorithms for stimulating students' language confidence while they are learning a foreign language course for professional purposes (in the article - on the example of English, but the identified mechanisms are mostly universal for the process of learning other foreign languages).

Conclusion. The main psychological factors for the development of language confidence in the process of learning a foreign language for professional purposes are motivation, self-efficacy, anxiety, positive communication experience, social support, cognitive strategies, emotional intelligence, and interactive teaching methods. Although it depends primarily on the motivation factor, language confidence also contributes to the motivation of students to continue learning and improve their language skills, to maintain interest in learning, even when the tasks become more complex and the factor of spontaneity in professional communication situations is involved. In addition, language confidence improves intercultural communication and develops soft skills, leadership and collaboration skills, problem solving, and critical thinking abilities.

Key words: language confidence; psychological factors of foreign language learning; English for specific purposes (ESP); English; institution of higher education (HEI); motivation; business English.

Концептуалізація – Пілішек С. О.

Методика – Рудоман О. А.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 20.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 28.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

МОТИВАЦІЙНЕ ЛІДЕРСТВО У ВІЙСЬКОВИХ ПІДРОЗДІЛАХ

Рибчук О. О. доктор філософії, заступник
начальника кафедри лідерства

Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-3966-8326>

Ворошичук О. М. доктор філософії,
доцент кафедри лідерства

Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0001-5091-4722>

Стаття покликана висвітлити нові підходи до керівництва військовими підрозділами в докорінно відмінних умовах ведення війни, що гуртуються на постмодерному лідерстві, професіоналізмі та креативності. Радикальні відмінності, в яких існують та функціонують військові колективи Збройних Сил України та інших складових Сил оборони держави, після повномасштабного вторгнення росії, потребують нових стилів лідерства. Сучасна парадигма військового лідерства визначає і критично оцінює лідерство як взаємодію лідерів та послідовників з метою його зміни, базуючись більшою мірою на ціннісній, емоційній, етичній мотивації, ніж на примусовому впливові. Предметом аналізу є ставлення військових лідерів до підлеглих військовослужбовців, прогноз розвитку цих взаємовідносин, з урахуванням того, що стиль лідерства та характер взаємин безпосередньо впливають на мотивацію військовослужбовців у досягненні результатів їхньої діяльності.

Результатом дослідження стало підтвердження гіпотези, що майбутнє військове лідерство встановлює нові правила взаємодії які визначають, що деякі явища організаційної культури військових підрозділів вже ніколи не будуть такими як раніше, а нові форми взаємин, які покращують існуючі знання та загальне військово-професійне середовище набуватимуть розвитку. Нові військові лідери покладатимуться на комплексні знання та інновації, запропоновані командами. Військовими лідерами ставатимуть ті, хто зі своїх підлеглих формуватиме самостійних професіоналів та створюватиме інноваційну атмосферу.

Ключові слова: лідер; лідерство; мотивація; цінності; військовослужбовці; вплив; влада.

Вступ. Мотиваційне лідерство у військових підрозділах, як наукова проблема постала у результаті необхідності досягнення максимальної ефективності діяльності військових підрозділів Збройних Сил України під час відсічі збройної агресії росії проти України. Ситуація на фронті вимагає від військових не лише високої професійної майстерності, а й неабияких вольових зусиль та вмотивованості, щоб долати всі труднощі й досягати необхідних результатів. В умовах невизначеності, значних фізичних навантажень, дефіциту часу та постійної загрози життю, мотивація набуває особливого значення у контексті збереження бойової готовності та ефективного виконання поставлених завдань у бою та операціях. Відтак, ця обставина накладає зобов'язання на військових керівників обирати та підтримувати такий стиль лідерства, який формуватиме та підтримувати мотивацію

військовослужбовців на ціннісних, емоційних та етичних засадах.

Військове лідерство, як процес зазнає постійної трансформації та продовжує свою еволюцію у військово-професійних спільнотах. Становлення військового лідерства починається із налагодження зв'язків між лідерами та підлеглими безпосередньо та через ієрархічний ланцюжок командування. Лідерство традиційно розглядається, як взаємообумовлений процес, до якого залучені і лідери, і послідовники, що відбувається у конкретному соціальному та історичному контексті (Р. Northouse, 2016, р. 26). У функціоналі військового керівника необхідно провести чітку межу між управлінням і лідерством. На думку Kottler J. P. (1992): «У той час як управління зосереджується на проблемах людських ресурсів, організаційної побудови і структури, підготовки певних фондів і їх виконавчого підбору, ефективності та

утилітаризму, тобто сконцентровано на внутрішніх організаційних питаннях, виконанні технічних завдань і контролі, лідерство зосереджується на баченні, побудові «великої картини» змін, інновацій, стратегічних орієнтирів, мети майбутнього» (J. Kottler, 1992, р. 103). Визначаючи сутність лідерства R. Stogdill (1948) зазначав, що: «лідерство проявляється тоді, коли індивіди мобілізують інституційні, політичні, психологічні та інші ресурси для пробудження, залучення та задоволення мотивів працівників» (R. Stogdill, 1948, р. 40). Цим твердженням автор вказує на саму сутність лідерства, яка полягає у мотивуванні послідовників на досягнення спільних цілей організації на основі персоналізації цих цілей, що забезпечує формування внутрішньої мотивації працівника.

Численні дослідження лідерства визначають його як взаємний вплив лідера та послідовників, що формує мотиваційну основу досягнення спільних цілей. Центральну роль і найвищий соціальний статус обіймає лідер, який надихає послідовників, керує діяльністю та обов'язками в організації. Відтак, маємо підстави припустити, що розвиток лідерства у військових колективах має мотиваційний потенціал, що апелює до внутрішніх мотиваційних детермінант через прийняття спільних цілей як власних.

Мета статті полягає у висвітленні мотиваційного потенціалу лідерства та визначенні соціальних та особистісних джерел мотивації військовослужбовців.

Теоретичне підґрунтя. З початком російської агресії щодо України питання мотивації військовослужбовців все частіше порушується у вітчизняному науковому дискурсі. Так у дослідженні В. Осьодло та Л. Будагьянц (2022) висвітлюється проблема переструктурування потребо-мотиваційної сфери особистості. Автори наголошують, що «...здолання авторитарних стилів спілкування у багатьох постколоніальних й посттоталітарних країнах гальмується інерцією стереотипними практиками бюрократичного адміністрування, нерелексивними настановами спілкування, безпосередніми емоційними реакціями «низового»

соціально-психологічного шару організаційної культури управлінців «старої школи» з реальності індустріального суспільства, якої вже немає. Сенси управлінської культури людської гідності, доброчесності та лідерства позначають вододіл між традиційним та сучасним зразками управління. Принципово різними є й тлумачення системи потреб та мотивів людини в організації (як підлеглого, так і керівника)» (В. Осьодло & Л. Будагьянц, 2022, с. 93). Дослідники вказують на те, що в українському війську спостерігаються різні управлінські стилі від формалізованого бюрократичного до лідерського, що впливає на способи та ефективність діяльності військових підрозділів. Далі В. Осьодло та Л. Будагьянц (2022) доводять, що «Не-авторитарні стилі спілкування, всебічне сприяння професійному й особистісному розвитку військовослужбовців, повага до людської гідності, лідерство, професіоналізм, невинна освіта, здолання бюрократії й розвиток нематеріальних капіталів організацій є ключовими чинниками вирішення проблем із мотивацією військовослужбовців до продовження військово-професійної діяльності» (В. Осьодло & Л. Будагьянц, 2022, с. 93).

Вивченню психології бойової мотивації воїна присвячено дослідження О. Хміляра (2022). У своїй праці автор розмежовує та встановлює ґрунтовні відмінності між воїном і солдатом. Дослідник вважає, що «першому притаманне особистісне й екзистенційне прагнення засвоювати, удосконалювати та відточувати прийоми ведення війни» (О. Хміляр, 2022, с. 123). Концентруючи свою увагу, більшою мірою, на внутрішніх чинниках бойової мотивації воїна, О. Хміляр все ж зауважує роль лідера у підкріпленні мотивації воїна у ситуаціях ризику. «Ризикуючи, воїн часто здійснює вибір такого рішення, що йде врозріз з інструкціями, приписами, жорсткими правилами. Тут маємо дилему. Якщо відступ від обов'язкових для виконання дій (наприклад, вимог бойового статуту) приведе до успіху в бою, оцінка такого варіанту рішення може бути позитивною й навіть високою. Окрім того командування, оцінюючи діяльність воїна, який прийняв це

рішення, не акцентуватиме увагу на його невідповідності вимогам бойового статуту та, найімовірніше, назве його творчим. Однак, у разі невдачі воїну пред'являть звинувачення в невиконанні вимог військового статуту. Цим же буде пояснюватись і невдалий результат усієї діяльності. Хоча справжні причини тих чи інших невдач може розкрити лише повноцінний аналіз ситуації діяльності» (О. Хміляр, 2022, с. 123). Лідер на відміну від бюрократа має усвідомлювати необхідність виправданого ризику, нешаблонності поведінки у бою, він знає, що будь-який успіх супроводжується невдачами, готовий помилитися і дає право на помилку своїм підлеглим за для досягнення вищої мети.

Організаційний чинник професійної мотивації військовослужбовців став предметом дослідження У. Гуляк (2022). Дослідниця у своїй моделі формування мотивації військовослужбовців визначає три рівні (середовища, організаційний та особистісний), де на організаційному рівні головну роль у формуванні мотивації відводить постаті лідера у військовому колективі. «Мотивація військовослужбовця тісно пов'язана із цінуванням проявлених ним альтруїзмом та жертвованості, здатністю відчувати зв'язок з групою, зі спільною справедливою місією, можливістю витримувати високі рівні страху та, незважаючи на нього, продовжувати ефективно виконувати завдання.... .. військовий колектив визначальним чином впливає на мотивацію бойової діяльності кожного окремого військовослужбовця...

Лідер у військовому колективі є джерелом та хранителем колективних цінностей, ідеалів і переконань. Від позиції лідера найбільшою мірою залежить формування й збереження індивідуального переконання у справедливості та необхідності виконання завдання. Лідери у військових колективах також є зразком альтруїзму та жертвованості, оскільки саме ці цінності відображають зміст їх професії. Тільки така модель поведінки лідера має схвалення у середовищі воїнів і є основою для формування довірливих стосунків, підтримання належного рівня мотивації» (У. Гуляк, 2022 с. 20-21).

Проведений аналіз останніх досліджень та публікацій дозволив нам виокремити головні аспекти, що визначають мотивацію лідерством у військових колективах у контексті сучасності. Так, для військово-професійних спільнот у добу інформаційного суспільства лідерський стиль управління є найбільш прийнятним та набуває ознак соціального та особистісного джерела мотивації військовослужбовців. Також, мотиваційним джерелом є психологія воїна, як особливого типу військовослужбовця, для кого збройна боротьба набуває особистісного сенсу та значення, а схильність до ризику та внутрішня мотивація є умовою досягнення успіху. У такому випадку лідерство полягає у створенні відповідних умов та сприянні ініціативі військовослужбовця, схваленні самовідданої поведінки та прийнятті невдачі як неодмінного супутника успіху.

Не менш важливим є чинник організаційної культури, як результату діяльності лідера, у формуванні мотивації військовослужбовця.

Методи дослідження Методологічним підґрунтям дослідження слугують класичні та сучасні мотиваційні теорії (С. Кауфман, 2021; Т. Кудріна, 2008; Д. Пінк, 2023). У дослідженні застосовувалися теоретичні методи: змістовний аналіз наукових праць з лідерства та мотивації для з'ясування існуючих концепцій та підходів до вивчення цих феноменів у військових колективах, узагальнення та порівняльний аналіз попередніх досліджень, системний аналіз лідерства і мотивації як єдиної системи взаємодії командира, підлеглих, колективу та зовнішніх умов.

Результати і обговорення. У своїй праці «Психологія і солдат. Мистецтво лідерства» Норман Коупленд наголошує: «При вмілому керівництві колектив є чимось більшим, ніж сума його членів, і, навпаки, при невмілому керівництві – щось менше» (Н. Коупленд, 2024, с. 82). Цією фразою він дає нам зрозуміти, що колективу притаманні різні властивості, як позитивні так і негативні. Людина яка вступає на військову службу, зазвичай приносить із собою високі ідеали щодо моральності, поміркованості, чесності та обов'язку. У деяких випадках її ідеали швидко розбиваються об непорозуміння, не

зустрівши підтвердження своїм очікуванням. Відтак, військовослужбовець швидко позбувається властивих йому чеснот і набуває тих негативних ознак, які притаманні цьому колективу. У будь-якому колективі найбільш розбещені індивідууми прагнуть знизити загальну моральність. Однак є багато прикладів позитивного впливу організованого колективу. Випадки коли підрозділ, керований спільною метою виконує завдання з незламною рішучістю і неймовірною хоробрістю, що перевершують рішучість і хоробрість всіх його членів, вказує на наявність імпульсу що робить колектив чимось більшим ніж суму військовослужбовців. Окреслені приклади негативних і позитивних властивостей військового колективу говорять про необхідність вмілого керівництва, що ґрунтується на засадах лідерства.

Військовий підрозділ і лідерство пов'язані між собою найтіснішим чином. Військовий підрозділ – це своєрідне творіння її лідера, тому в ньому, як в будь-якому художньому творі, відображаються особливості особистих якостей автора, його погляди і помилки. Колективи народжуються лідерами, які нав'язують послідовникам свої власні цінності і уявлення про способи діяльності та підходи до виконання завдань. Якщо діяльність такого підрозділу буде успішною, а цінності, що панують в ньому, стануть сприйматися чимось само собою зрозумілим, це зумовить для наступних поколінь військовослужбовців типи прийнятних лідерів. Тоді суть лідерства буде визначатися цінностями військового колективу. Однак як тільки підрозділ зіткнеться з проблемами адаптації, викликаними такими зовнішніми змінами, при яких деякі з прийнятих в колективі підходів втратять свій сенс, активна роль знову перейде до керівництва або до лідера. У цій ситуації лідерство повинно проявлятися в умінні почати процес адаптаційних еволюційних перетворень. Ця здатність визначати цінності й ініціювати адаптивний розвиток колективу є сутністю мотивації та основним завданням діяльності лідера.

Саме військове лідерство передбачає вплив на військовослужбовців шляхом

визначення мети, напряму і мотивації для виконання місії. Мета і напрям є важливими, тому що вони дають розуміння причини виконання місії, а також повідомляють, як її виконати. Але мотивація, мабуть, найскладніший для реалізації принцип лідерства. Він вимагає довірливих стосунків у всьому підрозділі та позитивної атмосфери для того, щоб отримати найкращі результати від команди. Лідеру важливо зрозуміти, яких умов необхідно дотримуватися, щоб підвищити мотивацію підлеглих і результативність роботи підрозділу.

До таких умов варто віднести лідерський стиль. Для організацій постмодерного суспільства найефективнішим стилем лідерства вважається трансформаційне лідерство. Р. Northouse (2016) стверджує, що трансформаційне лідерство «стосується емоцій, цінностей, етики, стандартів і довгострокових цілей. Він включає оцінку мотивів послідовників, задоволення їхніх потреб і ставлення до них як до особистостей» (Р. Northouse, 2016, р. 163). Цей стиль запалює вогонь у серцях підлеглих, таким чином, формує внутрішню мотивацію і спонукає до найкращої роботи, а отже цей стиль лідерства має бути метою для військових лідерів на всіх рівнях.

Перш ніж досягти високого рівня мотиваційних цілей команди та підрозділу, необхідно задовольнити елементарні індивідуальні потреби військовослужбовців. Керівник повинен переконатися, що базові потреби своїх підлеглих, такі як їжа, вода та безпека, задоволені, перш ніж попросити свій підрозділ зробити все можливе для виконання складних завдань. Фізіологічні потреби складаються з таких речей, як спрага, голод, сон і дихання. Ці потреби передують потребам вищого порядку, тому що вони необхідні для життя. Тому не слід позбавляти солдатів основних фізіологічних потреб, якщо в цьому немає крайньої необхідності. Хоча військова служба є суворою та ризикованою, керівники повинні демонструвати щирі турботу про здоров'я та благополуччя своїх підлеглих. Лідерам слід пам'ятати, що люди є соціальними істотами, тому вони шукають товариства, дружби та соціальної взаємодії. Військові

лідери відповідальні за створення позитивного середовища, яке сприяє високому моральному духу та взаємодії. Бойове товариство та згуртованість всередині підрозділу визначатимуть моральний рівень кожного військовослужбовця. А мораль узгоджується з відчуттям благополуччя людини.

Оскільки люди діють краще коли впевнені в собі, то лідери військових підрозділів мають докладати зусиль, щоб забезпечити впевненість своїх підлеглих у собі, оскільки це сприяє їх доданій цінності для колективу. Прояв уваги до підлеглих і належне визнання їхніх зусиль є важливими складовими формування поваги. Лідери можуть виявляти визнання та проявляти вдячність послідовникам різними способами, наприклад, щире «чудова робота» або «дякую за всю вашу важку роботу» може підняти моральний дух військовослужбовця.

Належна мотивація забезпечується можливістю до самоактуалізації, зростання, особистого розвитку та досягнень. Самоактуалізацію можна розглядати як повну реалізацію творчого, інтелектуального та соціального потенціалу за допомогою внутрішнього потягу (на відміну від зовнішніх винагород, таких як гроші, статус або влада. Лідери можуть сприяти особистому та кар'єрному розвитку, консультуючи, навчаючи та наставляючи підлеглих. Вкладаючи час і енергію у свій розвиток, лідери можуть покращити мотивацію та стійкість своїх солдатів.

Поведінка лідера створює середовище, в якому послідовники будуть процвітати або страждати. На підставі проведеного дослідження можна сформулювати принципи мотиваційного лідерства військових підрозділів для створення позитивного середовища, в якому підлеглі можуть досягти успіху: *мотивований лідер*. Послідовники часто схильні наслідувати лідера. Високий рівень вмотивованості лідера його натхнення і завзятість є запорукою формування мотивації всіх

військовослужбовців підрозділу; *взаємини на основі довіри*. Не слід надавати надмірного значення заходам контролю. Це пригнічує ініціативу і самостійність підлеглих. Довіряйте своїм послідовникам і використовуйте децентралізоване командування, коли це можливо; *залучайте підлеглих до процесу ухвалення рішень*. Чим більше залучених послідовників, тим більша ймовірність, що вони будуть мотивовані для виконання цього рішення; *наддавайте відгук про результати діяльності*. Без нього солдати не знатимуть, чи виконують вони свою задачу. Відсутність зворотного зв'язку, швидше за все, призведе до відсутності мотивації; *справедлива винагорода та визнання*. Результативність має бути пов'язана з винагородою, так само як просування по службі має бути пов'язане із заслугами. Коли люди знають, що їхню роботу цінують, у них завжди є мотивація робити більше і робити це добре.

Висновки. На досягнення успіху військових підрозділів впливає багато, як зовнішніх так і внутрішніх чинників. Одним із найважливіших є лідерство. Саме на лідерів покладається завдання оптимально адаптовувати колектив до вимог зовнішнього середовища та внутрішньої інтеграції з наголосом на мотивацію підлеглих. Мотиваційні лідери віддані своїй роботі та досягненню поставлених колективних цілей і мотивовані до роботи. Сучасний стиль лідерства вимагає від керівників більшої відповідальності, довірливого спілкування, поваги, відкритості до пропозицій підлеглих та товариського ставлення. Військові лідери повинні бути готові вислуховувати пропозиції та ідеї військовослужбовців підрозділу, заохочувати підлеглих відкрито висловлювати свою думку, хвалити їхні гарні ідеї, аргументи, відмовлятися від поганих ідей, інтерпретувати актуальний стан середовища і пояснювати цілі діяльності. Тільки відкриті та чесні стосунки у військовому підрозділі, чіткі цілі та авторитет, заснований на професіоналізмі, можуть зробити лідера і військовий підрозділ успішним.

Список використаних джерел

1. Гуляк У. (2022). Організаційна культура як чинник професійної мотивації військовослужбовців. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки. Випуск 20 (65). Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, С. 15-23.
2. Кауфман С. (2021). За межами піраміди потреб. Новий погляд на самореалізацію. Київ : Лабораторія. 400 с.
3. Коупленд Н. (2024). Психологія і солдат. Мистецтво лідерства. Київ : Українська видавнича справа. 160 с.
4. Кудріна Т.С. (2008). Психологія мотивації : підручник. Київ : ВПЦ «Київський університет». 239 с.
5. Осодло В.І., Будагьянц Л.М. (2022). Трансформація потреб та мотивації людини інформаційного суспільства. *Вісник Національного університету оборони України № 2 (66)*. Київ : НУОУ. С. 89-97.
6. Пінк Д. (2023). Драйв. Дивовижна правда про те, що нас мотивує. Київ : Лабораторія, 232 с.
7. Хміляр О.Ф. (2022). Психологія бойової мотивації. *Вісник Національного університету оборони України № 2 (66)*. Київ : НУОУ, С. 121-131.
8. Kottler J. P. (1992). *Whar Do Leaders Really Do. Managing People and Organization*, Harvard Business School Publications, Boston. 103 p.
9. Northouse P. G. (2016). *Leadership: Theory and practice*. Western Michigan University. Seventh Edition. 521 p.
10. Stogdill R. (1948). Personal factors associjated with leadership: A survey of literature. *The Jurnal of Psyhology*. Vol. 25. P. 35-71.

References

1. Huliak U. (2022). Orhanizatsiina kultura yak chynnyk profesiinoi motyvatsii viiskovosluzhbovtiv. [Organizational culture as a factor of professional motivation of military personnel]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Serii 12. Psykholohichni nauky. Vypusk 20 (65)*. Kyiv : NPU imeni M. P. Drahomanova. S. 15-23. (in Ukrainian).
2. Kaufman S. (2021). *Za mezhamy piramidy potreb. Novyi pohliad na samorealizatsiiu*. [Beyond the pyramid of needs. A new look at self-realization]. Kyiv : Laboratoriia. 400 s. (in Ukrainian).
3. Khmialr O.F. (2022). *Psykhologhiia boiovoi motyvatsii*. [Psychology of combat motivation]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy № 2 (66)*. Kyiv : NUOU. S. 121-131. (in Ukrainian).
4. Kouplend N. (2024). *Psykhologhiia i soldat. Mystetstvo liderstva*. [Psychology and the soldier. The art of leadership]. Kyiv : Ukrainska vydavnycha sprava. 160 s. (in Ukrainian).
5. Kudrina T.S. (2008). *Psykhologhiia motyvatsii* [Psychology of motivation] : pidruchnyk. Kyiv : VPTs «Kyivskyi universytet» 239 s. (in Ukrainian).
6. Osodlo V.I., Budahiants L.M. (2022). *Transformatsiia potreb ta motyvatsii liudyny informatsiinoho suspilstva*. [Transformation of human needs and motivation in the information society]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy № 2 (66)*. Kyiv : NUOU. S. 89-97. (in Ukrainian).
7. Pink D. (2023). *Draiv. Dyvovyzhna pravda pro te, shcho nas motyvuie*. [Drive. The surprising truth about what motivates us]. Kyiv : Laboratoriia. 232 s. (in Ukrainian).
8. Kottler J. P. (1992). *Whar Do Leaders Really Do. Managing People and Organization*, Harvard Business School Publications, Boston. 103 p.
9. Northouse P. G. (2016). *Leadership: Theory and practice*. Western Michigan University. Seventh Edition. 521 p.
10. Stogdill R. (1948). Personal factors associjated with leadership: A survey of literature. *The Jurnal of Psyhology*. Vol. 25. P. 35-71.

Summary

MOTIVATIONAL LEADERSHIP IN MILITARY UNITS

Rybchuk O. O. Doctor of Philosophy,
Deputy Head of the Leadership Department,
National Defense University of Ukraine

Voroshchuk O. M. Doctor of Philosophy,
Associate Professor of the Leadership Department,
National Defense University of Ukraine

Introduction. The article is designed to highlight new approaches to the leadership of military units in fundamentally different conditions of warfare, which are based on postmodern leadership, professionalism

and creativity. The radical differences in which the military collectives of the Armed Forces of Ukraine and other components of the State Defense Forces exist and function after the full-scale invasion of Russia require new leadership styles. The modern paradigm of military leadership defines and critically evaluates leadership as the interaction of leaders and followers with the aim of changing it, based more on value, emotional, ethical motivation than on coercive influence. The subject of analysis is the attitude of military leaders to subordinate servicemen, the forecast of the development of these relationships, taking into account the fact that the style of leadership and the nature of relationship directly affect the motivation of servicemen in achieving the results of their activities.

Purpose. The purpose of the article is to highlight the motivational potential of leadership and to determine the social and personal sources of motivation of military personnel.

Methods. Classical and modern motivational theories serve as methodological subgroups of research. The research used theoretical methods: meaningful analysis of scientific works on leadership and motivation to clarify existing concepts and approaches to the study of these phenomena in military teams, generalization and comparative analysis of previous studies, systematic analysis of leadership and motivation as a single system of interaction between the commander, subordinates, team and external conditions.

Originality. The result of the research was the confirmation of the hypothesis that the future military leadership establishes new rules of interaction that determine that some phenomena of the organizational culture of military units will never be the same again, and new forms of relationships that improve existing knowledge and the general military professional environment will develop. New military leaders will rely on the integrated knowledge and innovation offered by teams. Those who will form independent professionals from their subordinates and create an innovative atmosphere will become military leaders.

Conclusion. The modern style of leadership requires more responsibility, trusting communication, respect, openness to the suggestions of subordinates and a friendly attitude from managers. Military leaders must be ready to listen to the suggestions and ideas of the unit's servicemen, encourage subordinates to openly express their opinions, praise their good ideas and arguments, reject bad ideas, interpret the current state of the environment and explain the goals of activities. Only open and honest relationships in the military unit, clear goals and authority based on professionalism can make the leader and the military unit successful.

Key words: leader; leadership; motivation; values; servicemen; influence; the government.

Концептуалізація – Рибчук О. О.

Методика – Ворошук О. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 01.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 04.11.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ В УМОВАХ ПРОВЕДЕННЯ АТО (ООС): ПРАВОВА СКЛАДОВА

Руснак Ю. І. кандидат юридичних наук, старший дослідник, заслужений юрист України, заступник начальника центру – начальник науково-дослідного управління проблем ресурсного забезпечення у воєнній сфері, сфері оборони та військового будівництва Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-1418-5793>

Стаття є дослідженням нормативно-правової бази України щодо питання психологічної реабілітації військовослужбовців після повернення із зони бойових дій. Зокрема розкрито сутність та значення психологічної реабілітації. Крім того, проаналізовано ключові Закони, відповідно до яких здійснювалось проведення психологічної реабілітації військовослужбовців на початку проведення антитерористичної операції на Сході України. Також, досліджено тенеу формування законодавчої бази щодо психологічної реабілітації військовослужбовців за період з 2014 по 2022 роки.

Ключові слова: агресія російської федерації; антитерористична операція; операція Об'єднаних сил; психологічна реабілітація; ветерани.

Вступ. Починаючи з 2014 року перед Україною постали серйозні виклики. Гібридна збройна агресія російської федерації спричинила як фізичні так і психологічні травми військовослужбовців. Посттравматичний стресовий розлад, депресія, тривожні розлади та інші психічні розлади стали поширеними серед учасників бойових дій. Багато ветеранів почали стикатись із труднощами під час адаптації до умов мирного життя. Задля поліпшення цього процесу військовослужбовцям, соціальні працівники почали надавати допомогу у т.ч. і психологічну реабілітацію.

За період проведення антитерористичної операції (АТО) та операції Об'єднаних сил (ООС) на Сході України було розроблено і прийнято низку нормативно-правових актів та програм задля надання якісної психологічної допомоги ветеранам. Після широкомасштабного вторгнення в Україну проблема психологічної реабілітації набула ще більшої значимості та актуальності. На сьогодні актуальність теми психологічної реабілітації ветеранів обумовлена необхідністю забезпечення їхнього психологічного благополуччя. Реінтеграція ветеранів до мирного життя, відновлення їхньої працездатності та соціальних функцій

є важливими чинниками сталого розвитку суспільства.

Метою статті є науково обґрунтований аналіз дослідження нормативно-правових актів, щодо психологічної реабілітації ветеранів, що приймалися законодавцем в ході проведення АТО (ООС).

Теоретичне підґрунтя. Дослідження питання психологічної реабілітації військовослужбовців базується на аналізі напрацювань багатьох вчених і дослідників. Так, зокрема у роботі Блінова О. досліджено види та напрямки психологічної допомоги психотравмованим військовослужбовцям (Блінов, 2014). В роботі Гавловського О., Голованової І., Дуля А., Овчаренко О. зосереджено увагу на нормативно-правовій базі психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції (Гавловський, Голованова, & Овчаренко, 2019). Лавренюк В. у своїй роботі також зосереджує увагу на законодавчій складовій щодо психологічної та медичної реабілітації військовослужбовців (Лавренюк, 2017). В праці Ліненко О. описано проблемні питання правового регулювання психологічної реабілітації військовослужбовців та учасників бойових дій (Ліненко, 2021).

Однак, сучасна російсько-українська війна та необхідність проведення

психологічної реабілітації військовослужбовців зумовлює необхідність подальшого дослідження окресленої тематики.

Методи дослідження вибрані у відповідності до поставленої мети та зумовлені логікою дослідження. Було застосовано:

історичний метод (застосовано для аналізу розвитку нормативно-правової бази щодо психологічної реабілітації військовослужбовців від початку проведення АТО на Сході України і до теперішнього часу);

системний підхід (використано з метою розгляду правового забезпечення психологічної реабілітації ветеранів як комплексної системи);

порівняльний аналіз (завдяки даному методу досліджено ключові нормативно-правові акти прийняті на початок проведення АТО на Сході України та в умовах широкомасштабного вторгнення російської федерації).

Результати обговорення. На початок проведення АТО Закон України від 22.10.1993 № 3551-III «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» був чи не єдиним законодавчим актом, направленим на соціально-правовий захист ветеранів. Але прийняття даного Закону базувалось ще на принципах радянської системи і в умовах зменшення кількості ветеранів з кожним роком. Цей Закон не забезпечував у повній мірі потреби сучасного покоління ветеранів, які пройшли бойові дії на Сході України, поверталися до мирного життя та потребували психологічної реабілітації (Гавловський, Голованова, & Овчаренко, 2019). Варто зазначити, що даним Законом реабілітація ветеранів та інвалідів бойових дій була орієнтована не на створення цілісної системи надання психологічної допомоги, а на те, щоб надати матеріальну допомогу цій категорії населення та пільгове забезпечення (Мульована, 2014).

Звернемо увагу на Закон України від 06.10.2005 № 2961-IV «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні», відповідно до якого під реабілітацією розуміється система медичних, психологічних, педагогічних, фізичних та інших заходів, які орієнтовані

на те, щоб надати людям допомогу з відновлення та компенсації порушених чи втрачених функцій організму з метою досягнення та підтримки соціальної та матеріальної незалежності (Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні, 2005). Однак, у цьому Законі регламент поширювався лише на осіб з інвалідністю, а внаслідок збройного конфлікту в 2014 році з'явилися нові вимоги, яким цей Закон не відповідав. Не було враховано стадії реабілітаційного процесу. Закон у редакції 2005 року не був спрямований на комплексну систему реабілітації, а радше – на забезпечення певного пакета соціальних гарантій (Зарецька & Голик, 2016).

Законом України від 23.07.2014 № 1609-VII доповнили перелік категорій осіб, які могли потребувати реабілітаційних послуг. Зокрема, включили учасників АТО та постраждалих цивільних осіб до наявної системи реабілітаційних послуг (Лавренюк, 2017).

На виконання вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 11.08.2014 №326 була утворена Державна служба України у справах ветеранів війни та учасників АТО. Основні завдання Державної служби у справах ветеранів війни та учасників АТО полягали у реалізації державної політики у сфері соціального захисту ветеранів війни та учасників АТО, в тому числі і щодо забезпечення їх адаптації та психологічної реабілітації (Про утворення Державної служби України у справах ветеранів війни та учасників антитерористичної операції, 2014). Так, Державна служба України у справах ветеранів війни та учасників АТО направила Дорожню карту стосовно надання учасникам АТО психологічної реабілітації. Втім, 28.11.2018 р. Державну службу у справах ветеранів та учасників АТО було ліквідовано і утворено Міністерство у справах ветеранів України.

З метою стабілізації морально-психологічного стану особового складу після повернення з району проведення АТО було видано розпорядження першого заступника начальника Генерального штабу Збройних Сил України від 25.11.2014 № 183 (Про організацію заходів психологічної реабілітації військовослужбовців, які

повертаються з району проведення антитерористичної операції, 2014).

Психологічна реабілітація – це процес організованого психологічного впливу, спрямованого на відновлення такого стану психічного здоров'я воїнів, який знову дозволить їм успішно вирішувати бойові та службові завдання (Блінов, 2014). Психологічна реабілітація є важливою частиною процесу реабілітації, оскільки вона спрямована на покращення психічного стану та психосоціального благополуччя, відновлення особистісного та військового статусу військовослужбовця, що отримав психічну травму (Дуля & Спіріна, 2024).

На початку 2015 року видано чимало законодавчих актів щодо різних форм реабілітації учасників АТО. Першим підзаконним актом, що покликаний розв'язати проблему реабілітації, був Указ Президента України «Про додаткові заходи щодо соціального захисту учасників антитерористичної операції» від 18.03.2015 №150 / 2015 (Про додаткові заходи щодо соціального захисту учасників антитерористичної операції, 2015). В Указі визначались завдання Кабінету Міністрів України щодо збільшення штатної кількості психологів у закладах охорони здоров'я, в яких здійснюється реабілітація учасників АТО, і, в разі потреби, забезпечити збільшення відповідного фінансування таких закладів (Лавренюк, 2017). У відповідь на ці завдання, Кабінет Міністрів України видав Розпорядження від 31.03.2015 № 359-р (Про затвердження плану заходів щодо медичної, психологічної, професійної реабілітації та соціальної адаптації учасників антитерористичної операції, 2015).

Важливим кроком було ухвалення Кабінетом Міністрів України Постанови від 31.03.2015 № 200 «Про затвердження Порядку використання коштів, передбачених у державному бюджеті на забезпечення постраждалих учасників антитерористичної операції санаторно-курортним лікуванням, 2015», що окреслила процедуру використання фінансів, передбачених державним бюджетом (Гавловський, 2023). Також, щодо організації психологічної реабілітації, затверджено Наказ Міністерства соціальної

політики України від 23.06.2015 № 650 (Ліненко, 2021).

Варто зазначити, що Законом України від 03.11.2015 № 742-VIII було зобов'язано військовослужбовців та учасників бойових дій, що брали участь в АТО в обов'язковому порядку пройти безоплатну психологічну, медико-психологічну реабілітацію у відповідних центрах (Про внесення зміни до статті 11 Закону України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей», 2015).

З початку 2015 року було прийнято суттєву кількість законодавчих актів щодо різних форм реабілітації учасників АТО. Повноцінний комплексний аналіз законодавства даної сфери було проведено у грудні 2015 року спеціальною оцінювальною місією ВООЗ та Міжнародним товариством фізичної та реабілітаційної медицини (Ясенчук, 2018).

Так, зокрема було видано наступні Накази Міністерства оборони (Міноборони) України:

1. Наказ Міноборони від 09.12.2015 № 702 (Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України, які брали участь в антитерористичній операції, під час відновлення боєздатності військових частин (підрозділів), 2015) зі змінами, внесеними у 2019 році. У Положенні визначено процедуру проведення психологічної реабілітації військовослужбовців ЗС України, які брали участь в АТО, та порядок її виконання під час відновлення боєздатності військових частин (підрозділів);

2. Наказ Міноборони від 09.12.2015 № 703 (Про затвердження переліків медичних показань та протипоказань до санаторного лікування і медичної реабілітації в санаторно-курортних закладах Збройних Сил України, 2015), до якого згодом вносились зміни у 2020 та 2021 роках. У даному Наказі визначено, що заходи медико-психологічної реабілітації спрямовані переважно на осіб, які брали участь у бойових діях, в АТО, і військовослужбовців.

Протягом 2016–2017 років законодавцем було прийнято:

Постанова Кабінету Міністрів України від 23.08.2016 № 528, у якій було визначено механізм відшкодування витрат на оплату проїзду учасникам АТО до суб'єктів, якими надаються послуги із психологічної реабілітації, для проходження психологічної реабілітації та повернення назад (Гавловський, Голованова, & Овчаренко, 2019);

Наказ Міноборони від 04.11.2016 № 591 (Про затвердження Інструкції про організацію санаторно-курортного лікування, медичної та медико-психологічної реабілітації у Збройних Силах України, 2016), зі змінами, внесеними Наказами Міноборони у 2017 та 2018 роках;

Розпорядження Кабінету Міністрів України від 12.07.2017 № 475-р про схвалення «Концепції Державної цільової програми з фізичної, медичної, психологічної реабілітації і соціальної та професійної реадaptaції учасників антитерористичної операції та осіб, які брали участь у здійсненні заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації в Донецькій та Луганській областях, забезпеченні їх здійснення, на період до 2022 року». Концепція спрямовувалась на створення сприятливих умов для професійної реабілітації та реадaptaції учасників АТО. Окреслений документ став основоположним у подальшому вдосконаленні та створенні системи реабілітаційних послуг для учасників АТО в Україні (Ясенчук, 2018). Слід зазначити, що у вересні 2018 року до зазначеної концепції було внесено зміни.

У грудні 2017 року прийнято Постанову Кабінету Міністрів України № 1057 (Про затвердження Порядку проведення психологічної реабілітації постраждалих учасників Революції Гідності, учасників антитерористичної операції та осіб, які здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях, членів їх сімей та членів сімей загиблих (померлих) таких осіб, 2017), до якої за період проведення АТО (ООС) неодноразово вносились зміни. Порядок визначав механізми організації проведення

психологічної реабілітації учасників АТО структурними підрозділами з питань соціального захисту населення. Послуги з психологічної реабілітації учасників АТО оплачувались відповідно до Порядку використання коштів, передбачених у державному бюджеті для здійснення заходів із психологічної реабілітації учасників АТО.

З метою удосконалення державних стандартів реабілітаційних, соціальних та психологічних послуг та з урахуванням провідного світового досвіду була прийнята Постанова Кабінету Міністрів України від 05.12.2018 № 1021 (Про затвердження Державної цільової програми з медичної, фізичної реабілітації та психосоціальної реадaptaції постраждалих учасників Революції Гідності, учасників антитерористичної операції та осіб, які брали участь у здійсненні заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації в Донецькій та Луганській областях, забезпеченні їх здійснення на період до 2023 року, 2018), до якої було внесено зміни Постановою Кабінету Міністрів України у жовтні 2019 року.

24 лютого 2022 року російська федерація здійснила широкомасштабне вторгнення на територію України. Значна кількість добровольців приєдналась до лав ЗС України і стала на захист держави. В умовах інтенсивності бойових дій та залученні великої кількості військовослужбовців до ведення бойових дій, дедалі більше зростає необхідність у проведенні психологічної реабілітації. Законодавцем було зроблено значні кроки щодо вдосконалення законодавчої бази, зокрема шляхом прийняття змін до вже існуючих нормативно-правових актів. Втім, було прийнято і нові нормативно-правові акти, а саме:

1. Постанова Кабінету Міністрів України від 29.11.2022 № 1338 (Деякі питання надання психологічної допомоги ветеранам війни, членам їх сімей та деяким іншим категоріям осіб, 2022);

2. Постанова Кабінету Міністрів України від 18.03.2024 № 307 (Деякі питання ментальної, спортивної, фізичної, психологічної реабілітації та професійної

адаптації ветеранів війни, членів їх сімей та деяких інших категорій осіб, 2024).

Висновки. Отже, за період проведення АТО (ООС) на Сході України з 2014 по 2022 роки, законодавцем прийнято низку нормативно-правових актів щодо психологічної реабілітації ветеранів, котрі повернулись із зони бойових дій. Протягом зазначеного періоду законодавча база вдосконалювалась шляхом внесення змін чи ухваленням нових нормативно-правових актів. Держава створювала сприятливі умови для забезпечення проходження психологічної реабілітації і повернення військовослужбовців до умов мирного життя. Проаналізована значна кількість нормативно-правових актів щодо психологічної реабілітації військовослужбовців демонструє те, що

належний психологічний стан та забезпечення сприятливих умов для реінтеграції військовослужбовців є ключовим вектором державної політики.

Втім, варто зазначити, що в результаті широкомасштабної агресії російської федерації у лютому 2022 року питання психологічної реабілітації військовослужбовців набуло ще більшої значущості, внаслідок залучення великої кількості військовослужбовців та добровольців до участі в бойових діях. Тому, питання вдосконалення нормативно-правової бази задля проведення якісної психологічної реабілітації військовослужбовців, з урахуванням кращих світових практик та досвіду, набутого в умовах АТО (ООС) є вкрай важливим та необхідним в умовах сьогодення.

Список використаних джерел

1. Блінов, О. А. (2014). Види та напрямки психологічної допомоги психотравмованим військовослужбовцям. *Вісник Національного університету оборони України. Збірник наукових праць*, (4)41, 168-173.
2. Гавловський О.Д. (2023). Медико-соціальне обґрунтування системи реабілітації постраждалих унаслідок збройного конфлікту зі стресасоційованими розладами [Дис. д-ра мед. наук]. https://www.nuozu.edu.ua/zagruzka3/Dr_Gavlov.pdf.
3. Гавловський, О. Д., Голованова, І. А., & Овчаренко, О. М. (2019). Нормативно-правова база психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції. *Світ медицини та біології*, (1)67, 24-29.
4. Деякі питання ментальної, спортивної, фізичної, психологічної реабілітації та професійної адаптації ветеранів війни, членів їх сімей та деяких інших категорій осіб, Постанова Кабінету Міністрів України № 307 (2024) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/307-2024-п#Text> (дата звернення: 05.06.2024).
5. Деякі питання надання психологічної допомоги ветеранам війни, членам їх сімей та деяким іншим категоріям осіб, Постанова Кабінету Міністрів України № 1338 (2022) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1338-2022-%D0%BF#Text> (дата звернення: 05.06.2024).
6. Дуля, А., Спіріна, Т. (2024). До питання реабілітації учасників бойових дій в Україні. *Ввічливість. Humanitas*, 1, 38-43.
7. Зарецька, Н., & Голик, В. (2016, 4 червня). Реформа реабілітації в Україні не повинна залишитись інвалідом. *Дзеркало тижня*. <https://zn.ua/ukr/HEALTH/reforma-reabilitaciyi-v-ukrayini-ne-povinna-zalishitis-invalidom-.html> (дата звернення: 02.06.2024).
8. Лавренюк, В. (2017). Психологічна та медична реабілітація військовослужбовців: що нового в законодавстві. Актуальні проблеми соціально-правового статусу осіб, постраждалих під час проведення АТО: збірник матеріалів всеукраїнської науково-практичної конференції (19 квітня 2017 р.). 44-47.
9. Ліненко, О. І. (2021). Проблемні питання правового регулювання психологічної реабілітації військовослужбовців та учасників бойових дій. *Вісник пенітенціарної асоціації України*. 2(16). 157-167.
10. Мульована, Л. І. (2014). Психологічний дебрифінг як метод групової психологічної корекції посттравматичних стресових розладів в учасників бойових дій. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія*, (1) 4, 64-69.
11. Про внесення зміни до статті 11 Закону України "Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей", Закон України № 742-VIII (2015) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/742-19/ed20160728#n5> (дата звернення: 03.06.2024).

12. Про додаткові заходи щодо соціального захисту учасників антитерористичної операції, Указ Президента України № 150/2015 (2015) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/150/2015#Text> (дата звернення: 01.06.2024).

13. Про затвердження Державної цільової програми з медичної, фізичної реабілітації та психосоціальної реадaptaції постраждалих учасників Революції Гідності, учасників антитерористичної операції та осіб, які брали участь у здійсненні заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації в Донецькій та Луганській областях, забезпеченні їх здійснення, на період до 2023 року, Постанова Кабінету Міністрів України № 1021 (2018) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1021-2018-п#Text> (дата звернення: 03.06.2024).

14. Про затвердження Інструкції про організацію санаторно-курортного лікування, медичної та медико-психологічної реабілітації у Збройних Силах України, Наказ Міністерства оборони України № 591 (2016) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1538-16#Text> (дата звернення: 03.06.2024).

15. Про затвердження переліків медичних показань та протипоказань до санаторного лікування і медичної реабілітації в санаторно-курортних закладах Збройних Сил України, Наказ Міністерства оборони України № 703 (2015) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1681-15#Text> (дата звернення: 05.06.2024).

16. Про затвердження плану заходів щодо медичної, психологічної, професійної реабілітації та соціальної адаптації учасників антитерористичної операції, Розпорядження Кабінету Міністрів України № 359-р (2015) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/359-2015-р#Text> (дата звернення: 07.06.2024) – втратило чинність.

17. Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту, які брали участь в антитерористичній операції, здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях чи виконували службові (бойові) завдання в екстремальних умовах, Наказ Міністерства оборони України № 702 (2015) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0237-16#Text> (дата звернення: 05.06.2024).

18. Про затвердження Порядку проведення психологічної реабілітації постраждалих учасників Революції Гідності, учасників антитерористичної операції та осіб, які здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях, членів їх сімей та членів сімей загиблих (померлих) таких осіб, Постанова Кабінету Міністрів України № 1057 (2017) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1057-2017-п#Text> (дата звернення: 03.06.2024) – втратила чинність.

19. Про організацію заходів психологічної реабілітації військовослужбовців, які повертаються з району проведення антитерористичної операції, Розпорядження першого заступника начальника Генерального штабу Збройних Сил України №183 (2014) (Україна).

20. Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні, Закон України № 2961-IV (2005) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text> (дата звернення: 03.06.2024).

21. Про утворення Державної служби України у справах ветеранів війни та учасників антитерористичної операції, Постанова Кабінету Міністрів України № 326 (2014) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/326-2014-п#Text> (дата звернення: 04.06.2024).

22. Ясенчук, Ю. (2018). Психологічна реабілітація учасників антитерористичної операції: механізм забезпечення. *Humanitarium*. 41, Вип. 1. 168-178.

References

1. Blinov, O. A. (2014). Vydy ta napriamky psykhologichnoi dopomohy psykhotravmovanym viiskovoslužbovtsiam [Types and Directions of Psychological Assistance to Military Personnel with Psychological Trauma]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. Zbirnyk naukovykh prats*, (4)41, 168-173 (in Ukrainian).

2. Havlovskiy O.D. (2023). Medyko-sotsialne obgruntuvannia systemy rehabilitatsii postrazhdalikh unaslidok zbroinoho konfliktu zi stresasotsiiiovanyimi rozladamy [Medical and Social Justification of the Rehabilitation System for Victims of Armed Conflict with Stress-Associated Disorders] [Dys. d-ra med. nauk]. https://www.nuozu.edu.ua/zagruzka3/Dr_Gavlov.pdf (in Ukrainian).

3. Havlovskiy, O. D., Holovanova, I. A., & Ovcharenko, O. M. (2019). Normativno-pravova baza psykhologichnoi rehabilitatsii uchashchiv antyterorystichnoi operatsii [Normative and Legal Framework for the Psychological Rehabilitation of Anti-Terrorist Operation Participants]. *Svit medytsyny ta biolohii*, (1)67, 24-29 (in Ukrainian).

4. Deiaki pytannia mentalnoi, sportyvnoi, fizychnoi, psykhologichnoi rehabilitatsii ta profesiinoi adaptatsii veteraniv viiny, chleniv yikh simei ta deiakykh inshykh katehoriy osib [Some Issues of Mental,

Sports, Physical, Psychological Rehabilitation and Professional Adaptation of War Veterans, Their Family Members and Some Other Categories of Persons], Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 307 (2024) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/307-2024-p#Text> (data zvernennia: 05.06.2024) (in Ukrainian).

5. Deiaki pytannia nadannia psykholohichnoi dopomohy veteranam viiny, chlenam yikh simei ta deiakym inshym katehoriiam osib [Some Issues of Providing Psychological Assistance to War Veterans, Their Family Members, and Certain Other Categories of Persons], Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 1338 (2022) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1338-2022-%D0%BF#Text> (data zvernennia: 05.06.2024) (in Ukrainian).

6. Dulia, A., Spirina, T. (2024). Do pytannia reabilitatsii uchasykiv boiovykh dii v Ukraini [On the Issue of Rehabilitation of Combat Participants in Ukraine]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 1, 38–43 (in Ukrainian).

7. Zaretska, N., & Holyk, V. (2016, 4 chervnia). Reforma reabilitatsii v Ukraini ne povynna zalyshytys invalidom [Rehabilitation Reform in Ukraine Should Not Leave Anyone Disabled]. *Dzerkalo tyzhnia*. <https://zn.ua/ukr/HEALTH/reforma-reabilitaciyi-v-ukrayini-ne-povinna-zalishitis-invalidom-.html> (data zvernennia: 02.06.2024) (in Ukrainian).

8. Lavreniuk, V. (2017). Psykholohichna ta medychna reabilitatsiia viiskovosluzhbovtziv: shcho novoho v zakonodavstvi [Psychological and Medical Rehabilitation of Military Personnel: What's New in Legislation]. Aktualni problemy sotsialno-pravovoho statusu osib, postrazhdalych pid chas provedennia ATO: *zbirnyk materialiv vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (19 kvitnia 2017 r.). 44–47 (in Ukrainian).

9. Linenko, O. I. (2021). Problemni pytannia pravovoho rehuliuвання psykholohichnoi reabilitatsii viiskovosluzhbovtziv ta uchasykiv boiovykh dii [Problematic Issues of Legal Regulation of Psychological Rehabilitation of Military Personnel and Combat Participants]. *Visnyk penitentsiarnoi asotsiatsii Ukrainy*. 2(16). 157–167 (in Ukrainian).

10. Mulovana, L. I. (2014). Psykholohichni debryfinh yak metod hrupovoi psykholohichnoi korektsii posttravmatychnykh stresovykh rozladiv v uchasykiv boiovykh dii [Psychological Debriefing as a Method of Group Psychological Correction of Post-Traumatic Stress Disorders in Combat Participants]. *Problemy sotsialnoi roboty: filozofia, psykholohiia, sotsiolohiia*, (1) 4, 64–69 (in Ukrainian).

11. Pro vnesennia zminy do statii 11 Zakonu Ukrainy "Pro sotsialnyi i pravovyi zakhyst viiskovosluzhbovtziv ta chleniv yikh simei" [On Amendments to Article 11 of the Law of Ukraine "On Social and Legal Protection of Military Personnel and Their Families"], Zakon Ukrainy № 742-VIII (2015) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/742-19/ed20160728#n5> (data zvernennia: 03.06.2024) (in Ukrainian).

12. Pro dodatkovy zakhody shchodo sotsialnoho zakhystu uchasykiv antyterorystychnoi operatsii [On Additional Measures for the Social Protection of Participants in the Anti-Terrorist Operation], Ukaz Prezydenta Ukrainy № 150/2015 (2015) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/150/2015#Text> (data zvernennia: 01.06.2024) (in Ukrainian).

13. Pro zatverdzhennia Derzhavnoi tsilovoi prohramy z medychnoi, fizychnoi reabilitatsii ta psykosotsialnoi readaptatsii postrazhdalych uchasykiv Revoliutsii Hidnosti, uchasykiv antyterorystychnoi operatsii ta osib, yaki braly uchast u zdiisnenni zakhodiv iz zabezpechennia natsionalnoi bezpeky i oborony, vidsichi i strymuvannia zbroinoi ahresii Rosiiskoi Federatsii v Donetskii ta Luhanskii oblastiakh, zabezpechenni yikh zdiisnennia, na period do 2023 roku [On Approval of the State Target Program for Medical, Physical Rehabilitation and Psychosocial Readaptation of Affected Participants of the Revolution of Dignity, Participants of the Anti-Terrorist Operation and Persons Who Took Part in Measures to Ensure National Security and Defense, Repelling and Deterring the Armed Aggression of the Russian Federation in Donetsk and Luhansk Regions, Ensuring Their Implementation, Until 2023], Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 1021 (2018) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1021-2018-p#Text> (data zvernennia: 03.06.2024) (in Ukrainian).

14. Pro zatverdzhennia Instruksii pro orhanizatsiiu sanatorno-kurortnoho likuvannia, medychnoi ta medyko-psykholohichnoi reabilitatsii u Zbroinykh Sylakh Ukrainy [On Approval of the Instruction on the Organization of Sanatorium Treatment, Medical and Medico-Psychological Rehabilitation in the Armed Forces of Ukraine], Nakaz Ministerstva oborony Ukrainy № 591 (2016) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1538-16#Text> (data zvernennia: 03.06.2024) (in Ukrainian).

15. Pro zatverdzhennia perelikiv medychnykh pokazan ta protypokazan do sanatornoho likuvannia i medychnoi reabilitatsii v sanatorno-kurortnykh zakladakh Zbroinykh Syl Ukrainy [On Approval of the Lists of Medical Indications and Contraindications for Sanatorium Treatment and Medical Rehabilitation in Sanatorium Institutions of the Armed Forces of Ukraine], Nakaz Ministerstva oborony Ukrainy № 703 (2015) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1681-15#Text> (data zvernennia: 05.06.2024) (in Ukrainian).

16. Pro zatverdzhennia planu zakhodiv shchodo medychnoi, psykholohichnoi, profesiinoi rehabilitatsii ta sotsialnoi adaptatsii uchashnykiv antyterorystychnoi operatsii [On Approval of the Plan of Measures for Medical, Psychological, Professional Rehabilitation and Social Adaptation of Anti-Terrorist Operation Participants], Rozporiadzhennia Kabinetu Ministriv Ukrainy № 359-r (2015) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/359-2015-r#Text> (data zvernennia: 07.06.2024) – vtratylo chynnist (in Ukrainian).

17. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro psykholohichnu rehabilitatsiiu viiskovosluzhbovtziv Zbroinykh Syl Ukrainy ta Derzhavnoi spetsialnoi sluzhby transportu, yaki braly uchast v antyterorystychnii operatsii, zdiisniuvaly zakhody iz zabezpechennia natsionalnoi bezpeky i oborony, vidsichi i strymuvannia zbroinoi ahresii Rosiiskoi Federatsii u Donetskii ta Luhanskii oblastiakh chy vykonuvaly sluzhbovi (boiovi) zavdannia v ekstremalnykh umovakh [On Approval of the Regulation on Psychological Rehabilitation of Military Personnel of the Armed Forces of Ukraine and the State Special Transport Service Who Participated in the Anti-Terrorist Operation, Implemented Measures to Ensure National Security and Defense, Repel and Deter the Armed Aggression of the Russian Federation in Donetsk and Luhansk Regions, or Performed Official (Combat) Missions in Extreme Conditions], Nakaz Ministerstva oborony Ukrainy № 702 (2015) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0237-16#Text> (data zvernennia: 05.06.2024) (in Ukrainian).

18. Pro zatverdzhennia Poriadku provedennia psykholohichnoi rehabilitatsii postrazhdalikh uchashnykiv Revoliutsii Hidnosti, uchashnykiv antyterorystychnoi operatsii ta osib, yaki zdiisniuvaly zakhody iz zabezpechennia natsionalnoi bezpeky i oborony, vidsichi i strymuvannia zbroinoi ahresii Rosiiskoi Federatsii u Donetskii ta Luhanskii oblastiakh, chleniv yikh simei ta chleniv simei zahyblykh (pomerlykh) takykh osib [On Approval of the Procedure for Conducting Psychological Rehabilitation of Affected Participants of the Revolution of Dignity, Participants of the Anti-Terrorist Operation, and Persons Who Carried Out Measures to Ensure National Security and Defense, Repel and Deter the Armed Aggression of the Russian Federation in Donetsk and Luhansk Regions, Their Family Members and Family Members of the Deceased (Deceased) Persons], Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 1057 (2017) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1057-2017-p#Text> (data zvernennia: 03.06.2024) – vtratyla chynnist (in Ukrainian).

19. Pro orhanizatsiiu zakhodiv psykholohichnoi rehabilitatsii viiskovosluzhbovtziv, yaki povertaiutsia z raionu provedennia antyterorystychnoi operatsii [On Organization of Psychological Rehabilitation Measures for Military Personnel Returning from the Anti-Terrorist Operation Area], Rozporiadzhennia pershoho zastupnyka nachalnyka Heneralnogo shtabu Zbroinykh Syl Ukrainy №183 (2014) (Ukraine) (in Ukrainian).

20. Pro rehabilitatsiiu osib z invalidnistiu v Ukraini [On the Rehabilitation of Persons with Disabilities in Ukraine], Zakon Ukrainy № 2961-IV (2005) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text> (data zvernennia: 03.06.2024) (in Ukrainian).

21. Pro utvorennia Derzhavnoi sluzhby Ukrainy u spravakh veteraniv viiny ta uchashnykiv antyterorystychnoi operatsii [On the Formation of the State Service of Ukraine for Veterans of War and Participants of the Anti-Terrorist Operation], Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 326 (2014) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/326-2014-p#Text> (data zvernennia: 04.06.2024) (in Ukrainian).

22. Iasenchuk, Yu. (2018). Psykholohichna rehabilitatsiia uchashnykiv antyterorystychnoi operatsii: mekhanizm zabezpechennia [Psychological Rehabilitation of Participants in the Anti-Terrorist Operation: Mechanism of Provision]. *Humanitarium*. 41, Vyp. 1. 168-178 (in Ukrainian).

Summary

PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF VETERANS IN THE CONTEXT OF THE ATO (JFO): THE LEGAL COMPONENT

Rusnak Y. Ph.D. in Law, Senior Researcher, Honored Lawyer of Ukraine, Deputy Head of the Center – Head of the Research Department on Resource Provision Issues in the Military Sphere, Defense, and Military Construction of the Center for Military-Strategic Studies of the National Defense University of Ukraine

This article examines the legal and regulatory framework of Ukraine regarding the psychological rehabilitation of military personnel after their return from combat zones.

Problem Statement: *Since 2014, Ukraine has faced significant challenges due to the hybrid armed aggression of the Russian Federation, which has resulted in both physical and psychological trauma for military personnel. Post-traumatic stress disorder (PTSD), depression, anxiety disorders, and other mental health issues have become prevalent among combatants. Many veterans have encountered difficulties*

adjusting to civilian life. To improve this process, social workers have begun providing psychological rehabilitation services.

During the period of the Anti-Terrorist Operation (ATO) and the Joint Forces Operation (JFO) in Eastern Ukraine, several legal and regulatory acts and programs were developed and adopted to provide quality psychological support to veterans. Following the large-scale invasion of Ukraine on February 24, 2022, the issue of psychological rehabilitation gained even greater significance and urgency. The ongoing aggression by the Russian Federation has highlighted the necessity of ensuring the psychological well-being of military personnel. The reintegration of veterans into civilian life, restoring their work capacity, and social functions are critical for the sustainable development of society.

Purpose of the Article: The purpose of this article is to provide a scientifically grounded analysis of the legal and regulatory acts concerning the psychological rehabilitation of veterans, as adopted by legislators during the ATO and JFO.

Research Methods: The methods used in this study align with the established purpose and are determined by the research logic. **These include:**

Historical Method. Applied to analyze the development of the legal and regulatory framework for the psychological rehabilitation of military personnel from the beginning of the ATO in Eastern Ukraine to the present time.

Systemic Approach. Used to consider the legal provision of psychological rehabilitation for veterans as a comprehensive system.

Comparative Analysis. Employed to examine key legal and regulatory acts adopted at the start of the ATO in Eastern Ukraine and during the large-scale Russian Federation invasion.

Scientific Novelty: The scientific novelty of the study lies in the comprehensive analysis of the formation and development of the legal and regulatory framework for psychological rehabilitation of military personnel from the beginning of the ATO in Eastern Ukraine to the large-scale aggression by the Russian Federation in 2022.

Practical Significance: The results of the study can serve as a foundation for further research on improving legislation related to the psychological rehabilitation of veterans.

Conclusions and Future Research Directions: The author has conducted a thorough and detailed analysis of Ukraine's legislation regarding the psychological rehabilitation of veterans in the context of the ATO (JFO) in Eastern Ukraine. Additionally, the study focuses on the current state of legislation amid the large-scale aggression by the Russian Federation. The analysis of numerous legal and regulatory acts on psychological rehabilitation of military personnel indicates that maintaining a proper psychological state and ensuring favorable conditions for the reintegration of military personnel is a key direction of state policy.

Future research should focus on refining the legal and regulatory framework to ensure quality psychological rehabilitation of military personnel, taking into account the experience of the Russian-Ukrainian war and best global practices.

Keywords: Russian Federation aggression; Anti-Terrorist Operation; Joint Forces Operation; psychological rehabilitation; veterans.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 18.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 04.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ СУБДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В КОНТЕКСТІ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Святенко Т. І. офіцер-слухач спеціальності «Психологія»,
факультету післядипломної освіти Військового інституту
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0009-3154-1719>

Костюченко А. В. офіцер-слухач спеціальності «Психологія»,
факультету післядипломної освіти Військового інституту
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0000-3438-4004>

Харькова І. Г. офіцер-слухач спеціальності «Психологія»,
факультету післядипломної освіти Військового інституту
Київського національного університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0003-1811-2406>

У статті розглянуто актуальні методи психологічної корекції субдепресивних станів в учасників бойових дій як важливий аспект медико-психологічної реабілітації. Проаналізовано причини та особливості виникнення субдепресії у військовослужбовців. Досліджено ефективність різних психологічних підходів, зокрема когнітивно-поведінкової терапії, брейнспотінгу, проєктивно-метафоричних карток, майндфулнесу, психоедукації. Акцентовано увагу на необхідності комплексного підходу, що включає співпрацю медичних та психологічних фахівців для зниження рівня стресу та покращення емоційного стану військовослужбовців. Результати дослідження можуть бути застосовані для вдосконалення програм реабілітації, адаптованих до індивідуальних потреб кожного учасника бойових дій.

Ключові слова: психологічна корекція; субдепресивний стан; емоційне вигорання; стрес; учасники бойових дій.

Вступ. Україна вже другий рік поспіль знаходиться в умовах повномасштабної війни, військовослужбовці постійно перебувають в районі виконання бойових завдань, знаходяться в критичних житлових умовах з високим рівнем постійної загрози їхньому життю, що надзвичайно сильно впливає на психічне здоров'я та є чинником виникнення психічних захворювань та посттравматичного синдрому (Бриндіков, 2018). Перебування постійно в стані виживання, в безпосередньому контакті з ворогом і несприятливих умовах проживання, одноманітність, довготривалість бойових дій впливає на виникнення емоційного вигорання, що в результаті може вплинути на появу депресії в учасників бойових дій. Завданням нашої наукової статті є дослідження субдепресивних станів, їхньої діагностики та практичної психокорекції на даному етапі, для запобігання перебігу

субдепресивного стану учасників бойових дій у стан клінічної депресії (Гаврилюк, 2005, с. 29-35). Важливість та актуальність нашої роботи – це зосередженість на перебуванні учасників бойових дій на етапі субдепресивного стану, вчасної діагностики для запобігання депресії та швидкого відновлення військовослужбовця, експрес-техніками і повернення його до бойових завдань без застосування психіатричного лікування та сучасних методів психотерапії, що дає можливість застерегти, зберегти психічний стан військовослужбовців та скоротити час, витрачені ресурси для відновлення (Нуллер, 1981).

Мета дослідження. Проаналізувати, відібрати та апробувати ефективність психотерапевтичних методів / технік / прийомів роботи з субдепресивними станами учасників бойових дій в процесі психологічного супроводу їхньої медичної реабілітації.

Теоретичне підґрунтя. Субдепресію досліджували такі вчені: Клаус Конрад, який уперше ввів цей термін для опису слабо виражених депресивних симптомів, Герхард Гельмут Мюллер, який розглядав субдепресію як стан після клінічної депресії, Карл Нессет, що описував субдепресивний стан як м'яку форму депресії, Роберт Янг, Пітер Таламіні, Реймонд Лемінгер і Джеймс Холланд, які використовували альтернативні терміни, такі як «легка депресія», «підпорогова депресія» і «атипова депресія» (Маслова, 2019, с.155–163).

Проблеми соціально-психологічного відновлення військовослужбовців у постстресовий період, а також питання ефективності заходів психологічної, медико-психологічної реабілітації та реадаптації учасників бойових дій досліджувалися в сучасних дисертаційних роботах таких авторів, як В. Березовець, А. Бурлак, В. Горлинський, В. Лесков. Однак, попри значний інтерес до цієї тематики, сучасна наука і практична діяльність потребують постійного вдосконалення та запровадження нових форм, методів і технологій для підтримки й відновлення психічного здоров'я учасників бойових дій.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз, синтез, тестування, спостереження, інтерв'ю, контент-аналіз.

Результати і обговорення. Субдепресія зазвичай розвивається під впливом кількох негативних факторів одночасно, що викликають фізичне і нервово виснаження, ослаблюючи організм (Ушакова, 2019, с.242–251). Серед фізичних причин можна виділити перевтому, порушення режиму дня, хронічний недосип, неправильне харчування та шкідливі звички (Greenberg & Wessely, 2018, р. 471–476). Ці фактори часто присутні в житті військовослужбовців, які перебувають у зоні бойових дій, тому їхня вразливість до субдепресії є досить високою. Це у свою чергу викликає дисбаланс у роботі нервової системи, роблячи її більш чутливою до зовнішніх подразників. До психологічних причин субдепресії

належать стрес, постійна напруга, відсутність можливості розслабитися. Особливо небезпечними є ситуації, коли людина змушена приховувати або придушувати свої почуття, вважаючи їх проявом слабкості. Військовослужбовці часто зіштовхуються з подібною проблемою, розцінюючи вираження емоцій як непрофесійність. Емоційні травми, такі як втрата побратимів, травми, складні відносини в родині або будь-яка інша подія, що залишає негативний слід-також можуть сприяти розвитку субдепресії. Під впливом таких подій люди можуть почати сприймати своє життя у песимістичних тонах.

З метою дослідження субдепресивних станів та особливостей їхньої психологічної корекції було проведене дослідження з учасниками бойових дій, які проходили медико-психологічну реабілітацію на базі медичного комплексу «Діанна» в селі Східниця, Львівської області. Загалом, за час проведення дослідження корекційна робота була проведена із 42 учасниками бойових дій, які на той час проходили медико-психологічну реабілітацію після виведення з зони бойових дій.

Заходи корекційної роботи включали:

1. Первинне психологічне вивчення, яке складалося із низки методів:

спостереження як основний метод візуальної психодіагностики зосереджується на зовнішніх маркерах стану військовослужбовця, таких як охайність зовнішнього вигляду, емоційні та поведінкові прояви, особливості мовлення й висловлювань тощо;

клінічне інтерв'ю використовувалося для збору інформації про індивідуально-психологічні характеристики особистості, психологічні явища, симптоми та синдроми порушень, вторинні вигоди, внутрішню картину захворювання та структуру проблем військовослужбовців, зумовлених їх бойовим досвідом;

тестування – було використано для отримання об'єктивної інформації про актуальний психоемоційний стан військовослужбовців, а саме:

- опитувальник «Шкала депресії А.Т. Бека» (наявності депресії та ступінь тяжкості депресивних розладів);

- опитувальник «Діагностики рівня емоційного вигорання» В.В. Бойко (психологічні особливості професійного вигорання);

- опитувальник депресивних станів (ОДС) І.Г. Безпалько;

Аналіз скарг, результатів вивчення історій хвороб, військовослужбовців та результатів тестування вказують на те, що найбільш поширеними були наступні проблеми психофізіологічного, психологічного та соціально-психологічного характеру, а саме:

емоційне вигорання – швидка втомлюваність, фізична втома, загальне виснаження, зміна ваги, брак емоцій, песимізм, черствість в особистому житті, байдужість, відчуття відсторонення та ізоляції, низька соціальна активність, соціальні контакти обмежуються службою, нерозуміння інших і іншими;

порушення сну – проявлялися в скаргах на складнощі засинання, переривчастому й поверхневому сні або передчасному пробудженні;

тривожні стани – іпохондричні стани, тривожність, фобії, страхи, що проявлялися в скаргах на очікування невизначеного неблагополуччя і супроводжувалося відчуттям фізіологічної активації (пришвидшене дихання, серцебиття, часте спітніння, м'язове напруження тощо), занепокоєнням, плаксивістю, безнадійністю й песимізмом;

порушення когнітивних функцій – неможливість зосередитись на об'єкті, низька концентрація уваги, заторможеність мислення, складність з пригадуванням інформації, подій тощо;

психосоматичні порушення – хворобливі стани, обумовлені реально існуючим захворюванням, здатні посилювати або уповільнювати процес їхнього лікування і породжувати інші, неспецифічні за своїм характером симптоми і проявляються у нав'язливому прагненні повернути увагу військовослужбовця до себе, надмірний

стурбованості станом свого здоров'я, незадоволеністю результатами лікування;

депресивні стани – розлади, що характеризується зниженням настрою та почуттям смутку, почуттям провини та неповноцінності, втрата інтересу до звичних занять (Титаренко, 2015, с. 3–14);

порушення сімейних стосунків – сімейні конфлікти, відсутність порозуміння, емоційна віддаленість, ревності, надмірний контроль тощо;

адиктивна поведінка – схильність до надмірного вживання спиртних напоїв та інших психоактивних речовин.

З метою полегшення зазначеної симптоматики із військовослужбовцями проводилися заходи психологічної корекції, які були спрямовані на надання допомоги в “переробці” проблемного досвіду, пов'язаного із отриманням стресу, допомогу у відреагуванні травматичних спогадів шляхом обговорення та повторного переживання почуттів, пов'язаних з травмою (Milliken, Auchterlonie, & Hoge, 2007, p. 2141–2148).

2. *Психокорекція* здійснювалася на основі диференційної діагностики та рекомендації лікарів, із застосуванням відповідних протоколів надання психологічної допомоги, які можуть використовувати психологи без медичної освіти. У переважній більшості випадків ми використовували методи когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). За даними сучасних досліджень у сфері психотерапії, проведених Всесвітньою організацією охорони здоров'я, КПТ є найбільш ефективним методом для роботи з тривожними розладами, різними формами адитивної поведінки, нав'язливими думками, посттравматичним стресовим розладом, фобіями, сексуальними розладами, депресією та панічними атаками (Олійник, 2021).

Зважаючи на обмежені строки реабілітації (до 14 діб) в процесі психокорекції, було використано економічні, в плані часу та зусиль, методи / техніки, такі як:

Брейнспотинг (Brainspotting) – це психотерапевтичний метод, який був розроблений Девідом Гріншпаном у 2003

році. Цей метод спрямований на лікування травматичних переживань, емоційних розладів і інших психологічних проблем, використовуючи механізм зорової уваги. Базується на концепції, що певні точки в полі зору можуть викликати емоційні та тілесні реакції, коли допомагаємо знайти ці «точки»-це може активувати спогади і емоції, які потребують обробки (Chisholm et al., 2016, p. 415–424).

Нервово-м'язова релаксація за Е. Джейкобсоном – це психотерапевтична техніка, яка використовувалась для роботи з тривожними станами військовослужбовців і фобічними проявами. Вона полягає в поперемінній зміні станів напруження та розслаблення основних груп м'язів, що сприяє досягненню глибокого розслаблення скелетної мускулатури і, як наслідок, покращенню психоемоційного стану людини.

Метафоричні асоціативні картки (МАК) - це проєктивний метод роботи в психологічній та коучинговій практиці, який допомагає швидко, м'яко, максимально ефективно і, що не менш важливо, екологічно зазирнути у підсвідомість та знайти там необхідні відповіді.

Майндфулнес (усвідомленість) – це метод практики, який спрямований на розвиток здатності повної присутності в поточному моменті, без суджень або відволікань (Марценюк, 2020).

3. *Домашні завдання між очними сесіями у психолога* включали:

1. Ведення щоденника самоспостереження із корекцією негативних автоматичних думок та когніцій, які давалися військовослужбовцям для відстеження своїх емоцій та думок на певні життєві ситуації.

2. Техніка «Складне випробовування» призначалося військовослужбовцям у випадках проблем зі сном з метою створення несприятливих умов, де йому простіше відмовитися від механізмів підтримання безсоння ніж виконувати складне завдання.

3. Техніка «Ідентифікування НАДів» використовувалось з метою допомогти військовослужбовцям розуміти, як їх негативні думки впливають на їхні емоції та поведінку.

4. Техніка «Перефразування НАДів» - ціллю якої було навчити військовослужбовців перетворювати думки на позитивні, допомагаючи побачити, що їхні негативні думки можуть бути перебільшеними, необґрунтованими або спотвореними.

5. Техніка «Свідоме дихання» - мета, якої є спрямування зосередження на своєму диханні, контроль його ритму та глибини, зниження рівня стресу та тривоги, збільшення концентрації та покращення самопочуття.

В цілому застосування даних методів показали позитивні результати виходячи з об'єктивних показників таких як: покращення сну, зниження тривожності, оптимізація соціальної активності, покращення концентрації уваги та мислення, покращенням сімейних стосунків. Військовослужбовці аналізуючи свій стан наприкінці медико-психологічної реабілітації мали позитивні відгуки.

Висновки. Комплексні медико-психологічні заходи дозволяли медичному персоналу та психологам знизити симптоматику, з якою учасники бойових дій були спрямовані на реабілітацію, на що вказують результати об'єктивного тестування та суб'єктивна оцінка військовослужбовцями свого психоемоційного стану.

У результаті проведеного дослідження було здійснено теоретичний аналіз психологічної корекції субдепресивних станів при емоційному вигоранні учасників бойових дій. Виявили що військовослужбовці, які переживають емоційне вигорання, проявляють субдепресивні стани, що суттєво впливають на їх психологічний стан та життєдіяльність, це може мати серйозні наслідки для їх фізичного та психічного здоров'я, а також для професійної діяльності та особистого життя. Розкрили психологічні особливості субдепресивного

стану при емоційному вигоранні у військовослужбовців та встановити закономірності їх негативних впливів на професійну діяльність.

Дослідження розглядає не лише причини виникнення цих станів, але і методи їх діагностики та психологічну корекцію.

У контексті психокорекції, було виявлено, що психологічна підтримка та інтервенції можуть бути ефективними інструментами для поліпшення їх психічного стану та підвищення якості життя. Компонентами програми можуть бути індивідуальні консультування, групова підтримка, навички саморегуляції та стресостійкості, психоосвітні тренінги та інші методи, спрямовані на зміцнення психологічного благополуччя учасників бойових дій. Важливо забезпечувати військовослужбовців комплексним відновленням після повернення їх з району бойових дій в медико – реабілітаційних центрах, де вони зможуть отримати

медичну, психологічну і соціальну підтримку.

Психотерапевтичні методи / техніки / прийоми, які були використані під час роботи з субдепресивними станами учасників бойових дій і підтвердили свою високу ефективність, потребують від військових психологів, клінічних психологів ретельного навчання на різноманітних тренінгах, освітніх програмах, курсах підвищення професійної кваліфікації. Тільки за таких умов, використання зазначених психотерапевтичних засобів дасть очікуваний результат у “лікуванні” травматичного досвіду учасників бойових дій.

Отже, загальний висновок дослідження підкреслює важливість психологічної роботи з субдепресивними станами в учасників бойових дій та невідкладної боротьби з ними.

Список використаних джерел

1. Бриндіков, Ю. Л. (2018). Теорія та практика реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб: дис. на здобуття наукового ступеня д. пед. н. за спеціальністю 13.00.05 «Соціальна педагогіка». Хмельницький національний університет МОН України.
2. Гаврилюк, Л. М. (2005). Фактори ризику емоційного вигорання. *Педагогіка та психологія*, (262), 29–35.
3. Марценюк, О. М. (2020). *Технології майндфулнес в психотерапевтичній практиці*. Сучасні виклики і актуальні проблеми науки, освіти та виробництва: міжгалузеві диспути. Київ: матеріали XI міжнародної науковопрактичної інтернет-конференції.
4. Маслова, А. М. (2019). Психологічний аспект прояву субдепресивних станів у ветеранів бойових дій. *Актуальні проблеми психології: Всеукраїнський науково-практичний журнал*, 14(49), 155–163.
5. Нуллер, Ю. Л. (1981). Депресія і деперсоналізація. Львів: Видавництво.
6. Олійник, М. (2021). Дослідження синдрому вигорання: КППТ орієнтована модель допомоги при емоційному вигоранні. Львів.
7. Титаренко, Т. М. (2015). Напрями психологічної реабілітації особистості, що переживає події війни. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій*: зб. статей (с. 3–14). Інститут соціальної та політичної психології НАПН України; Представництво Польської академії наук у м. Києві.
8. Ушакова, І. М. (2016). Проблема психологічної реабілітації працівників ДСНСУ, які виконували свої професійні обов'язки в зоні збройного конфлікту. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, (19), 242–251.
9. Chisholm, D., Sweeny, K., Sheehan, P., Rasmussen, B., Smit, F., Cuijpers, P., & Saxena, S. (2016). Scaling-up treatment of depression and anxiety: A global return on investment analysis. *The Lancet Psychiatry*, 3(5), 415–424.

10. Greenberg, N., & Wessely, S. (2018). Combat stress in the 21st century: The British military experience. *Occupational Medicine*, 54(7), 471–476.
11. Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*, 50(3), 337–370.
12. Milliken, C. S., Auchterlonie, J. L., & Hoge, C. W. (2007). Longitudinal assessment of mental health problems among active and reserve component soldiers returning from the Iraq war. *JAMA*, 298(18), 2141–2148.

References

1. Brindikov Y.L. (2018). Teoriia ta praktyka rehabilitatsii viiskovosluzhbovtziv uchashnykiv boiovykh dii v systemi sotsialnykh sluzhbb [Theory and practice of rehabilitation of military personnel participating in combat operations in the system of social services]: dys. na zdobuttia naukovoho stupenia d. ped. n. za spetsialnistiu 13.00.05 «Sotsialna pedahohika». Khmelnytskyi natsionalnyi universytet MON Ukrainy. (in Ukrainian)
2. Havrylyuk L. M. (2005). Faktory ryzyku emotsiinoho vyhorannia. [Risk factors for emotional burnout.] *Pedahohika ta psykholohiia*, (262), 29–35. (in Ukrainian)
3. Martsenyuk M.O. (2020). *Tekhnologii maindfulnes v psykhoterapie tychnyi praktitsi*. [Technologies of mindfulness in psychotherapeutic practice.] Suchasni vyklyky i aktualni problemy nauky, osvity ta vyrobnytstva: mizhhaluzii dysputy. Kyiv: materialy XI mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii. (in Ukrainian)
4. Maslova, A. M.. (2019). Psykholohichniy aspekt proiavu subdepresyivnykh staniv u veteraniv boiovykh dii. *Aktualni problemy psykholohii: Vseukrainskyi naukovo-praktychnyi zhurnal*, 14(49), 155–163. (in Ukrainian)
5. Nuller Y. L. (1981). Depresii i depersonalizatsiia. [Depression and depersonalization.] Lviv: Vydavnytstvo. (in Ukrainian)
6. Oliynyk M. (2021). Doslidzhennia syndromu vyhorannia: KPT oriientovana model dopomohy pry emotsiynomu vyhoranni. [Research on burnout syndrome: a CBT-oriented model of emotional burnout care.] Lviv. (in Ukrainian)
7. Tytarenko T. M. 2015). Napriamy psykholohichnoi rehibilitatsii osobystosti, shcho peredzhyvaiut podii viiny. [Directions of psychological rehabilitation of the individual experiencing the events of the war.] *Psykholohichna dopomoha osobystosti, shcho peredzhyvaiut naslidky travmatychnykh podii*: zb. statei (s. 3–14). Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii NAPN Ukrainy; Predstavnytstvo Polskoi akademii nauk u m. Kyievi. (in Ukrainian)
8. Ushakova I.M. 2016). Problema psykholohichnoi rehibilitatsii pratsivnykiv DSNSU, yaki vykonuvaly svoi profesiini oboviazk y v zoni zbroinoho konfliktu. [The problem of psychological rehabilitation of employees of the National Security Service of Ukraine who performed their professional duties in the zone of armed conflict.] *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, (19), 242–251 (in Ukrainian)
9. Greenberg, N., & Wessely, S. (2018). Combat stress in the 21st century: The British military experience. *Occupational Medicine*, 54(7), 471–476.
10. Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*, 50(3), 337–370.
11. Chisholm, D., Sweeny, K., Sheehan, P., Rasmussen, B., Smit, F., Cuijpers, P., & Saxena, S. (2016). Scaling-up treatment of depression and anxiety: A global return on investment analysis. *The Lancet Psychiatry*, 3(5), 415–424.
12. Milliken, C. S., Auchterlonie, J. L., & Hoge, C. W. (2007). Longitudinal assessment of mental health problems among active and reserve component soldiers returning from the Iraq war. *JAMA*, 298(18), 2141–2148.

Summary

**METHODS OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF SUBDEPRESSIVE STATES IN
COMBAT PARTICIPANTS IN THE CONTEXT OF MEDICAL-PSYCHOLOGICAL
REHABILITATION**

Sviatenco T. I. officer-student specialty Psychology of
the Faculty of Postgraduate Education at the Military
Institute of Taras Shevchenko National University

Kostiuchenko A. V. officer-student specialty Psychology of
the Faculty of Postgraduate Education at the Military
Institute of Taras Shevchenko National University

Kharkova I. H. officer-student specialty Psychology of
the Faculty of Postgraduate Education at the Military
Institute of Taras Shevchenko National University

Introduction Our scientific work highlights the relevance and importance of studying the psychological issue, specifically the psychological correction of subdepressive states in combatants experiencing emotional burnout. Modern military conflicts differ significantly from those of the years 2014-2022.

Purpose. To analyze, select, and test the effectiveness of psychotherapeutic methods, techniques, and approaches for working with subdepressive states in combatants during the psychological support of their medical rehabilitation process.

Methods. Theoretical analysis, synthesis, testing, observation, interview, content analysis.

Originality. The topic of psychological correction of subdepressive states in the context of medical and psychological rehabilitation is highly relevant and novel, addressing important aspects of mental health that are increasingly recognized in modern society. This area is marked by a growing interest in understanding and addressing subdepressive states, which are often overlooked. Additionally, the integration of medical and psychological approaches allows for a more comprehensive understanding and treatment of these conditions. The use of innovative methods enhances the effectiveness of psychological interventions, while focusing on individual characteristics ensures that treatment is tailored to each person's unique situation. Overall, studying the psychological correction of subdepressive states within the framework of medical and psychological rehabilitation is a crucial step towards improving the mental health of the population and preventing more serious disorders.

Conclusion. In the context of psychocorrection, it has been found that psychological support and interventions can be effective tools for improving mental health and enhancing quality of life. Program components may include individual counseling, group support, self-regulation and resilience skills, psychoeducational training, and other methods aimed at strengthening the psychological well-being of combat veterans. It is important to provide comprehensive rehabilitation for military personnel returning from combat zones in medical rehabilitation centers, where they can receive medical, psychological, and social support.

Key words: psychological correction; subdepressive state; emotional burnout; stress; combatants.

Концептуалізація – Святенко Т. І.

Методика – Костюченко А. В.

Перевірка – Харькова І. Г.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 20.11.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ВИКОРИСТАННЯ РАДЯНСЬКОЮ ПРОПАГАНДОЮ КОМУНІКАТИВНО-ПРОПАГАНДИСТСЬКИХ ТЕХНОЛОГІЙ ВПЛИВУ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ “ОБРАЗУ США” ПІД ЧАС ХОЛОДНОЇ ВІЙНИ

Скрябін О. Л. кандидат історичних наук,
начальник науково-дослідного відділу,
Науково-дослідний центр гуманітарних
проблем Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0003-2719-8400>

Євсєєв І. Г. старший науковий співробітник,
Науково-дослідний центр гуманітарних
проблем Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0003-1450-1378>

Халіманенко К. В. заступник начальника
науково-дослідного відділу, Науково-дослідний центр
гуманітарних проблем Збройних Сил України
<https://orcid.org/0009-0009-4822-2431>

Дембіцький В. М. старший науковий співробітник,
Науково-дослідний центр гуманітарних
проблем Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0002-1049-8100>

У статті розглядається процес формування “образу США” у суспільній свідомості радянського населення за допомогою використання технологій комунікативно-пропагандистського впливу у період Холодної війни. Негативні стереотипи суспільної свідомості, упереджене і вороже ставлення та “образ зовнішнього ворога” сформовані у населення СРСР стали визначальними факторами у сприйнятті ними американців. Зазначене досягалось за рахунок використання технологій пропаганди як прямого впливу, що спиралась на логіку, так і непрямого впливу – діяла одразу на підсвідомість, оминаючи критичне мислення.

Ключові слова: комунікативно-пропагандистські технології впливу; суспільна свідомість; “образ США”; “образ зовнішнього ворога”; негативні стереотипи; наративи; міфи; метафори.

Вступ. Під поняттям “комунікативно-пропагандистські технології впливу” розуміється широкий арсенал комунікативних інструментів для здійснення м’якого пропагандистського впливу, який ґрунтується на багатовекторній моделі комунікації, що може включати багато різних схем впливу (Зражевська, 2010, с. 26). Такий вплив діє через заохочення, привабливий образ тощо, які викликають в адресатів власне бажання думати і діяти в інтересах того, хто здійснює комунікативно-пропагандистський вплив. Для пропаганди, у традиційному розумінні, притаманна одновекторна модель (активний комунікант і пасивний адресат) комунікації, яка впливає з відчутним примусом та заборонаю альтернативних поглядів на щось (Комунікативно-пропагандистська складова, 2022, с. 16).

Різноманітні комунікативно-пропагандистські технології (далі – КПТ) дозволяють утримувати увагу цільової аудиторії якомога довше на потрібних фактах, подіях, об’єктах та інтерпретувати їх у бажаному напрямку для суб’єкта пропагандистського впливу. Тому, чим складнішою стає структура суспільства, тим ширшим і витонченішим стає інструментарій КПТ, які зазвичай застосовуються на інформаційно-психологічному рівні інформаційної війни, на якому в об’єктів впливу формується ставлення до поточних подій та утворюється порядок денний для цільової аудиторії. На цьому рівні КПТ спрямовані на когнітивну сферу свідомості (систему пізнання) та емоційно-поведінкову сферу цільової аудиторії впливу (Почепцов, 2015, с. 256).

Найбільш бурхливого розвитку КПТ впливу на свідомість населення набули під

час Холодної війни – періоду геополітичної конфронтації між США і країнами Заходу з одного боку та СРСР і соціалістичними державами Європи – з іншого, який розпочався у 1946 році і тривав до 1991 року. Це стан конфлікту, який відбувався на основі ідеологічного протистояння та здійснювався за допомогою економічних і політичних дій, шпигунства та посередницьких війн, які велися країнами, що входили до політичного впливу однієї зі сторін.

Негативні стереотипи суспільної свідомості, упереджене і вороже ставлення та “образ зовнішнього ворога” сформовані у радянського населення у період Холодної війни за допомогою КПТ стали визначальними факторами у сприйнятті ними американців. І саме приписування ворожих, агресивних, загарбницьких та інших деструктивних намірів країні потенційного противника було причиною і виправданням зростання потенціалу протиборства та постійного нарощування озброєнь в СРСР. Зміст “образу США” у свідомості радянського населення змінювався під впливом цілого комплексу факторів упродовж усього біполярного протистояння. Визначальну роль у цьому процесі відігравав безпосередній характер американо-радянських відносин часів Холодної війни (Покляцька, 2017, с. 51).

Дослідження цієї проблематики є вкрай актуальним в контексті того, що РФ під час широкомасштабної збройної агресії проти України широко застосовує основні КПТ впливу, які СРСР використовував проти США і країн Заходу за часів Холодної війни, для виправдання своїх загарбницьких намірів та конструювання у свідомості російського населення та мешканців тимчасово-окупованих територій нашої держави нового “образу ворога” з українців. Розкриття цих технологій, а також механізмів їх впливу на суспільну свідомість людей є важливим чинником у протидії ворожому негативному інформаційному впливу.

Мета дослідження: виявити особливості формування, функціонування та інтерпретації образів “Інших”, “Чужих” та “ворогів” у суспільній свідомості населення СРСР. Виокремити основні КПТ впливу на

цільову аудиторію, які використовувалися для формування ворожого ставлення у радянського народу до США.

Теоретичне підґрунтя. Проблематику формування ворожого ставлення між вказаними країнами за допомогою засобів пропаганди під час Холодної війни досліджували О. Бут, О. Гела, А. Мінаєв, В. Некрасова, В. Покляцька, А. Семеній, О. Сич, А. Яковлев та ін. Так, дослідники О. Сич та А. Мінаєв (Сич, Мінаєв, 2008) розглянули історичну періодизацію “холодного” протистояння між СРСР і США, виділили етапи найбільшої конфронтації між наддержавами. Дослідження В. Некрасової (Некрасова, 2011) присвячене вивченню еволюції “образу зовнішнього ворога” саме на завершальному етапі Холодної війни, коли був проголошений курс на зближення СРСР і США. У дисертаційному дослідженні В. Покляцької (Покляцька, 2017) розглянуто компаративний аналіз образу протилежної держави як основного ворога в США та СРСР у 1979–1991 роках, а також засоби, які були залучені наддержавами для формування “образу зовнішнього ворога”. Вчені О. Гела (Гела, 2019), А. Семеній і О. Бут (Семеній, Бут, 2021) присвятили свої наукові розвідки аналізу прийомів і способів конструювання “образу США”, зокрема з використанням сатири і кінематографу. Науковець А. Яковлев дослідив історіографію проблематики “образу ворога” в СРСР та присвятив увагу тим працям, які безпосередньо розкривають механізми створення, психологічні аспекти формування і умови виникнення образів внутрішнього і зовнішнього ворогів у період існування СРСР (Яковлев, 2016). Втім, у вказаних дослідженнях розглядалися лише окремі аспекти використання КПТ впливу на суспільну свідомість радянського населення. До того ж, історичні межі досліджень зазначених науковців охоплюють вибірково лише деякі періоди Холодної війни. З огляду на все вищезазначене виникає потреба більш ґрунтовного аналізу особливостей формування, функціонування та інтерпретації “образу США” у суспільній свідомості радянського населення. Необхідно інтерпретувати ставлення

радянського народу до американців, що формувалося за допомогою пропаганди СРСР. Важливо акцентувати увагу на формуванні стереотипів у його суспільній свідомості та трансформації “образу США” протягом Холодної війни. При цьому необхідно розкрити конкретні КПТ впливу на свідомість, що використовувалися для формування цього образу.

Методи дослідження. Наукове вивчення КПТ впливу на цільову аудиторію стає можливим завдяки пізнавальним методам наукової психології, а саме опосередкованому аналізу й синтезу об’єктивних проявів психіки у процесах та продуктах діяльності російського населення. З цією метою було залучено широкий масив джерельної бази та застосовано проблемно-хронологічний метод історіографії. Окрім цього, в дослідженні використано загальнонаукові методи узагальнення, систематизації та порівняння.

Результати і обговорення. Формування “образу США” у суспільній свідомості радянського населення розпочалося невдовзі після закінчення Другої світової війни. Між союзниками по антигітлерівській коаліції почало проявлятися відчуження, яке мало наростаючу тенденцію. Початком загострення відносин між СРСР та США став виступ Й. Сталіна 9 лютого 1946 року на зустрічі з виборцями, де він оголосив про неминучі війни у майбутньому між капіталістичними країнами у боротьбі за ресурси. Незабаром американський дипломат Дж. Кеннан підготував зовнішньополітичний аналітичний огляд – так звану “Довгу телеграму”. В цьому документі він описав радянську систему як таку, що буде постійно намагатися підірвати мирне співіснування із Заходом, та запропонував єдиний шлях боротьби з нею – “стримування”. Згодом, 5 березня 1946 року в американському місті Фултон колишній британський прем’єр-міністр В. Черчилль, вже як приватна особа, у присутності президента США Г. Трумена виголосив промову, в якій вперше було використано комунікативний фрейм “залізна завіса” для характеристики кордонів Східної Європи, що була поділена на зони. Він закликав країни Заходу до

консолідації та зміцнення їх у військовому відношенні, щоб запобігти подальшому посиленню СРСР (“Холодна війна”, 2013, с. 101).

У відповідь на фултонську промову В. Черчилля 14 березня 1946 році у інтерв’ю газеті “Правда” Й. Сталін звинуватив його в упередженому ставленні до СРСР, підбуренні до війни та оцінив промову як небезпечний акт, спрямований на ускладнення взаємного співробітництва. При цьому, розширення радянської сфери впливу на країни Східної Європи було посилено наративом про “Справедливе прагнення радянської держави убезпечити свої західні кордони”. Очільник радянської держави у своєму інтерв’ю вперше використав комунікативний фрейм “*налії війни*” для оцінки позиції В. Черчилля (“Холодна війна”, 2013, с. 119).

Отже, у другій половині 1940-х років між СРСР і США розпочався період політичної конфронтації та ідеологічного протистояння, в якому активно формувалися недоброзичливе ставлення та негативні стереотипи у суспільній свідомості як радянського, так і американського населення. Важливим чинником такого впливу була офіційна позиція влади, що активно тиражувалася національними ЗМІ. На тлі бінарних протиставлень у суспільній свідомості радянського населення почало розвиватися упереджене вороже ставлення до американців та до суспільно-політичного устрою їх держави. “Образ США” у радянській цільовій аудиторії в періоди загострення міжнародних відносин трансформувався навіть в загрозливий “образ зовнішнього ворога”, а в часи “потепління” – в “образ Чужого” чи в нейтральний “образ Іншого”.

Формування “образу США” та країн Заходу відбувалося завдяки пропаганді. Керівництво пропагандою та агітацією в СРСР у складі ЦК ВКП (б) (з 1952 року – КПРС) здійснювалося Управлінням (з 1948 року – відділом) пропаганди і агітації (далі – Агітпроп), якому прямо або опосередковано підпорядковувалися всі ЗМІ. Це управління відповідало за формування у радянського населення світоглядних поглядів щодо міжнародної політики, а також сприйняття колишніх союзників у Другій світовій війні.

На початку Холодної війни преса була головним інструментом ідеологічного впливу держави на власне населення, доки радіо і телебачення не стали буденним засобом для отримання інформації. Одним з основних завдань періодичних видань було висвітлення переваг радянського способу життя і цінностей радянського суспільства, які протиставлялися *“загниваючому капіталізму”* американської держави (Войтенко, 2017; Фатеев, 1999).

Найбільш популярними КПТ впливу на суспільну свідомість щодо формування ворожого ставлення до американців в радянських ЗМІ були: *вибіркова інтерпретація фактів, перебільшення та порівняння*. Так, вже на початку 1947 року в газеті “Правда” на постійній основі почали друкуватися статті, які відображали негативні сторони зовнішньої політики США. Окрім цього, увага акцентувалася на труднощах в цій країні. Після оприлюднення “Доктрини Трумена” перед Конгресом 12 березня 1947 року в газеті “Правда” від 14 березня вийшла стаття “Виступ Трумена на Об’єднаному засіданні Палати представників і Сенату”. У цій статті вперше почали використовувати комунікативний фрейм *“політика імперіалістичної експансії”* для позначення змісту цієї доктрини. Для закріплення у свідомості населення СРСР негативного ворожого ставлення до “Доктрини Трумена”, радянська пропаганда використала КПТ *аналогії*, порівнюючи підхід, описаний в цьому документі, з діями гітлера, який також посилався на “більшовицьку” небезпеку, коли готував захоплення інших держав (Выступление Трумэна, 1947, с. 4).

Ворожий “образ США” активно формувався завдяки виступам політичного керівництва та головних пропагандистів СРСР. Так, у своїх промовах Й. Сталін та В. Молотов протягом 1948 року відкрито не зверталися до конкретних політиків США, але використовували такі наративи: *“правлячі кола США”*, *“натхненники агресивної політики у США”*, *“палії війни у США, що намагаються розв’язати нову війну”*. У свою чергу, начальник Агітпропу М. Суслов та головний редактор газети

“Правди” П. Поспелов використовували пропагандистський метод *аналогії* для створення негативних асоціацій американської політики з діяльністю фашистської Німеччини та наполегливо просуvalи наративи про: *“Роль США як світового жандарма та душителя свободи і незалежності народів”*, *“Прагнення США зайняти місце фашистської Німеччини та Японії для ведення нової війни”*, *“Відродження у США фашистських теорій “вищої раси” та “світового панування”* (“Холодна війна”, 2013, с. 189; Яковлев, 2016).

Ескалація напруженості у відносинах між СРСР та США сталася унаслідок утворення Північноатлантичного альянсу (НАТО) у 1949 році. Радянське керівництво відреагувало на це поширенням емоційно насичених наративів про дії США і членів альянсу: *“розпалювання війни”*, *“посилення експансії імперіалізму”*, воно почало пропагувати *“рух борців за мир”*. Згодом, під час Корейської війни (1950–1953 роки) відбулося чергове загострення міжнародних відносин між СРСР та США. Радянські пропагандисти, використовуючи КПТ *вибіркової інтерпретації фактів*, звинуватили південнокорейські війська у нападі на мирний народ Північної Кореї. Хоча насправді саме північнокорейські збройні сили першими перейшли 38-му паралелі 25 червня 1950 року. В цей час, завдяки пропагандистським технологіям *дегуманізації армії США*, що прийшла на допомогу Південній Кореї, в радянських ЗМІ продовжувалося формування “образу зовнішнього ворога” з американців. Сприйняття американців у суспільній свідомості радянського населення трансформувалося від небезпечного *мілітариста* (тобто “Чужого”, що потенційно небезпечний) до *нелюда* (тобто до “ворога”). Для насичення цього образу негативними емоціями та змістом радянська пропаганда широко використовувала візуальні технології *маніпулювання* фотознімками, більшість з яких була запозичена із зарубіжної преси та супроводжувалася шокуючими коментарями радянських журналістів. Так, 23 вересня 1950 року “Литературная газета” розмістила фото командувача

американських військ у Кореї Д. Макартура, який розглядав трупи корейських солдатів. Під фото пропагандисти розмістили напис: “Це радує мої старі очі”. Такі візуальні маніпулятивні технології радянська пропаганда використовувала і під час В’єтнамської війни (1959–1975 роки) (Фатеев, 1999).

Отже, пропагандистський апарат у СРСР наповнював негативним змістом “образ США”, формував та закріплював у свідомості свого населення вороже ставлення до американців та капіталістичного способу життя. В періоди загострення міжнародних відносин двох наддержав “образ США” трансформувалося в “образ зовнішнього ворога” у суспільній свідомості радянського населення.

В періоди “потепління” міжнародних відносин між СРСР та США така трансформація “образу США” відбувалася у зворотній бік. Так, навесні 1953 року, після смерті Й. Сталіна та переобрання Г. Трумена у зовнішньо-політичних відносинах СРСР і США намітилося “потепління”. Цьому також сприяло закінчення Корейської війни та скорочення радянської армії на 2 млн. осіб. Із плану радянських видавництв на поточний рік було виключено низку антиамериканських видань, а у ЗМІ значно зменшилася антиамериканська пропаганда. Агітпроп теж зазнав реформування, його підвідділи були скорочені до секторів (Фатеев, 1999).

Однак, відносини між державами загострилися під час Карибської кризи 1962 року. Для посилення недоброзичливого та ворожого ставлення радянського населення до американців і насичення “образу США” емоціями гніву та тривожності вітчизняні ЗМІ використовували КПТ *вибіркової інтерпретації подій та фальсифікації або замовчування фактів*. Наприклад, розміщення у газеті “Правда” публікації про будівництво бази для власного риболовецького флоту на Кубі було прикриттям для фактичного розташування там радянських ядерних ракет. В іншій статті “Імперіалісти не вгамовуються” США звинувачувались у порушенні їхнім військовим літаком повітряних кордонів

Куби, хоча при цьому редакція газети не повідомила про виявлення цим літаком радянських ракет середньої дальності. Це й стало в подальшому причиною підвищення напруги між наддержавами (Через Карибську кризу, 2020).

На межі 1970–1980-х років у міжнародних відносинах між СРСР і США відбувся черговий поворот до конфронтації. У 1979 році СРСР ввів “обмежений військовий контингент” в Афганістан для підтримки прорадянського режиму. В країні розпочалася громадянська війна між прокомуністичною владою, що мала підтримку СРСР, та ісламістами – “моджахедами”, яким допомагали США. Протиборство двох наддержав продовжувалося й досягло на початку 1980-х років дуже небезпечного характеру, особливо в площині гонки озброєнь. США почали розміщення своїх ракет середньої дальності в Європі, а СРСР активізував атомний підводний флот. На цьому тлі розпочалася конфронтація і в інформаційному просторі. Нагніталось вороже ставлення населення обох наддержав одне до одного, а “образ зовнішнього ворога” насичувався емоціями тривоги, страху та гніву і часто використовувався в інформаційному просторі обох країн. В цей час в радянській пресі було розпочато інформаційну кампанію зі звинувачення США в постачанні озброєння “моджахедам”. Поширюючи наратив про “*Військове втручання США в громадянську війну в Афганістані*” радянські ЗМІ виправдовували військову допомогу ісламській державі з боку СРСР. При цьому, використовуючи КПТ *вибіркової інтерпретації фактів*, вони у перші п’ять років кампанії майже не висвітлювали участь радянського “обмеженого військового контингенту” у бойових діях. Радянська пропаганда також широко використовувала комунікативну технологію “*перевизначення сенсу (контексту)*” або “*рефреймінг*”. Тобто, замість висвітлення реальної участі радянських військ у війні, використовувалися слова та словосполучення, які зміщували фокус уваги населення СРСР на щось інше, а саме

на “навчання військ” або “навчальний марш підрозділу” тощо (Сич, Мінаєв, 2008, с. 25).

У березні 1985 року Генеральним секретарем ЦК КПРС було обрано М. Горбачова, який спромігся змінити курс зовнішньої політики СРСР. Завдяки цьому спала гострота ідеологічного протистояння між СРСР та США. Наддержави невдовзі перейшли до врегулювання своїх міжнародних відносин. Так, у 1987 році був підписаний договір про ліквідацію ракет середньої та малої дальності, а у 1988 році радянські війська залишили Афганістан. Такі зміни у зовнішній політиці СРСР знайшли своє відображення і в радянській ідеології та пропаганді. Розпочалася поступова трансформація ворожого “образу США” у суспільній свідомості радянського населення в “образ Чужого”, а потім – в “образ Іншого” завдяки зниженню градусу антиамериканських висловлювань у ЗМІ. А протягом 1988–1991 років “образ США” на сторінках радянської преси поступово почав набувати позитивних рис. В цей період у радянських ЗМІ вже простежувалася тенденція зображення США як миролюбної країни, лідери якої спрямовували свої зусилля на припинення конфронтації та встановлення співробітництва. Більшість центральних газет розмістила висловлювання президента США Дж. Буша-старшого та представників американської державної адміністрації про поглиблення взаєморозуміння та розширення співробітництва між США та СРСР, початок стадії переходу в американо-радянських відносинах від суперництва і конкуренції до діалогу і співробітництва в усіх областях (Некрасова, 2011, с. 163).

Згодом, стрімке наростання внутрішньополітичної кризи та посилення сепаратистських рухів в країні призвели до розпаду держави СРСР у грудні 1991 року. Одночасно припинила своє існування й біполярна система міжнародних відносин. З 1 лютого 1992 року було офіційно проголошено закінчення Холодної війни, коли президенти США і Росії Дж. Буш і Б. Єльцин в Кемп-Девіді підписали спільну угоду, за якою країни перестали вважати один одного потенційними ворогами, заклавши основу для розвитку паритетних

стосунків між ними (Сич, Мінаєв, 2008, с. 27).

Після дослідження основних трансформацій змісту “образу США” та країн Заходу у суспільній свідомості радянського населення під час Холодної війни, необхідно детальніше розглянути найбільш ефективні засоби та методи радянської пропаганди щодо формування суспільних уявлень про іншого соціального суб’єкта, які й визначають ставлення до нього.

Одним з найбільш ефективних способів впливу на суспільну свідомість в цей час стали візуальні образи, сатира і гумор та їх поєднання. Адже якісно створена візуальна пропаганда, а також сатира і гумор дозволяють впливати на суспільну свідомість, оминаючи критичне мислення. Тому текстові публікації у великих тиражах радянських газет і журналів в період Холодної війни супроводжувалися політичними плакатами і карикатурами, які іноді видавалися окремими збірками. Така продукція відображала існуючу дійсність, що пройшла крізь призму гіперболізації та гумору, які дозволяли висміяти противника, показати його слабкі сторони і формувати віру у перемогу над ворогом у потенційній війні (Гела, 2019, с. 46).

На початку Холодної війни в радянській пресі була здійснена спроба персоналізувати противників засобами сатири і гумору. В періодиці з’явилися карикатури “Атомник” та “Команда паліїв війни”. Антигероями зображували В. Черчилля, американського медіамагната В. Герста та Б. Баруха – державного діяча США, що першим ужив комунікативний фрейм “Холодна війна”. Наприкінці 1947 року радянськими пропагандистами був створений плакат “Паліям нової війни слід пам’ятати ганебний кінець своїх попередників!”, який персонально звинуватив кількох західних політиків у намірах розв’язати війну, серед яких, окрім В. Черчилля, також виявився французький генерал де Голль. Окрім цього, радянські пропагандисти для формування ворожого ставлення до дій американських військових використовували у плакатній продукції *метафори*, пов’язані з фашизмом. Тому карикатурні зображення американських

військ у Корейській війні супроводжувалися метафорами: “*гітлерівський шлях*”, “*старі фашистські дороги*” на тлі нацистської свастики. Використання *метафор* є дуже ефективним методом донесення інформації, який впливає на індивідуальну та суспільну свідомість оминаючи критичне мислення (Кляті капіталісти, 2019).

У 1960-х роках, особливо під час Карибської кризи, “образ США” демонструвався радянською пропагандою як головний “оплот імперіалізму” у світі. Візуальна продукція того часу містила дискредитаційні матеріали про керівництво США, яке зображувалося таким, що віддавало перевагу силовому тиску з активним втручанням у внутрішні справи інших країн та організовувало по всьому світу шпигунську діяльність в інтересах ділових кіл, що отримували прибуток від воєнних замовлень. Ці матеріали акцентували увагу на тому, що саме американський народ несе основний тягар гонки озброєнь, яку розв’язала верхівка США. З початку 1970-х до середини 1980-х років для формування та закріплення ворожого ставлення до США у суспільній свідомості радянського населення пропаганда СРСР використовувала прийоми *демонізації* НАТО та *дискредитації* американської армії у політичних плакатах і карикатурах. Завдяки використанню КПТ *рефреймінгу*, який застосовується для перевизначення сенсу діяльності або ідентичності, американські військові, що перебували на території інших держав, зображувалися в ролі охоронців таборів для населення, крадіїв музейних цінностей, а також п’яниць та порушників громадського порядку (Кляті капіталісти, 2019).

Не менш важливим засобом формування ворожого ставлення до американців у радянського населення в часи Холодної війни став кінематограф. Він активно поширював деструктивні стереотипи щодо сприйняття країн Заходу, насамперед США. Ці стереотипи готували ґрунт для формування ворожого “образу США”. Такий образ формувався в художніх фільмах через антигероїв, якими були американські та західнонімецькі шпигуни, радянські зрадники, нацистські злочинці, колишні білогвардійці, які перейшли на

службу в розвідувальні структури США та Західної Європи. Для переконливості впливу на суспільну свідомість радянського населення пропагандисти обирали для зйомок фільмів детективно-пригодницький жанр, який відрізнявся гостротою та високою динамікою сюжету. Типовими сюжетами таких фільмів були: протистояння розвідок, радянської з одного боку, а з іншого – американської і західноєвропейської; діяльність ворожих диверсантів, а також художньо інтерпретовані лінії зовнішньої політики СРСР. Цей жанр допомагав розставити пріоритети для радянського глядача. Кіно дозволяло чітко відокремити “добро” і “зло”, ворожі наміри США і країн Заходу та переконливо демонструвало перемогу над ними радянських спецслужб (Семеній, Бут, 2021, с. 74).

На початку 1980-х років після введення радянських військ в Афганістан та різкого “похолодання” зовнішньополітичних відносин між США і СРСР у радянському кіно виходить значна кількість фільмів детективно-пригодницького жанру та жанру “бойовик”, в яких “образ противника” трансформується в небезпечний “образ зовнішнього ворога” та пропагується загроза початку війни. Йдеться про фільми: “Випадок у квадраті 36-80” (1982), “Поодинокі плавання” (1986), “Перехоплення” (1986) тощо, загалом більш, ніж 15 кінострічок. У цих фільмах конструювалися можливі сценарії майбутньої війни, а їх сюжети містили свідомі провокації американських військових на суші та на морі. Утім, всі провокації вміло врегульовувалися радянськими військовими та розвідниками. У цей час радянська пропаганда готувала власне населення до можливої війни, розв’язання якої приписувалося США та країнам Заходу (Покляцька, 2014, с. 160).

Впливовими засобами пропаганди, через які формувалися суспільні уявлення та ставлення радянського населення до США і країн Заходу у роки Холодної війни, були радіомовлення та телебачення. Ці ЗМІ стали масовими в СРСР протягом 1950-х та 1970-х років. На радіо і телебаченні існувала низка програм на міжнародну тематику. Серед них популярною була “Міжнародна панорама”.

Ця передача була потужною платформою для формування стереотипів негативного змісту та ворожого ставлення в радянського населення до США та країн Заходу і подальшого просування радянських наративів про “американську загрозу”.

Серед програм новин на радянському телебаченні найбільш популярною була інформаційна програма “Час”, яка розпочала мовлення у 1968 році. Вона стала рупором радянської пропаганди через відсутність інших програм новин. Всі новини подавалися в контексті порівняння життя країн соціалістичного і капіталістичного таборів так, щоб спочатку подавати інформацію про економічні успіхи СРСР, а згодом в міжнародному блоці – вкрай негативну інформацію про події у Західному світі. При цьому тележурналісти поширювали міфи про “зростання добробуту радянського населення”, “проблеми загниваючого капіталізму” та “агресивні наміри блоку НАТО”. Для формування у свідомості населення ворожого ставлення до США і країн Заходу інформація, що подавалася в новинах візуально супроводжувалася документальними матеріалами про страйки і протести в США та країнах Заходу, жахливими картинками, які зображували військовослужбовців країн-членів НАТО та їх сучасну військову техніку.

Висновки. Створення “образу США”, тобто наповнення його конкретним змістом для формування певного ставлення у радянського населення до держави-супротивника відбувалося завдяки пропагандистському апарату СРСР, який широко використовував КПТ впливу на цільову аудиторію. Структура цього управлінсько-пропагандистського апарату та основні завдання (для здійснення необхідного впливу на суспільну свідомість власного населення) коригувалися в залежності від стану взаємовідносин СРСР і США на зовнішньо-політичній арені.

Основними засобами пропаганди були: ЗМІ (преса, радіо та телебачення), візуальна продукція (плакати, листівки, кінофільми). Важливими суб’єктами пропагандистського впливу були лідери суспільної думки (керівники держави, відомі політичні та громадські діячі тощо). За способом впливу

на цільову аудиторію пропаганда була *прямого впливу* (аналітика в пресі, політичні промови, які спиралися на факти і аргументували висновки, тобто впливали через логіку), а також *непрямого впливу* (сатира, гумор, сторітейлінг у кіно, використання метафор, аналогій, гіпербол та інших художніх засобів, завдяки чому впливали одразу на підсвідомість, оминаючи критичне мислення). Ефективними КПТ для формування “образу США” у суспільній свідомості радянського населення були: *наративи*, *фреймінг* (створення комунікативних фреймів щодо назв явищ та подій суспільно-політичного і міжнародного життя, які використовувалися для подальшої інтерпретації цих явищ і подій), *рефреймінг* (для перевизначення сенсу, або контексту), *протиставлення фактів і подій у бінарних опозиціях*, *вибіркова інтерпретація фактів*, *перебільшення* для формування упередженого емоційного ставлення, створення *аналогій*, *дегуманізація (демонізація)* суперника, *фальсифікація (замовчування) фактів*, створення *метафор та алегорій*.

Наповнений негативним змістом завдяки використанню КПТ “образ США” у суспільній свідомості радянського населення виконував функції: внутрішнього об’єднання населення на аксіологічній основі; підтримку керівництва держави; відрази та ворожого ставлення до “зовнішнього ворога”; мобілізації населення країни у періоди найбільшого протистояння між наддержавами.

Зміст “образу США” у суспільній свідомості радянського населення не був сталим протягом періоду Холодної війни. Він трансформувався від “образу Іншого” (нейтральне ставлення до іншого соціального суб’єкта) до “Чужого” (потенційно небезпечне ставлення до іншого соціального суб’єкта) та до “образу зовнішнього ворога” (вкрай недоброзичливе та вороже ставлення до іншого соціального суб’єкта) і навпаки. Такі трансформації відбувалися через пропаганду в залежності від безпосереднього стану міждержавних відносин між СРСР та США на політичній арені світу.

Список використаних джерел

1. Выступление Трумэна на Объединённом заседании Палаты представителей и Сената. 1947. *Правда*. 14 марта. № 63 (10454). С. 4.
2. Войтенко В. М. (2017). Агітпроп // Велика українська енциклопедія. URL: <https://vue.gov.ua/Агітпроп>
3. Гела О. М. (2019). Карикатура як симулякр: конструювання образів інтелігенції радянськими сатиричними виданнями у 1922–1991 рр. *Актуальні проблеми вітчизняної та всесвітньої історії*. Харків.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2019. Вип. 22. С. 45–52.
4. Зражевська Н. (2010). Комунікаційні технології: курс лекцій / Н. Зражевська. Черкаси : Брами України. 224 с.
5. Кляті капіталісти! 77 карикатур “Перця” про міжнародну політику. (2019). URL: <https://amnesia.in.ua/perets-cold-war>
6. Комунікативно-пропагандистська складова інформаційно-психологічної протидії у Збройних Силах України: навчально-методичний посібник. (2022). О.І. Холох, В.Л. Топальський, М.М. Шевченко, В.Р. Мараєв, та ін. / за заг. ред. В.М. Мороза. К.: НДЦ ГП ЗС України, 2022. 232 с.
7. Некрасова В. В. (2011). Образ “ворога” та “друга” в ідеологічному протистоянні часів завершення “холодної війни”. Розпад Радянського Союзу та міжнародні інтерпретації завершення Холодної війни: 20 років потому: *матеріали міжнародної науково-практичної конференції* (Запоріжжя, 2–4 листопада 2011 р.). Запоріжжя: Інтер-М. С. 43–47.
8. Покляцька В. В. (2014). Протистояння СРСР та США у 1946–1979 рр.: засоби формування “образу ворога”. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія : Історія*. 2014. Вип. 2(1). С. 158–164.
9. Покляцька В. В. (2017). Еволюція “образу ворога” в американо-радянських відносинах у 1979–1991 рр. : дис. ... канд. істор. наук : 07.00.02. Київ. 271 с.
10. Почепцов Г. (2015). Сенси і війни : Україна і росія в інформаційній і смисловій війнах / Георгій Почепцов ; пер. з рос. Т. Гуменюк. – К. : Вид. дім Києво-Могилянська академія. 316 с.
11. Семеній А. О., Бут О. М. (2021). Образи героя та ворога у радянському українському кіно 1956–1967 рр. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. Том 1. № 13. С. 72–76.
12. Сич О. І., Мінаєв А. В. (2008). Доба “холодної війни”: основні тенденції світового розвитку: навчальний посібник. Чернівці: Рута. 72 с.
13. Фатеев А. Образ врага в советской пропаганде. 1945–1954 гг. (1999). URL: <http://psyfactor.org/lib/fateev2.htm>
14. “Холодна війна” (1946–1991 рр.). Документи і матеріали: навчальний посібник. (2013). Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького. 536 с.
15. Через Карибську кризу між СРСР і США ледь не почалася Третя світова війна. 2020. URL: <https://babel.ua/texts/52798-58-rokiv-tomu-cherez-karibsku-krizu-mizh-srsr-i-ssha-led-ne-pochalasya-tretya-svitova-viyna-os-yak-na-konflikt-vplinuli-fidel-kastro-shpigun-kdb-i-pidvodniy-choven-iz-yadernoyu-boyegolovkoju>
16. Яковлев А. (2016). До питання образу ворога СРСР у сучасній науковій літературі. *Нові сторінки історії Донбасу*. Кн. 25. С. 189–197.

References

1. Vystuplenie Trumjena na Obedinyonnom zasedanii Palaty predstavitelej i Senata [Truman's Speech to the Joint session of the House of Representatives and Senate]. 1947. *Pravda*. 14 marta. № 63 (10454). S. 4. (in russian)
2. Voitenko, V. M. (2017). Ahitprop [Agitprop] // Velyka ukrainska entsyklopediia. URL: <https://vue.gov.ua/Ahitprop> (in Ukrainian)
3. Hela, O. M. (2019). Karykatura yak symuliakr: konstruiuvannia obraziv intelihentsii radianskymy satyrychnymy vydanniamy u 1922–1991 rr. [Caricature as a simulacrum: the construction of images of the intelligentsia by Soviet satirical publications in 1922–1991]. *Aktualni problemy vitchyznianoj ta vsesvitnoji istorii*. Kharkiv.: KhNU imeni V. N. Karazina, 2019. Vyp. 22. S. 45–52. (in Ukrainian)
4. Zrazhevska, N. (2010). Komunikatsiini tekhnolohii: kurs lektsii [Communication technologies: a course of lectures] / N. Zrazhevska. Cherkasy : Brama Ukraina. 224 s. (in Ukrainian)
5. Kliati kapitalisty! 77 karykatur “Pertsia” pro mizhnarodnu polityku [Damn capitalists! 77 “Perets” caricatures about international politics]. (2019). URL: <https://amnesia.in.ua/perets-cold-war> (in Ukrainian)
6. Komunikatyvno-propahandystska skladova informatsiino-psykholohichnoi protydyi u Zbroinykh Sylakh Ukrainy: navchalno-metodychnyi posibnyk [Communicative and propaganda component of

informational and psychological countermeasures in the Armed Forces of Ukraine: educational and methodological manual]. (2022). O.I. Kholokh, V.L. Topalskyi, M.M. Shevchenko, V.R. Maraiev, ta in. / za zah. red. V.M. Moroza. K.: NDTs HP ZS Ukrainy, 2022. 232 s. (in Ukrainian)

7. Nekrasova, V. V. (2011). Obraz “voroha” ta “druha” v ideolohichnomu protystoianni chasiv zavershennia “kholodnoi viiny”. Rozpad Radianskoho Soiuzu ta mizhnarodni interpretatsii zavershennia Kholodnoi viiny: 20 rokiv potomu: materialy mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (Zaporizhzhia, 2–4 lystopada 2011 r.) [The image of “enemy” and “friend” in the ideological confrontation at the end of the “Cold War”. The collapse of the Soviet Union and international interpretations of the end of the Cold War: 20 years later: materials of the international scientific and practical conference (Zaporizhzhia, November 2–4, 2011)]. Zaporizhzhia: Inter-M. S. 43–47. (in Ukrainian)

8. Pokliatska, V. V. (2014). Protystoiannia SRSR ta SShA u 1946–1979 rr.: zasoby formuvannia “obrazu voroha” [The confrontation between the USSR and the USA in 1946–1979: means of forming the “image of the enemy”]. Naukovi zapysky Ternopilskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni Volodymyra Hnatiuka. Serii : Istorii. 2014. Vyp. 2(1). S. 158–164. (in Ukrainian)

9. Pokliatska, V. V. (2017). Evoliutsiia “obrazu voroha” v amerykano-radianskykh vidnosynakh u 1979–1991 rr. [The evolution of the “image of the enemy” in American-Soviet relations in 1979–1991] : dys. ... kand. istor. nauk : 07.00.02. Kyiv. 271 s. (in Ukrainian)

10. Pocheptsov, H. (2015). Smysly i viiny : Ukraina i rosiiia v informatsiinii i smyslovii viinakh [Meanings and wars: Ukraine and russia in information and meaning wars] / Heorhii Pocheptsov ; per. z ros. T. Humeniuk. – K. : Vyd. dim Kyievo-Mohylianska akademiia. 316 s. (in Ukrainian)

11. Semenii, A. O., & But, O. M. (2021). Obrazy heroia ta voroha u radianskomu ukrainskomu kino 1956–1967 rr. [Images of the hero and the enemy in the Soviet Ukrainian cinema of 1956–1967]. Visnyk studentskoho naukovoho tovarystva DonNU imeni Vasylia Stusa. Tom 1. № 13. S. 72–76. (in Ukrainian)

12. Sych, O. I., & Minaiev, A. V. (2008). Doba “kholodnoi viiny”: osnovni tendentsii svitovoho rozvytku: navchalnyi posibnyk [The era of the “Cold War”: the main trends of world development: a study guide]. Chernivtsi: Ruta. 72 s. (in Ukrainian)

13. Fateev, A. Obraz vraga v sovetskoj propagande. 1945–1954 gg. [The image of the enemy in soviet propaganda. 1945–1954]. (1999). URL: <http://psyfactor.org/lib/fateev2.htm> (in russian)

14. “Kholodna viina” (1946–1991 rr.). Dokumenty i materialy: navchalnyi posibnyk [“Cold War” (1946–1991). Documents and materials: study guide]. (2013). Cherkasy : ChNU imeni Bohdana Khmelnytskoho. 536 s. (in Ukrainian)

15. Cherez Karybsku kryzu mizh SRSR i SShA led ne pochalasia Tretia svitova viina [Due to the Caribbean crisis, the Third World War almost started between the USSR and the USA]. 2020. URL: <https://babel.ua/texts/52798-58-rokiv-tomu-cherez-karibsku-kryzu-mizh-srsr-i-ssha-led-ne-pochalasya-tretya-svitova-viyna-os-yak-na-konflikt-vplinuli-fidel-kastro-shpigun-kdb-i-pidvodniy-choven-iz-yadernoyu-boyegolovkoyu> (in Ukrainian)

16. Yakovliev, A. (2016). Do pytannia obrazu voroha SRSR u suchasnii naukovi literaturi [On the issue of the image of the enemy of the USSR in modern scientific literature]. Novi storinky istorii Donbasu. Kn. 25. S. 189–197. (in Ukrainian)

Summary

THE USE OF COMMUNICATION AND PROPAGANDA TECHNOLOGIES OF INFLUENCE BY SOVIET PROPAGANDA FOR THE FORMATION “IMAGE OF THE USA” DURING THE COLD WAR

Skriabin O. candidate of of Historical Science, head of the research department, The Researcher Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Yevsieiev I. senior researcher, The Researcher Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Khalimanenko K. deputy head of the research department, The Researcher Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Dembitskyi V. senior researcher, The Researcher Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Introduction. Negative stereotypes of public consciousness, a prejudiced and hostile attitude and “the image of an external enemy” formed in the Soviet population during the Cold War became the determining factors in their perception of Americans. The result of this attitude towards the USA and its population was the use by the USSR propaganda of communication and propaganda technologies to influence the consciousness

of the Soviet people. The attribution of hostile, aggressive, invasive and other destructive intentions to the country of a potential enemy was the reason and justification for the growth of the potential of resistance and the constant buildup of weapons in the USSR. These technologies are currently being actively used by the propaganda of the Russian Federation to justify its aggressive intentions and to construct in the minds of the Russian population and residents of the temporarily occupied territories of our state a new “image of the enemy” from the Ukrainians.

Purpose. To reveal the peculiarities of the formation, functioning and interpretation of the images of “Others”, “Strangers” and “enemies” in the public consciousness of the population of the USSR. To single out the main communication and propaganda technologies of influence on the target audience, which were used to form a hostile attitude of the Soviet people towards the USA.

Methods. The scientific study of communication and propaganda technologies of influence on the target audience becomes possible due to the cognitive methods of scientific psychology, namely the indirect analysis and synthesis of objective manifestations of the psyche in the processes and products of the activity of the Russian population. For this purpose, a wide array of source base was involved and the problem-chronological method of historiography was applied. In addition, the research uses general scientific methods of generalization, systematization and comparison.

Originality. In the second half of the 1940s, a period of political confrontation and ideological confrontation began between the USSR and the USA, in which hostile attitudes and negative stereotypes were actively formed in the public consciousness of both the Soviet and American populations. An important factor of such influence was the official position of the authorities, which was actively replicated by the national mass media. Against the background of binary oppositions in the public consciousness of the Soviet population, a prejudiced and hostile attitude toward the Americans and the socio-political system of their state began to develop. The “image of the USA” in the Soviet target audience during periods of aggravation of international relations was even transformed into a threatening “image of an external enemy”, and in times of “warming” – into an “image of a Stranger” or into a neutral “image of the Other”.

The creation of the “image of the USA”, i.e. filling it with specific content for the formation of a certain attitude of the Soviet population towards the enemy state, took place due to the propaganda apparatus of the USSR, which widely used communication and propaganda technologies to influence the target audience.

Conclusion. According to the method of influencing the consciousness of its own population, Soviet propaganda used both direct influence (analytics in the press, political speeches that were based on facts and argued the conclusions, i.e. influenced through logic) and indirect influence (satire, humor, storytelling in cinema, use of metaphors, analogies, hyperbole and other artistic means, due to which they immediately influenced the subconscious, bypassing critical thinking). Effective communication and propaganda technologies for forming the “image of the USA” in the public consciousness of the Soviet population were: narratives, framing (creation of communicative frames regarding the names of phenomena and events of socio-political and international life, which were used for further interpretation of these phenomena and events), reframing (to redefine the meaning or context), contrasting facts and events in binary oppositions, selective interpretation of facts, exaggeration to form a biased emotional attitude, create analogies, dehumanize (demonize) an opponent, falsify (silence) facts, create metaphors and allegories.

Keywords: communication and propaganda technologies of influence; social consciousness; “image of the USA”; “the image of an external enemy”; negative stereotypes; narratives; myths; metaphors.

Концептуалізація – Євсєєв І. Г.

Методика – Скрябін О. Л.

Формальний аналіз – Халіманенко К. В.

Аналіз першоджерел та систематизація – Дембіцький В. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 09.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 04.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

АВТЕНТИЧНІСТЬ У СТРУКТУРІ СТРЕС-ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ФАХІВЦЯ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ

Сорока О. М. доктор психологічних наук,
доцент, Дунайський інститут Національного
університету «Одеська морська академія»
<https://orcid.org/0000-0003-1637-3437>

У статті обговорюється проблема переживання автентичності під час подолання важких ситуацій у фахівців морського транспорту. Автором представлено модель і критерії оцінювання автентичності у структурі долаючої поведінки фахівця морського транспорту. Встановлено позитивні кореляційні зв'язки між проблемно-орієнтованими копінг-стратегіями зі смисловими та ціннісними критеріями автентичності; від'ємні кореляції між емоційно-орієнтованим подоланням та ціннісним, власне автентичним і рефлексивним критеріями автентичності; позитивна кореляція емоційного подолання із позицією симбіотичного донора як компонента смислового критерію автентичності. Виокремлені типи фахівців морського транспорту відрізняються структурою копінг-поведінки, смисловими рівнями та проявами автентичності.

Ключові слова: фахівець морського транспорту; автентичність; важкі ситуації; педагог; копінг-поведінка; долаюча поведінка.

Вступ. Актуальність дослідження визначено роллю автентичності у збереженні психоемоційного здоров'я та психологічного благополуччя фахівців морського транспорту через пошук ефективних копінг-стратегій із важкими життєвими ситуаціями в умовах підвищеної стресогенності їхнього професійного життя (К.А. Косенко, 2020; С.Б. Кузікова, 2021; Є.М. Потапчук, 2004; М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, А.Ф. Косенко, Т.І. Кочергіна, 2002). Вбачається за важливе враховувати досягнення педагогом автентичності із кількох причин. По-перше, з огляду на зв'язок автентичності із кількома показниками психологічного благополуччя, важливо визначити тип копінг-поведінки у фахівців морського транспорту, який допомагає досягати автентичності, або сприяє її збереженню (A.Wood, A.Linley, J.Maltby, M.Baliousis, S.Joseph, 2008, 386). По-друге, необхідно оцінювати автентичність у долаючій поведінці за допомогою певних компонентів. По-третє, розуміння взаємозв'язку автентичності із певними копінг-стратегіями прояснить механізми професійної деформації та емоційного вигорання фахівця морського транспорту.

Під автентичністю у структурі поведінки фахівця морського транспорту, що долає труднощі, будемо розуміти інтегративну складну особистісну

властивість, що формується відповідно до особистісного розвитку людини та сприяє реалізації професійного покликання і збереженню її самототожності за умов подолання стресу чи важкої ситуації). Під долаючою поведінкою будемо розуміти цілеспрямовану соціальну поведінку, завдяки якій суб'єкт здатен впоратися зі стресом (скрутною ситуацією) адекватними особистісними особливостями та ситуацією способами через усвідомлені стратегії дій (копінг-стратегії).

На основі теоретико-методологічного аналізу наявних досліджень було розроблено модель автентичності із виокремленням її критеріїв та компонентів (A.Wood, A.Linley, J.Maltby, M.Baliousis, S.Joseph, 2008, 389). Розроблено такі компоненти автентичності: смисловий (смислові рівні у структурі особистості педагога за М.Мироновою), ціннісний (цілепокладання, емоційність життя, задоволеність самореалізацією, локус контролю Я, керованість життям), рефлексійний (рефлексія минулого досвіду, загальний рівень рефлексивності), поведінковий (копінг-стратегії, які дозволяють реагувати відповідно до істинного «Я»), власне автентичний (автентичне життя, самовичуження, прийняття зовнішнього впливу).

У дослідженні взяло участь 100 фахівців морського транспорту. Вік

об'єктуваних - 23-55 років, середній стаж - 15 років. Репертуар діагностичного інструментарію містив методику «Смисловиттєві орієнтації» (в адаптації Д.Леонтьєва), методику діагностики рефлексії А.Карпова, методику діагностики онтогенетичної рефлексії М.Фетіскіна, опитувальник КПСС («Дослідження копінг-поведінки у стресових ситуаціях» в адаптації Т. Крюкової), копінг-тест «Опитувальник про способи копінгу», методику вивчення смислових рівнів у структурі особистості педагога (М.Миронової), методику «Шкала автентичності особистості» (А.Вуд, в адаптації С.Нартової-Бочавер і В.Бардадімова). Результати даних проаналізовано у програмі STATISTICA.10 (критерій Спірмена, метод дендрограми за методом одиночного зв'язку).

Мета дослідження - опис проявів автентичності у стрес-долаючій поведінці фахівців морського транспорту.

Завдання дослідження: теоретично обґрунтувати проблему автентичності у стрес-долаючій поведінці фахівців

морського транспорту; описати структуру автентичності в їхній стрес-долаючій поведінці через її критерії та компоненти; провести емпіричне дослідження автентичності у копінг-поведінці фахівців морського транспорту; проаналізувати результати та зробити висновки.

Теоретичне підґрунтя. Копінг як наукова проблема залишається предметом ґрунтовних наукових розвідок у сучасній психології. Найбільш відомими серед зарубіжних дослідників є Р.Лазарус, А.Райт, С.Фолкмен, К.Форд та ін. Українські психологи та педагоги теж ґрунтовно опановують цю проблематику, зокрема, А.І. Дудка, Г.В. Католик, А.Кіась, Н.В. Родіна, А.В. Сидоренко, Т.А. Ткачук та ін.

Методи дослідження – тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Результати дослідження було проаналізовано за допомогою кореляційного аналізу за Спірменом для встановлення зв'язків між компонентами автентичності та стратегій долаючої поведінки у фахівців морського транспорту (табл. 1).

Таблиця 1

**Результати кореляційного аналізу за Спірменом
(зв'язки копінгів і власне автентичного компонента) (n=76)**

Копінг-стратегії	Власне автентичний компонент		
	Автентичне життя	Прийняття зовнішнього впливу	Самовідчуження
Прийняття відповідальності	–	0,327**	–
Емоційно-орієнтований копінг	–0,197*	–	–
Конфронтація	–	0,241*	0,225*
Дистанціювання	–	–	0,213*
Самоконтроль	–0,223*	0,344**	0,207*
Втеча-уникнення	–	0,250*	0,235*

Примітка: * – $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$ – зв'язок відсутній.

У вибірці фахівців морського транспорту кореляційний аналіз показав незначний від'ємний негативний зв'язок «автентичного життя» із копінгом «Самоконтроль» ($r = -0,197$, за $p < 0,05$) та емоційно-орієнтованим копінгом ($r = -0,223$, за $p < 0,05$), що можна пояснити тим, що збільшення самоконтролю передбачає їхню схильність до приховування від оточення власних переживань у зв'язку зі скрутною ситуацією, зниження автентичності відбувається внаслідок придушення та труднощів у висловлюванні власних

переживань. У такому разі переважання цих стратегій у фахівців морського транспорту веде до зниження автентичного життя та автентичності загалом. Значущий позитивний зв'язок прийняття зовнішнього впливу у них пов'язаний із копінгами самоконтролю ($r = 0,344$ за $p < 0,01$) і прийняттям відповідальності ($r = 0,327$ за $p < 0,01$). Цей зв'язок можна пояснити можливим збільшенням внутрішнього напруження внаслідок такого копінгу та зниженням можливості проживання автентичного життя. Виявлено незначний

позитивний зв'язок між самовідчуженням і копінгамі конфронтації ($r=0,225$ за $p<0,05$), дистанціювання ($r=0,213$ за $p<0,05$), самоконтролю ($r=0,207$ за $p<0,05$), втечі-уникнення ($r=0,235$ за $p<0,05$) вказує на те, що при зростанні рівня самовідчуження («втрати контакту із собою») стрес-долаюча поведінка фахівців морського транспорту характеризується збільшенням контролю над собою з одночасним дистанціюванням

та уникненням проблемної ситуації, але можливістю конфронтувати через зростаюче емоційне напруження. Показники рефлексивного компонента автентичності демонструють значний позитивний зв'язок між копінгамі «прийняття відповідальності» ($r=0,263$ за $p\leq 0,01$), емоційним долаанням ($r=0,297$ за $p\leq 0,01$) і загальною рефлексивністю (табл. 2).

Таблиця 2

**Результати кореляційного аналізу за Спірменом
(зв'язки копінгів і рефлексивного компонента) (n=76)**

Копінг-стратегії	Рефлексивний компонент	
	Онтогенетична рефлексія	Загальна рефлексія
Пошук соціальної підтримки	–	0,253*
Прийняття відповідальності	0,441**	0,263**
Планування вирішення проблеми	–0,472**	–
Емоційно-орієнтований копінг	0,396**	0,297**

Примітка: * – $p\leq 0,05$; ** $p\leq 0,01$ – зв'язок відсутній.

Ці зв'язки є закономірними, оскільки, по-перше, такому фахівцеві необхідно аналізувати власну діяльність і прогнозувати наслідки її результатів щодо своїх колег по роботі, відповідно, рівень його відповідальності зростає. По-друге, емоційні стратегії подолання у фахівців морського транспорту можуть бути пов'язаними з емоційною розрядкою або з ізоляцією почуттів (недопущення почуттів, адекватних ситуації) і самоконтролем. Цікавим є факт виявленого значного позитивного зв'язку між онтогенетичною рефлексією і копінгамі «прийняття відповідальності» ($r=0,441$ за $p\leq 0,01$) та емоційно-орієнтованим копінгом ($r=0,396$ за $p\leq 0,01$). У методику онтогенетичної рефлексії закладено зворотний принцип (що менший показник шкали, то вища властивість і навпаки). Таким чином, у цій вибірці зростання копінгів, пов'язаних із прийняттям відповідальності та емоційним копінгом, погіршують онтогенетичну рефлексію. Імовірно, ці фахівці приймають відповідальність не на підставі свого минулого досвіду, а на підставі інших показників.

Значущий від'ємний зв'язок між онтогенетичною рефлексією та копінгом

«планування розв'язання проблем» ($r=-0,472$ за $p\leq 0,01$) означає, що у цій групі цей копінг пов'язаний із дуже хорошою рефлексією минулого досвіду, адже він передбачає спроби подолання проблеми за рахунок аналізу ситуації та вироблення стратегії поведінки з врахуванням актуальних умов і минулого досвіду. Незначний позитивний зв'язок відзначено між копінгом «пошук соціальної підтримки» та загальною рефлексивністю ($r=0,253$ за $p\leq 0,05$), що дає підстави стверджувати про ситуативну можливість у таких фахівців морського транспорту використовувати зовнішні ресурси для розв'язання важких ситуацій. У цій групі респондентів виявлено значні позитивні зв'язки між смисловими рівнями у структурі особистості і деякими копінгамі (табл. 3).

Значущий позитивний зв'язок між егоцентричним рівнем і дистанціюванням ($r=0,262$ за $p\leq 0,01$) можна оцінити як специфіку особистості фахівців морського транспорту, які можуть ставитися до своїх колег по роботі як до засобу для досягнення власних цілей, внаслідок цього відбувається суб'єктивне зниження значущості труднощів і ступеня емоційної включеності.

**Результати кореляційного аналізу за Спірменом
(зв'язки копінгів і смислового компонента) (n=76)**

Копінг-стратегії	Смисловий компонент (основні шкали)				
	СА	СД	Ег	Гум	ГПДЦ
Дистанціювання	—	—	0,262**	—	—
Самоконтроль	—	—	—	—	0,257**
Позитивна переоцінка проблеми	—	—	—	0,263**	0,396**
Емоційно-орієнтований копінг	—	0,309**	—	—	—
Копінг уникнення	0,272**	—	—	—	—
Соціальне відволікання	—	—	—	—	0,218*

Примітка: СА - позиція симбіотичного акцептора; СД - позиція симбіотичного донора; Е - шкала егоцентричного рівня; Гум. - шкала гуманістичного рівня; ГПДЦ - шкала «Готовність прийняти духовні цінності». * – $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; — зв'язок відсутній.

Значущі позитивні зв'язки між шкалою симбіотичного акцептора та копінгом уникання ($r=0,272$ за $p \leq 0,01$), шкалою симбіотичного донора та емоційно-орієнтованого копінгу ($r=0,309$ за $p \leq 0,01$) також можна оцінювати як специфічні особистісні особливості фахівців морського транспорту. Фахівець-донор і фахівець-акцептор мають спільні особливості, пов'язані із симбіозом: розмитість власних життєвих смислів, авторитарність та емоційно включену поведінку. Авторитарний фахівець, який вважає себе єдино правим і прагне самоствердження за рахунок своїх колег по роботі, на труднощі реагує за типом ухилення: заперечення або повного ігнорування проблеми, спалахів роздратування. Виявлений значний позитивний зв'язок між самоконтролем і готовністю до прийняття духовних цінностей ($r=0,257$ за $p \leq 0,01$) вказує на потребу цих фахівців у духовному розвитку та переважання раціонального підходу до проблемних ситуацій. Суттєвим фактом є значущі позитивні зв'язки між копінгом «позитивна переоцінка» із гуманістичним рівнем ($r=0,263$ за $p \leq 0,01$) і готовністю до прийняття духовних цінностей ($r=0,396$ за $p \leq 0,01$), які можна пояснити наявністю переосмислення проблеми у фахівців морського транспорту (надситуативне, філософське, духовне переосмислення) та які сприятимуть їхньому саморозвитку і розвитку автентичності.

Під час аналізу ціннісного компонента автентичності суттєвим фактом для цієї вибірки є наявність значущих негативних зв'язків копінгу «втеча-уникнення» із

цілепокладанням ($r=-0,283$ за $p \leq 0,01$), процесуальністю життя ($r=-0,343$ за $p \leq 0,01$), результативністю життя ($r=-0,421$ за $p \leq 0,01$), локусом контролю-Я ($r=-0,368$ за $p \leq 0,01$) і загальним показником смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) ($r=-0,330$ за $p \leq 0,01$) (табл. 4).

Виявлені зв'язки можна пояснити тим, що зі збільшенням з боку фахівців морського транспорту неможливості розв'язання проблем, їхнього заперечення або ігнорування, а можливо, й ознак деструктивного копінгу (переїдання, вживання алкоголю), відбувається втрата смислу і незадоволеності власною професійною діяльністю, цілей у житті та інтересу до нього, підвищення екстернальності та, як наслідок, - втрата автентичності. Закономірними є значущі позитивні зв'язки між проблемно-орієнтованим копінгом і цілепокладанням ($r=0,266$ за $p \leq 0,01$), процесуальністю життя ($r=0,295$ за $p \leq 0,01$), результативністю життя ($r=0,258$ за $p \leq 0,01$), локусом контролю Я ($r=0,391$ за $p \leq 0,01$) і загальним показником СЖО ($r=0,248$ за $p \leq 0,01$). Ця стратегія належить до категорії ефективних способів упоралося, сприяє розвитку адаптивності, реактивності у фахівців морського транспорту, а також розвитку у них життєстійкості. Значущий негативний зв'язок між емоційним оволодінням і процесуальністю життя ($r=-0,283$ за $p \leq 0,01$), результативністю життя ($r=-0,309$ за $p \leq 0,01$) свідчить на користь того, що емоційно-орієнтовані стратегії втрачають свою актуальність у педагога у міру зростання відчуття насиченості життя і досягнення цілей (результатів).

**Результати кореляційного аналізу за Спірменом
(зв'язки копінгів і ціннісного компонента) (n=76)**

Копінг-стратегії	Ціннісний компонент					
	Ціле-покла-дання	Процесу-альність	Результат-ивність	Локус Я	Локус життя	Загальний показник СЖО
Пошук соціальної підтримки	—		-0,236*	—	—	—
Прийняття відповідальності	—	-0,242*	-0,232*	—	—	—
Втеча-уникнення	-0,283**	-0,343**	-0,421**	—	—	-0,330**
				0,368**		
Проблемно-орієнтований копінг	0,266**	0,295**	0,258**	0,391**	—	0,248*
Емоційно-орієнтований копінг	—	-0,283**	-0,309**	-0,247*	—	-0,254*
Соціальне відволікання	—	0,204*	-	—	—	—

Примітка: * – $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; – зв'язок відсутній.

Незначний позитивний зв'язок між копінгом «соціальне відволікання» і процесуальністю життя ($r=0,204$ за $p \leq 0,05$) логічний і дозволяє фахівцям морського транспорту ситуативно переживати емоційну насиченість життя завдяки розширенню соціальних контактів. Незначний від'ємний зв'язок між копінгом «соціальна підтримка» і результативністю життя ($r=-0,236$ за $p \leq 0,05$) визначається тим, що що більше такий фахівець відчуває задоволеність від самореалізації, то менше він звертається про допомогу до інших.

Дані описової статистики засвідчили, що досліджувана вибірка є неоднорідною. У цьому дослідженні показники стандартного відхилення за цими параметрами перевищили 10 одиниць (наведено дані з врахуванням середнього арифметичного значення і стандартного відхилення відповідно): онтогенетична рефлексія (59,9/22), копінг-стратегія «самоконтроль» (47,7/11,8), загальний показник СЖО (107/18,9). У складеній дендрограмі виокремлено чотири кластери, на ній виявились «викиди» деяких параметрів (онтогенетична рефлексія, самоконтроль, загальний параметр СЖО), які не увійшли до жодного із виокремлених кластерів. Це пов'язується з тим, що у вибірці перебували фахівці, які значно відрізнялися певними показниками від інших. До першого кластера потрапили такі, тип яких умовно названо «конформно-віктимні». Наявність шкал автентичності «Прийняття зовнішнього впливу» і «Самовідчуження» мають найвищий рівень серед усіх

кластерів. Можна припустити, що ті фахівці, які потрапили до цього кластеру, усвідомлюють власну потребу активніше чинити опір зовнішньому тиску з боку інших людей і мають потребу в обстоюванні власної думки (позицій, ідей), але при цьому не практикують це. Наявність рефлексивного компонента у цьому кластері дає підстави припустити, що таким фахівцям притаманно аналізувати більшою мірою вчинки інших людей, прогнозувати їхню поведінку та діяти відповідно до очікувань оточуючих. При цьому для цих фахівців властивою є недостатня автономність, залежність від інших і відчуженість від справжнього переживання «Я».

Внаслідок самовідчуженості та життя, «орієнтованого на інших», у фахівців цього кластера виникає ризик втрати сенсу життя у зв'язку з тим, що вони живуть чужими сенсами. Звертають на себе увагу переважання певних смислових рівнів у структурі особистості фахівця морського транспорту у вигляді високих балів за додатковими шкалами «Ризик віктимності», «Ризик неплідної орієнтації» та «Споживач емоцій дитини», пусковим механізмом яких стає симбіоз із колегами по роботі та крайній егоцентризм, що, своєю чергою, спричиняють віктимність (прагнення бути жертвою та бути у центрі уваги). Цей кластер фахівців дозволяє охарактеризувати їх як таких, що мають хибне відчуття автентичності.

До другого кластера потрапили фахівці, яких умовно позначено як автономні

(«морський фахівець як покликання»). У цих фахівців переважають компоненти автентичності, що сприяють збереженню самототожності та реалізації власної професійної діяльності як покликання. Вираженість власне автентичного компонента - шкала «Автентичне життя» характеризує цих фахівців як таких, що добре розуміють (когнітивно та емоційно) себе, здатні публічно обстоювати свою позицію за потреби. Переважання гуманістичного рівня робить особистість такого фахівця такою, що розвиває, здатною «плекати» своїх менш досвідчених колег по роботі, стимулюючи їх до саморозвитку і саморозкриття (заохочуючи у колег самостійність, такий фахівець тим самим допомагає їм вийти на вищий рівень автентичності), а наявність у цьому кластері шкали «Готовність до прийняття духовних цінностей» збільшує особистісний потенціал, спрямований на власне творення і творення своїх колег, знижуючи професійний егоцентризм. При цьому наявність шкали «Вершитель долі» може свідчити про наявність у фахівців ситуативних жорстких заходів контролю та управління за необхідності. Ціннісний компонент автентичності у поданні параметрів «Цілепокладання», «Процесуальність життя», «Результативність життя», «Локус контролю – життя» і «Локус контролю – Я» доповнюють характеристику фахівців цього кластера: наявністю у них осмислених цілей і часових перспектив, спрямованістю у майбутнє, інтересом до життя, відчуттям його продуктивності та осмисленості, свободою вибору та внутрішнім локусом контролю (власною відповідальністю). Провідними стратегіями подолання у цих фахівців є «Соціальне відволікання», що допомагає «виговоритися» (зняти напругу) близьким людям або звернутися по професійну допомогу, та «Відволікання», що дозволяє переключатися та одержувати задоволення від різних занять (читання книжок, перегляд фільму, прогулянки тощо), інколи побути на самоті або перебувати у групі людей.

Третій кластер, який умовно названо як «розщеплено-невротичні», дозволяє виокремити фахівців із суперечливими і

деструктивними (небажаними) смисловими рівнями у структурі особистості - позиціями симбіотичного донора, симбіотичного акцептора - авторитарного фахівця. Обидві позиції характеризуються використанням колег по роботі як джерела «емоційного молока» (підживлення) для незрілого (невротичного) фахівця морського транспорту. Егоцентричний рівень у смисловій структурі такого фахівця доповнює вищевикладене тим, що колега по роботі сприймається як засіб для досягнення власних професійних амбіцій, показників і кар'єрних устремлінь, тим самим стаючи перешкодою для власного розвитку і розвитку таких колег. Групоцентрична спрямованість характеризує особистість такого фахівця лише як таку, що транслює, передає знання, вміння та навички, необхідні представнику цієї культури. Рівень такої «розщепленої» автентичності може коливатися від низьких до високих значень залежно від вираженості невротиного конфлікту фахівця морського транспорту.

До четвертого кластера потрапили такі фахівці, яких визначено як адаптивні («егоцентрично-порадливі»). Представленість розмаїття копінг-стратегій у цьому кластері є вищою, ніж у трьох інших. Наявність проблемно-орієнтованих копінгів (прийняття відповідальності, планування розв'язання проблеми, позитивна переоцінка проблеми), емоційно-орієнтованих копінгів (конфронтації, дистанціювання, пошуку соціальної підтримки) і копінгу уникнення можуть бути пов'язані із високою реактивністю копінгу, кар'єрними устремліннями та егоцентричною спрямованістю фахівців цього кластера. Фахівці цього кластера не є автентичними або виявляють мінімальну автентичність.

Висновки. Автентичність у стрес-долаючій поведінці фахівця морського транспорту - складна інтегративна властивість, яка формується відповідно до його особистісного розвитку як людини та сприяє реалізації професійного професійного покликання, збереженню її самототожності за умов упоралося із проблемною ситуацією. Структуру автентичності у стрес-долаючій поведінці

фахівця морського транспорту можна описати і вивчити через її компоненти - власне автентичний, рефлексивний, смисловий, ціннісний, поведінковий.

Проблемно-орієнтовані копінги у структурі стрес-долаючої поведінки фахівця морського транспорту тісно пов'язані зі смисловим (гуманістичним рівнем і готовністю до прийняття духовних цінностей) і ціннісним компонентами автентичності; емоційно-орієнтовані копінги тісно пов'язані зі смисловим, рефлексивним, власне автентичним і ціннісним компонентами автентичності. Типологічні особливості автентичності фахівців морського транспорту у стрес-долаючій поведінці представлено як

конформно-віктимну, автономну, розщеплено-невротичну, адаптивну.

Більшість фахівців морського транспорту суб'єктивно оцінюють себе як автентичних людей, водночас відмічається високий рівень самовідчуження (поряд із рештою низьких критеріїв автентичності), що є суперечливим фактом і дає підстави припустити наявність у багатьох із них хибного відчуття власної автентичності. Таким чином, дослідження засвідчило, що автентичність виявляється не лише у збереженні самототожності особистості, але її можна розглядати як показник суб'єктності у стрес-долаючій поведінці фахівця морського транспорту.

Список використаних джерел

1. Косенко К.А. Специфіка поведінкового копінгового репертуару в моряків далекого плавання з різним рівнем психічного здоров'я та стресового навантаження. *Медицина сьогодні і завтра*. 2020. №1(86). С. 51-60. <https://doi.org/10.35339/msz.2020.86.01.07>
2. Кузікова С.Б. Дослідження саморегуляції психоенергетичних станів особистості в екстремальному середовищі. Київ – Полтава: ПНПУ імені В.Г. Короленка. Психологія і особистість. 2021. №1(19). С. 94-106. DOI: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.1.227207>
3. Потапчук Є.М. Соціально-психологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців: дис... д-ра психол. наук. Національна академія держ. прикордонної служби України ім. Б.Хмельницького. Хмельницький, 2004. 365 с.
4. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навчальний посібник / М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, А.Ф. Косенко, Т.І.Кочергіна. К.: Фірма «ІНКОС», 2002. 272 с.
5. Wood, A., Linley, A., Maltby, J., Baliousis, M., Joseph, S. (2008) The Authentic Personality: A Theoretical and Empirical Conceptualization and the Development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, vol. 55, 3, 385–399. DOI: 10.1037/0022-0167.55.3.385.

References

1. Kosenko, K.A. (2020). Specyfika povedinkovogo kopingovogo repertuaru v morjakiv dalekogo plavannja z rıznyim rıvnem psyhichnogo zdorov'ja ta stresovogo navantazhennja [Specificity of behavioural coping repertoire in long-distance seafarers with different levels of mental health and stress load]. *Medycyna s'ogodni i zavtra*, 1(86), 51-60. <https://doi.org/10.35339/msz.2020.86.01.07> (in Ukrainian)
2. Kuzikova, S.B. (2021). Doslidzhennja samoreguljacii' psyhoenergetychnyh staniv osobystosti v ekstremal'nomu sereodovyshhi [Research of self-regulation of psycho-energetic states of an individual in an extreme environment]. Kyi'v – Poltava: PNPU imeni V.G. Korolenka. Psyhologija i osobystist', 1(19), 94-106. DOI: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.1.227207> (in Ukrainian)
3. Potapchuk, Je.M. (2004). Social'no-psyhologichni osnovy zberezhennja psyhichnogo zdorov'ja vijs'kovosluzhbovciv [Social and psychological bases of preserving mental health of military personnel]: dys... d-ra psyhol. nauk. Nacional'na akademija derzh. prykordonnoi' sluzhby Ukrai'ny im. B.Hmel'nyc'kogo. Hmel'nyc'kyj. 365 s. (in Ukrainian)
4. Psyhologichne zabezpechennja psyhichnogo i fizychnogo zdorov'ja [Psychological support for mental and physical health]: navchal'nyj posibnyk / M.S. Korol'chuk, V.M. Krajnjuk, A.F. Kosenko, T.I.Kochergina. K.: Firma «INKOS», 2002. 272 s. (in Ukrainian)
5. Wood, A., Linley, A., Maltby, J., Baliousis, M., Joseph, S. (2008). The Authentic Personality: A Theoretical and Empirical Conceptualization and the Development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, vol. 55, 3, 385–399. DOI: 10.1037/0022-0167.55.3.385.

Summary

AUTHENTICITY IN THE STRUCTURE OF TEACHER'S STRESS-COPING BEHAVIOUR

Soroka O. Doctor of Psychology, Associate Professor, Danube Institute of the National University «Odesa Maritime Academy»

Introduction. The article deals with the problem of experiencing authenticity in overcoming difficult situations by maritime transport professionals. The relevance of the study is determined by the role of authenticity in maintaining the psycho-emotional health and psychological well-being of maritime transport professionals through the search for effective strategies to overcome difficult life situations in conditions of increased stress in professional activities.

The purpose is to describe the manifestations of authenticity in the coping behaviour of maritime transport specialists.

Methods - testing, methods of mathematical statistics.

Originality. The model and criteria for assessing authenticity in the structure of the coping behaviour of a maritime transport specialist (value-semantic, reflexive, behavioural, authentic) are presented. In accordance with the criteria for studying authenticity, the methods of its evaluation are selected, the stages of empirical research are presented. Positive correlations between problem-oriented coping strategies and the semantic and value criteria of authenticity are established; negative correlations between emotionally oriented coping and the value, actual authentic and reflective criteria of authenticity; positive correlation of emotional coping with the position of a symbiotic donor as a component of the semantic criterion of authenticity. It is proved that the self-control strategy is closely related to the semantic (readiness to accept spiritual values) and authentic criteria. It has been found that coping with responsibility in maritime transport specialists is closely related to authenticity itself (an increase in the indicators of this coping leads to an increase in the acceptance of external influence) and reflective (towards a decrease in the reflection of past experience) criteria of authenticity. The dendrogram (the method of single connections) allowed to identify and describe four types of maritime transport specialists with different manifestations of authenticity in the structure of coping behaviour (conformal-victim, autonomous, split-neurotic, adaptive). The allocated types of specialists differ in the structure of coping behaviour, semantic levels and manifestations of authenticity.

Conclusion. Authenticity in the coping behaviour of a maritime transport specialist is a complex integrative property that is formed in accordance with his/her personal development as a person and contributes to the realisation of his/her professional vocation, preservation of his/her identity in the conditions of overcoming a problem situation. The structure of authenticity in the coping behaviour of a maritime transport specialist can be described and studied through its components - authentic, reflective, semantic, value, behavioural. The majority of maritime transport professionals subjectively assess themselves as authentic people, with a high level of self-alienation (along with other low criteria of authenticity), which is a contradictory fact and indicates that many of them have a false sense of their own authenticity. Thus, the study has shown that authenticity is manifested not only in the preservation of personal identity, but can also be considered as an indicator of subjectivity in the stress-resistant behaviour of a maritime transport specialist.

Keywords: specialist in maritime transport; authenticity; difficult situations; coping behaviour; coping behaviour.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 08.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**РЕСУРСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ САМОРОЗВИТКУ КЕРІВНИКА
ЯК ЧИННИК ЙОГО ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ**

Тептюк Ю. О. кандидат психологічних наук,
викладачка кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0002-2918-112X>

У статті надано сутнісну характеристику ресурсного потенціалу саморозвитку управлінців як чинника їхнього професійного зростання. Зазначається, що саморозвиток - це інтегративний творчий процес свідомого становлення людини, що ґрунтується на взаємодії внутрішньо значущих та активно творчо сприйнятих зовнішніх чинників, - процес, що має прогресивно-перетворювальну спрямованість, зорієнтований на інтенсифікацію і підвищення ефективності процесів самостійності, забезпечує удосконалення та помноження можливостей людини, якісні та кількісні зміни в індивідних, особистісних і суб'єктних структурах, а також у діяльності і свідомості, фіксує формування у неї здатності до саморегуляції, а також у її саморегуляції. Реалізувати власну потребу у саморозвитку можна лише за умови активного самопізнання, що забезпечує формування точних уявлень про реальний рівень саморозвитку, його оцінювання, визначення шляхів і методів самоперетворень та цілеспрямованого самовдосконалення.

Ключові слова: ресурсний потенціал; саморозвиток; управлінці; професійне зростання; цілеспрямоване самовдосконалення.

Вступ. Професійна діяльність кадрів управління має вирішальний вплив на соціально-економічний розвиток країни. Від професіоналізму управлінців здебільшого залежить можливість продуктивного подолання кризових явищ в економіці, ефективність соціальних, політичних та економічних перетворень. Водночас у сфері управління фахівці, які мають високий рівень професіоналізму, трапляються набагато рідше, ніж в інших сферах людської діяльності. Це зумовлено насамперед високою складністю управлінської діяльності, необхідністю виконання численних і різноманітних управлінських функцій, дуже жорсткими, а часто й суперечливими вимогами, що висуваються до суб'єкта управління.

Безперервне і зростаюче ускладнення об'єктів і систем управління, виникнення важко прогнозованих управлінських ситуацій, що вимагають нестандартних творчих управлінських рішень, призводять до перманентного підвищення вимог до особистісно-професійних якостей суб'єктів управлінської діяльності, їхнього досвіду, вмінь, здатності здійснювати особистісний та професійний розвиток, відповідний до вимог часу, тобто до усього того, що пов'язано з їхнім професіоналізмом. Практика дозволила виявити суперечності

між необхідністю безперервного вдосконалення професіоналізму кадрів управління та наявною системою їхньої підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації, а також між унікальністю шляху саморозвитку кадрів управління і недостатнім її врахуванням у моделюванні та проектуванні стратегій удосконалення професіоналізму.

Теоретичне підґрунтя. Проблеми управління є предметом дослідження багатьох точних, соціальних і гуманітарних наук, але найглибше вони досліджуються менеджментом, соціологією управління, соціальною психологією, психологією управління.

В українській психології накопичено достатньо матеріалу, присвяченого психологічному аналізу особливостей особистості та діяльності керівника, психологічній структурі самої управлінської діяльності, психологічним проблемам підвищення ефективності спільної діяльності тощо (Алещенко, 2019; Барко, 2014; Матеюк, 2006; Осьодло, 2014; Сафін, 2024 та ін.). Зарубіжні дослідження проблем управління відбуваються здебільшого у межах теорії менеджменту і психології управління (Connell, 2022; Leonard, Kilburg, & Freedman, 2023; Körner & Kortsch &

Rieder & Rigotti, 2024; Lowman, 2022; Vandaveer & Frisch, 2022 та ін.).

Мета статті - надати сутнісну характеристику ресурсного потенціалу саморозвитку управлінців як чинника їхнього професійного зростання.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. Удосконалення професіоналізму у сфері управління прямо пов'язане з формуванням особистості управлінця, зорієнтованої не лише на високі професійні досягнення, а й на безперервний саморозвиток. Інтегровальна функція саморозвитку виявляється у тому, що в процесі саморозвитку встановлюються зв'язки та взаємозалежності між його окремими спеціалізованими механізмами, а це призводить до становлення цілісності людини, тобто до інтеграції якостей індивіда, особистості та суб'єкта як різних рівнів внутрішньої організації людини як самості із інтегровальним центром. Своєю чергою, високий рівень цілісності людини виявляється у прагненні максимально реалізовувати власні можливості, відкритості для сприйняття нового досвіду, здатності до усвідомленого і відповідального вибору у різноманітних життєвих ситуаціях.

Функція індивідуалізації визначає можливість для людини, включеної в процес саморозвитку, зберігати цілісність і тотожність самій собі в умовах безперервних внутрішніх і зовнішніх змін, досягати високого рівня автономності, унікальності та неповторності, вільно розпоряджатися наданими їй можливостями та вибудовувати власний життєвий шлях.

Функція цілепокладання виявляється у тому, що орієнтований на досягнення вершин професіоналізму саморозвиток задає вектор становлення людини й основних її сутнісних сил стосовно поставленої мети, обраного ідеалу, здатність мати цілі та смисли життя, гуманні цінності та ідеали, внутрішні смислові та мотиваційні опори. Ця функція є системоутворювальною у структурі саморозвитку. Функція цілепокладання визначає специфіку соціальної поведінки та діяльності. Таким чином, орієнтованість саморозвитку, з одного боку, визначається характером ціннісно-смислових орієнтацій

людини, змістом її життєвих ідеалів і цілей, спрямованістю на досягнення вершин професіоналізму та самоздійснення, з іншого боку, саморозвиток забезпечує вироблення певної системи життєвих цілей і смислів.

Аналітико-прогностична функція забезпечує аналіз причинно-наслідкових зв'язків, стимулює розвиток здатності людини до самопізнання, праці над собою і застосування цієї здатності до складних умов та обставин буття, пошуку та особистісної оцінки власного життєвого та професійного досвіду.

Спонукально-стимульовальна функція забезпечує постійне нарощування зусиль щодо усвідомленого, цілеспрямованого і планомірного розвитку індивідуального, особистісного та суб'єктного потенціалу людини.

Організаційно-діяльнісна функція виявляється у тому, що саморозвиток як спеціальна духовна діяльність, спрямована на досягнення вершин професіоналізму, входить як компонент до структури інших видів діяльності, активізуючи та організовуючи їх.

У дослідженні показано, що критеріями для оцінювання рівня саморозвитку є сформованість його компонентів (внутрішній критерій) та ефективність реалізації функцій (зовнішній критерій). Зовнішній критерій розкривається через такий інтегральний показник, як рівень самоорганізації, який, своєю чергою, можна описати через низку часткових показників: сформованість ставлення до саморозвитку як до цінності; потреба у систематичному самовдосконаленні; готовність до цілеспрямованих самозмін; здатність ефективно реалізовувати рішення у сфері саморозвитку; адекватність самооцінки.

Спираючись на виокремлені критерії та показники і виходячи із принципів запозичення та суб'єктності, було виокремлено три рівні саморозвитку. Високий рівень (рівень самоорганізації) передбачає високий рівень значущості саморозвитку та високий рівень задоволеності його процесом. Рівень самоорганізації характеризується високою стійкою потребою у систематичному самовдосконаленні; сформованою акмеологічною компетентністю (яка

інтегрує готовність до цілеспрямованих самозмін і здатність ефективно реалізовувати рішення у сфері саморозвитку); адекватною самооцінкою, що забезпечує ефективний самомоніторинг процесів самоактуалізації, самовдосконалення та самореалізації. Можна стверджувати про високий рівень сформованості суб'єктної позиції у саморозвитку.

На середньому рівні (рівні самоперетворення) спостерігається суперечливе співвідношення між рівнями значущості саморозвитку та задоволеності його процесом. Рівень самоперетворення характеризується дисбалансом процесів самоорганізації, що проявляється у недостатньо стійкій потребі у систематичному самовдосконаленні; неповній інтеграції готовності до цілеспрямованих самозмін і здатності ефективно реалізовувати рішення у сфері саморозвитку, сягаючи акмеологічної компетентності; недостатньо адекватній самооцінці. Можна стверджувати про середній рівень сформованості суб'єктної позиції у саморозвитку.

Низький рівень (рівень невизначеності) характеризується низькими рівнями значущості саморозвитку та задоволеності його процесом. Потреба у систематичному самовдосконаленні не сформована; відсутня готовність до цілеспрямованих самозмін; нерозвинена здатність ефективно реалізовувати рішення у сфері саморозвитку; самооцінка є цілком неадекватною. Можна стверджувати про низький рівень сформованості суб'єктної позиції у саморозвитку. Структуру саморозвитку як системно-структурного утворення подано на рис. 1.

В емпіричному дослідженні процесу саморозвитку в управлінців брали участь 187 осіб. З них 96 осіб (1-ша група) навчалися на курсах підвищення кваліфікації. Дослідження проходило у два етапи: перший було проведено до початку навчання 1-ї групи, другий - після його завершення.

Вивчення спрямованості управлінців на саморозвиток засвідчило, що на першому етапі дослідження у 2-й групі порівняно з 1-ю більша кількість учасників мала високу або вищу за середню спрямованість на

саморозвиток (відповідно сумарно 47 і 34 особи), а низьку та нижчу за середню - менша кількість (відповідно сумарно 11 і 17 осіб). На другому етапі дослідження виявилось, що у 1-й групі відбулося позитивне зрушення: в 11 учасників групи сформувалася висока спрямованість на саморозвиток, а 65 учасників почали оцінювати власну спрямованість на саморозвиток як високу або вищу за середню. Водночас у 2-й групі високу спрямованість виявлено, як і раніше, у 12 осіб, а кількість учасників групи зі спрямованістю на саморозвиток, вищою за середню, зменшилася до 27; між тим збільшилася кількість учасників групи зі спрямованістю на саморозвиток середньою, нижчою за середню і низькою. Зі спостережень і бесід з учасниками дослідження було зроблено висновки про те, що посилення спрямованості на саморозвиток в учасників 1-ї групи зумовлене їхнім включенням до освітнього процесу.

Дослідження особливостей реалізації в управлінців потреб у саморозвитку засвідчило, що на першому етапі дослідження в обох групах було практично однакове співвідношення рівнів реалізації потреб у саморозвитку: близько 60% членів 1-ї та 2-ї груп перебували на рівні локального саморозвитку, близько 20% - на рівні системного саморозвитку та 20% мали пригальмований саморозвиток. На другому етапі дослідження у 2-й групі практично не відбулося жодних зрушень у показниках. Між тим у 1-й групі ці зрушення виявилися значними ($p \leq 0,05$). У 50% членів групи було зафіксовано системний рівень саморозвитку, у 47% - локальний і лише у 3%, як і раніше, спостерігався пригальмований саморозвиток (табл. 1).

Дослідження умов і чинників, що сприяють саморозвитку управлінців, і бар'єрів для саморозвитку засвідчило, що, на думку учасників дослідження, у групі соціальних умов і чинників найбільший вплив на процес саморозвитку справляють наявні у країні умови для продовження освіти, підвищення кваліфікації, наявність необхідної літератури з менеджменту, психології управління. Водночас як бар'єри у саморозвитку учасники дослідження розглядали умови для повноцінного дозвілля, відпочинку та рівень заробітної плати.

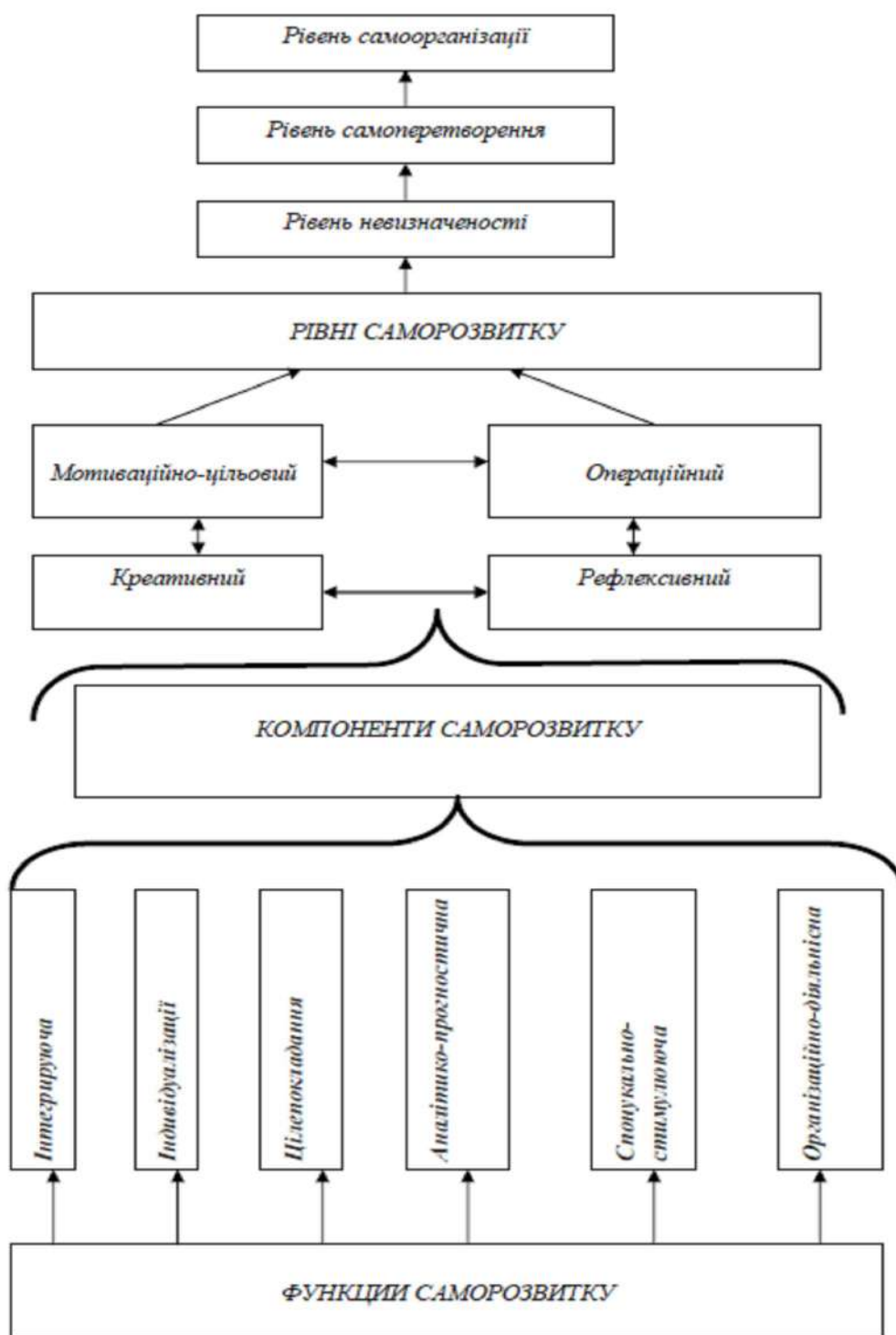


Рис. 1 - Структура саморозвитку як системно-структурного утворення

Таблиця 1

Рівень реалізації потреб управлінців у саморозвитку (кількість осіб)

Рівень реалізації потреб у саморозвитку	1-а група		2-а група	
	1-й етап	2-й етап	1-й етап	2-й етап
системний саморозвиток	19	48	17	22
локальний саморозвиток	57	45	53	51
пригальмований саморозвиток	20	3	21	18

Група організаційних умов і чинників, як показали результати опитування, охоплює найбільшу кількість бар'єрів у саморозвитку. На думку учасників дослідження, бар'єрами у саморозвитку є відсутність демократизму і творчого стилю в управлінні організацією, концепції розвитку організації, інноваційної роботи, умов для творчої самореалізації. І лише можливість навчання на курсах підвищення кваліфікації розглядається як реально існуюча умова для саморозвитку.

У групі професійних (діяльнісних) чинників на першому етапі як такі, що сприяють саморозвитку, було виокремлено професійну компетентність, культуру професійного спілкування, інтерес до інновацій в управлінні, нових технологій менеджменту, інтерес до нових ідей у сфері менеджменту, психології та акмеології управління, прагнення до високих результатів власної праці. Водночас бар'єрами у саморозвитку учасники дослідження назвали невміння творчо використовувати досвід інших, низьку здатність до співтворчості, до співпраці, відсутність схильності та прагнення займатися дослідницькою роботою та відсутність індивідуального плану самоосвіти, саморозвитку.

У групі психологічних (особистісних) чинників на першому етапі як такі, що сприяють саморозвитку, було виокремлено здатність до бачення психологічних проблем, здатність до самоаналізу, до усвідомлення власних переваг і недоліків, високий рівень здібностей до самоорганізації, самоуправління, високий рівень творчого потенціалу, прагнення до особистісно-професійного зростання, самовдосконалення. Бар'єром у саморозвитку учасники дослідження назвали низький рівень інноваційної культури.

Аналіз повторного заповнення анкети (наприкінці другого етапу дослідження)

засвідчив, що у 1-й групі після завершення навчання значно змінилися оцінки професійних і психологічних (особистісних) чинників. Так, серед професійних (діяльнісних) чинників на другому етапі учасники 1-ї групи почали розглядати бар'єрами у саморозвитку власну професійну компетентність і культуру професійного спілкування. Водночас як такі, що сприяють саморозвитку, вони оцінили своє прагнення займатися дослідницькою роботою та розроблений індивідуальний план самоосвіти, саморозвитку. Серед психологічних (особистісних) чинників учасники 1-ї групи на другому етапі дослідження почали розглядати як бар'єри у саморозвитку низький рівень здібностей до самоорганізації, самоуправління, низький рівень творчого потенціалу та відсутність здатності до бачення психологічних проблем. При цьому у 2-й групі оцінки умов і чинників саморозвитку практично не змінилися.

Вивчення чинників привабливості професії управлінця засвідчило, що можливість самовдосконалюватися учасники дослідження вважають одним із найбільш значущих (табл. 2). Аналіз результатів виявлення найбільш значущих чинників вибору професії учасниками дослідження показує, що два з них пов'язані зі значущістю для респондентів професії управлінця (можливість займатися улюбленою справою, важливість професії у суспільстві), два - з особистісними чинниками (відповідність роботи характеру, здібностям), два - із творчим характером роботи і можливістю самовдосконалюватися. Це свідчить про усвідомлення учасниками дослідження значущості професії управлінця, наявність у них потреби у саморозвитку та самовдосконаленні, чітко вираженої орієнтації на творчий підхід до власної професійної діяльності.

Порівняння найбільш значущих чинників вибору професії управління

Чинники	Коефіцієнт значущості чинників вибору професії управління			
	1-а група		2-а група	
	1-й етап	2-й етап	1-й етап	2-й етап
значущість професії у суспільстві	+0,52	+0,56	+0,52	+0,46
можливість займатись любимою справою	+0,55	+0,60	+0,44	+0,49
творчий характер праці	+0,48	+0,49	+0,40	+ 0,42
можливість самовдосконалюватись	+0,47	+0,54	+0,31	+0,40
відповідність праці здібностям	+0,28	+0,29	+0,34	+0,42
відповідність праці характеру	+0,45	+0,45	+0,42	+0,44

Для перевірки гіпотези про взаємозв'язок рівня саморозвитку та рівня професіоналізму було проведено експериментальне дослідження, в якому брали участь 117 представників державної та недержавної сфер управління. На констатувальному етапі експерименту було проведено заміри рівня професіоналізму та рівня саморозвитку. На розвивальному етапі у межах акмеологічного консультування для кожного з учасників було розроблено індивідуальну стратегію саморозвитку. На контрольному етапі було проведено повторні заміри рівня професіоналізму та рівня саморозвитку. Під час визначення пріоритетної зони саморозвитку кожного з учасників на розвивальному етапі дослідження дослідник виконував лише роль консультанта, який надає акмеологічну підтримку. Вибір цілей саморозвитку, а також його методів і засобів залишався за учасниками дослідження.

Одним з основних завдань була актуалізація потреби управлінців у розвитку рефлексії. Під час індивідуальних і групових консультацій учасники дослідження отримали більш повне уявлення про

рефлексію і про її роль у вдосконаленні професіоналізму в управлінській діяльності. Одночасно учасники експерименту знайомилися з різноманітними прийомами, методиками та технологіями саморозвитку. Загалом було використано такі прийоми, методики та технології саморозвитку: розробка Я-концепції саморозвитку; самоконтроль компетентності; інвентаризація змін у роботі та у собі; таблиця життєвих і професійних цілей; щоденник досягнень і невдач; моделювання власного професійного портрета; розвиток мотивації до управлінської діяльності.

Тривалість розвивального етапу експерименту становила 15 місяців. На контрольному етапі було проведено повторне експертне оцінювання рівня професіоналізму учасників, а також повторно було виконано усі тести першого етапу. Повторне дослідження взаємозв'язку рівня саморозвитку учасників дослідження та рівня їхнього професіоналізму (за експертною оцінкою) підтвердило існування взаємозалежності між цими показниками (табл. 3).

Таблиця 3

Взаємозв'язок рівня саморозвитку управлінця і рівня його професіоналізму (кількість осіб)

Рівень професіоналізму	Рівні саморозвитку		
	Високий (рівень самоорганізації)	Середній (рівень самоперетворення)	Низький (рівень невизначеності)
Констатувальний етап дослідження			
високий	15	9	-
середній	4	32	43
низький	-	4	10
Контрольний етап дослідження			
високий	29	24	-
середній	19	38	4
низький	-	2	1

Як видно із таблиці, зростання рівня саморозвитку відповідає зростанню рівня

професіоналізму управлінців. Таким чином, проведене дослідження підтвердило

висунуті гіпотези і правильність постановки завдань.

Розроблено науково-практичні рекомендації щодо оптимізації саморозвитку та професіоналізму управлінців. Показано, що оптимізувати процеси саморозвитку та професіоналізму управлінців можна такими шляхами:

формуванням ціннісного ставлення кадрів управління до безперервного саморозвитку та вдосконалення професіоналізму;

формуванням суб'єктної позиції кадрів управління у професійній діяльності та саморозвитку;

підвищенням рівня акмеологічного супроводу професійної діяльності кадрів управління, а також процесу їхньої підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації;

розвитком компетентності кадрів управління у сфері саморозвитку;

створенням системи акмеологічної підтримки процесів саморозвитку та вдосконалення професіоналізму;

упровадженням основних теоретичних положень цього дослідження у практику акмеологічного супроводу професійної діяльності кадрів управління, а також процесу їхньої підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації.

Висновки. Високий рівень професійного розвитку передбачає постійну зміну, вдосконалення, що зумовлене, з одного боку, вимогами професії, що об'єктивно змінюються, а з іншого боку, суб'єктивними вимогами самого професіонала. Лише єдність об'єктивних і суб'єктивних вимог забезпечує безперервний рух фахівця до професійної досконалості як до повноти розгортання особистісних і професійних якостей і творчої самореалізації у професії. При цьому провідними в процесі вдосконалення професіоналізму є суб'єктивні вимоги, тому що фахівець із просуванням до високого рівня професіоналізму переходить на суб'єктний рівень регуляції діяльності та життєдіяльності загалом.

Саморозвиток - це інтегративний творчий процес свідомого становлення людини, що ґрунтується на взаємодії внутрішньо значущих та активно творчо

сприйнятих зовнішніх чинників, - процес, що має прогресивно-перетворювальну спрямованість, зорієнтований на інтенсифікацію і підвищення ефективності процесів самостійності, забезпечує удосконалення та помноження можливостей людини, якісні та кількісні зміни в індивідних, особистісних і суб'єктних структурах, а також у діяльності і свідомості, фіксує формування у неї здатності до саморегуляції, а також у її саморегуляції. Реалізувати власну потребу у саморозвитку можна лише за умови активного самопізнання, що забезпечує формування точних уявлень про реальний рівень саморозвитку, його оцінювання, визначення шляхів і методів самоперетворень та цілеспрямованого самовдосконалення.

Існують чотири групи умов і чинників, що сприяють саморозвитку управлінців або позиціонуються як бар'єри для саморозвитку: соціальні, організаційні, професійні (діяльнісні) і психологічні (особистісні). Усвідомлення бар'єрів у саморозвитку дозволяє розробляти індивідуальні програми з їхнього подолання.

Системний характер професійного зростання зумовлений зв'язками, встановленими між його компонентами. Основу цих зв'язків становлять процеси саморегуляції, які забезпечують стійкість професіоналізму при зміні зовнішніх і внутрішніх умов. У мотиваційному компоненті професіоналізму саморегуляція виявляється у переході від рядоподібних, невпорядкованих до ієрархічно організованих мотивів, у русі від вузько результативних мотивів репродуктивної діяльності до мотивів самореалізації, у перетворенні ситуативних мотивів на стійкі. У смисловому компоненті професіоналізму саморегуляція позиціонується як взаємодія когнітивної, емоційної та поведінкової підструктур ставлення «людина – професія». Результатом взаємодії є формування професійних позицій, смислів, професійної самосвідомості. В операційному компоненті професіоналізму саморегуляція проявляється у високому рівні надситуативної активності, здатності до ефективного розв'язання професійних завдань, вмінні ухвалювати та реалізовувати

самостійні рішення. Загалом саморегуляція є одним із показників суб'єктної позиції у професійній діяльності та саморозвитку. Водночас підвищення рівня саморегуляції та суб'єктної позиції загалом може бути забезпечено лише у межах саморозвитку.

Предметом подальшого дослідження може стати розроблення принципів

підтримки процесу саморозвитку управлінців, розширення репертуару акмеологічних технологій удосконалення професіоналізму управлінських кадрів, підготовка психологів як консультантів і координаторів процесу саморозвитку представників різних спеціальностей.

Список використаних джерел

1. Алешенко, В. І. (2019). Військово-соціальне управління: теорія і практика: підручник. Київ: НУОУ ім. Івана Черняхівського.
2. Барко, В. І. (2014). Теоретико-психологічні підходи до розробки програми особистісного розвитку керівників органів внутрішніх справ / В.І. Барко, М.А. Чекулаєв. *Право і Безпека*, 3, 201-206. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pib_2014_3_42
3. Матеюк, О. А. (2006). Психологічний вплив командира на підлеглих у військово-професійній діяльності: автореф. дис. канд. психол. наук. Хмельницький: Вид-во НАДПСУ.
4. Осодло, В. І. Психолого-педагогічні аспекти діяльності військового керівника: підруч. для слухачів військових ВНЗ / В.І. Осодло, С.О. Поздишев, О.Ф. Хміляр, В.М. Невмержицький, А.О. Вітченко; ред.: В.І. Осодло; Нац. ун-т оборони України ім. І.Черняхівського. Київ.
5. Сафін, О. Д., Тептюк, Ю. О. (2024). Психологічна структура та типологія творчого Я керівника педагогічного колективу. *Слобожанський науковий вісник. Серія: «Психологія»*, 1, 152-155. URL: <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/article/view/331> DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.27>
6. Connell, J. B. (2022). *Consulting to technical leaders, teams, and organizations: Building leadership in STEM environments*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000270-000>
7. Leonard, H. S., Kilburg, R. R., & Freedman, A. M. (2023). *Essential strategies for organizational and systems change: An overview for consultants*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000328-000>
8. Körner, Lorena & Kortsch, Timo & Rieder, Kerstin & Rigotti, Thomas. (2024). Evaluation of two study demands-resources-based interventions: a randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*. 15. 10.3389/fpsyg.2024.1368267.
9. Lowman, R. L. (2022). *Career assessment: Integrating interests, abilities, and personality*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000254-000>
10. Vandaveer, V. V., & Frisch, M. H. (2022). *Coaching psychology: Catalyzing excellence in organizational leadership*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000293-000>

References

Aleshhenko V.I. (2019) Vijs'kovo-social'ne upravlinnja: teorija i praktyka [Military and social management: theory and practice]: pidruchnyk. Kyi'v: NUOU im. Ivana Chernjahovs'kogo, 284. (in Ukrainian)

Barko, V.I. (2014) Teoretyko-psyhologichni pidhody do rozrobky programy osobystisnogo rozvytku kerivnykiv organiv vnutrishnih sprav [Theoretical and psychological approaches to the development of a personal development programme for heads of law enforcement agencies] / V.I. Barko, M.A. Chekulajev. *Pravo i Bezpeka*, 3, 201-206. Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pib_2014_3_42 (in Ukrainian)

Matejuk, O.A. (2006) Psyhologichnyj vplyv komandyra na pidleglyh u vijs'kovo-profesijnij dijal'nosti [Psychological influence of the commander on subordinates in military and professional activities]: avtoref. dys. na zdobuttja nauk. stupenja kand. psyhol. nauk. Hmel'nyckyj: Vyd-vo NADPSU, 30. (in Ukrainian)

Os'odlo, V.I. (2014) Psyhologo-pedagogichni aspekty dijal'nosti vijs'kovogo kerivnyka [Psychological and Pedagogical Aspects of the Military Leader's Activity]: pidruch. dlja sluhachiv vijs'k. VNZ / V.I. Os'odlo, S.O. Pozdyshev, O.F. Hmiljar, V.M. Nevmerzhyckyj, A.O. Vitchenko; red.: V.I. Os'odlo; Nac. un-t oborony Ukrai'ny im. I.Chernjahovs'kogo. Kyi'v, 364. (in Ukrainian)

Safin O.D., Teptjuk Ju.O. (2024) Psyhologichna struktura ta typologija tvorchogo Ja kerivnyka pedagogichnogo kolektyvu [Psychological Structure and Typology of the Creative Self of the Head of a Teaching Staff]. *Slobozhans'kyj naukovyj visnyk. Serija: «Psyhologija»*, 1, 152-155. URL: <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/article/view/331> DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.27> (in Ukrainian)

Connell, J.B. (2022). *Consulting to technical leaders, teams, and organizations: Building leadership in STEM environments*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000270-000>

Leonard, H.S., Kilburg, R.R., & Freedman, A.M. (2023). *Essential strategies for organizational and systems change: An overview for consultants*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000328-000>

Körner, Lorena & Kortsch, Timo & Rieder, Kerstin & Rigotti, Thomas. (2024). Evaluation of two study demands-resources-based interventions: a randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*. 15. 10.3389/fpsyg.2024.1368267.

Lowman, R.L. (2022). *Career assessment: Integrating interests, abilities, and personality*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000254-000>

Vandaveer, V.V., & Frisch, M.H. (2022). *Coaching psychology: Catalyzing excellence in organizational leadership*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000293-000>

Summary

RESOURCE POTENTIAL OF THE MANAGER'S SELF-DEVELOPMENT AS A FACTOR IN THEIR PROFESSIONAL GROWTH

Teptyuk Y. Candidate of Psychological Sciences, Lecturer
at the Department of Psychology, Uman State Pedagogical
University named after Pavlo Tychyna

Introduction. A high level of professional development implies constant change and improvement, which is caused, on the one hand, by the objectively changing requirements of the profession, and, on the other hand, by the subjective requirements of the professional himself. Only the unity of objective and subjective requirements ensures the continuous movement of a specialist towards professional excellence as the full development of personal and professional qualities and creative self-realisation in the profession. At the same time, subjective requirements are the leading ones in the process of professional development, since a specialist, as he or she progresses to a high level of professionalism, moves to the subjective level of regulation of activities and life in general.

The **purpose** is to provide an essential description of the resource potential of managers' self-development as a factor of their professional growth.

Methods – content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. Self-development is an integrative creative process of conscious human formation based on the interaction of internally significant and actively creatively perceived external factors - a process that has a progressive and transformative orientation, focused on intensifying and increasing the efficiency of self-determination processes. It ensures the improvement and multiplication of human capabilities, qualitative and quantitative changes in individual, personal and subjective structures, as well as in activity and consciousness, and records the formation of the ability to self-regulation, as well as in its self-regulation. The need for self-development can be realised only through active self-knowledge, which ensures the formation of accurate ideas about the actual level of self-development, its assessment, determination of ways and methods of self-transformation and purposeful self-improvement.

Conclusion. The systemic nature of professional development is determined by the links established between its components. These links are based on self-regulation processes that ensure the sustainability of professionalism in changing external and internal conditions. In the motivational component of professionalism, self-regulation is manifested in the transition from series-like, disordered to hierarchically organised motives, in the movement from narrowly effective motives of reproductive activity to motives of self-realisation, in the transformation of situational motives into stable ones. In the semantic component of professionalism, self-regulation is positioned as the interaction of the cognitive, emotional and behavioural substructures of the "person - profession" relationship. The result of this interaction is the formation of professional positions, meanings, and professional self-awareness. In the operational component of professionalism, self-regulation is manifested in a high level of supra-situational activity, the ability to effectively solve professional problems, the ability to make and implement independent decisions.

Keywords: resource potential; self-development; managers; professional growth; targeted self-improvement.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 02.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ГРОМАДЯНСЬКЕ СУСПІЛЬСТВО І НАЦІОНАЛЬНА ДЕРЖАВА В УКРАЇНІ

Філіпов В. К. кандидат історичних наук, доцент,
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-4017-4895>

Богайчук В. Ж. кандидат політичних наук,
доцент, доцент кафедри соціальної комунікації
та публічної дипломатії
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

У статті йдеться про те, що сучасний історичний досвід України, інститути громадянського суспільства, громадянське суспільство загалом відіграють важливу роль не тільки в побудові незалежної, демократичної і правової української держави, а також в забезпеченні її оборони. В умовах російської військової агресії, коли під загрозою перебуває саме існування української нації та її національної держави, ключові природні права українського народу та саме його існування, коли держава виявилася не готовою до виконання функції оборони, громадянське суспільство об'єднане єдиним завданням захисту своєї Батьківщини, виступає одним із вирішальних чинників забезпечення оборони української держави.

Ключові слова: громадянське суспільство; держава; національна держава; незалежність; соціально-політична думка; суспільні і державні основи; українська нація.

Вступ. Проблематика формування і розвитку громадянського суспільства, без перебільшення, належить до числа найбільш дискусійних та найбільш досліджуваних у сучасній гуманітарній науці та практиці. Крім цього, поняття “громадянське суспільство” є одним із найбільш вживаних серед представників владно-політичних кіл як в Україні, так і далеко за її межами. При цьому переважна частина вітчизняного сучасного соціогуманітарного дискурсу громадянського суспільства присвячена пошуку відповідей на складні питання щодо необхідності забезпечення повноцінного формування та розвитку громадянського суспільства в Україні.

За роки незалежності Української держави вітчизняна соціогуманітарна доктрина розробила вагомий методологічний та практичний інструментарій вирішення різноманітних проблем, пов'язаних із забезпеченням функціонування ефективного громадянського суспільства, відносини в якому засновуються на довірі, партнерстві та соціальній відповідальності як різноманітних організацій, зокрема, бізнесу, так і окремих індивідів. Крім цього, проблематика формування та розвитку громадянського суспільства протягом всього періоду незалежності України не залишалася без уваги різних владних

інститутів, зокрема, Президента України та Кабінету Міністрів України. Одним із таких прикладів є насамперед Указ Президента України від 26.02.2016 р. №68/2016 “Про сприяння розвитку громадянського суспільства в Україні”, відповідно до якого була утворена Координаційна рада сприяння розвитку громадянського суспільства як консультативно-дорадчий орган при Президентові України.

Незважаючи на такий величезний науково-практичний доробок вирішення багатьох проблем, пов'язаних з розбудовою в Україні ефективного громадянського суспільства, сучасні глобальні трансформації, які знаходять свій безпосередній прояв і в Україні, формують нові виклики і загрози, що проявляються, зокрема, на рівні функціонування різноманітних інститутів громадянського суспільства. Мова йде насамперед про поступову втрату громадянським суспільством солідарних засад свого функціонування, про поглиблення окремих суперечностей як всередині самого громадянського суспільства, так і між громадянським суспільством та державою, про певну кризу культурної ідентичності громадянського суспільства, про трансформацію ціннісних засад розвитку громадянського суспільства, про необхідність підвищення рівня соціальної

відповідальності людини як основного та первинного суб'єкта громадянського суспільства тощо.

Мета статті - розглянути та проаналізувати найважливіші передумови, що визначають особливості становлення демократичної політичної системи в Україні, які потребують одночасного звернення до вивчення принципів формування та функціонування не тільки головного елемента політичної системи – інституту держави та процесів формування і функціонування політичної влади в суспільстві, але й її іншої важливої складової – громадянського суспільства.

Розглянути зміст розвитку громадянського суспільства, оцінка на цій основі вітчизняної практики в частині необхідності, меж і засобів участі держави в розбудові громадянського суспільства, а також розглянути суперечливість поглядів на громадянське суспільство та його розвиток, певні пропозиції щодо перспектив розвитку громадянського суспільства та участі в сприянні цьому розвитку Української держави.

Теоретичне підґрунтя. Одним із найважливіших завдань громадянської держави є забезпечення громадянам реальної можливості самостійної політичної творчості, можливості вільного вибору такої моделі суспільних відносин. Тому побудова в Україні правової державності можлива лише за умови формування повноцінного громадянського суспільства.

Безумовним є значний інтерес наукової громадськості до проблем громадянського суспільства. Відмова від одержавлення скільки-небудь значущих суспільних ініціатив неминуче змушувала замислитися над системою взаємин різнопланових та різноорієнтованих громадських рухів та асоціацій як між собою, так і з державою.

В умовах правової держави державна влада стає найважливішим інструментом, за допомогою якого громадянське суспільство забезпечує оптимальні умови для свого саморозвитку. У такому випадку держава виступає як публічно-владний інститут, що керує громадянським суспільством у цілому і покликаний діяти у загальних інтересах.

Визначаючи специфіку взаємозв'язку громадянського суспільства і соціальної, правової держави, під громадянським

суспільством ми насамперед розуміємо структуру недержавних самоорганізованих груп, які, за визначенням Ф. Шміттєра, мають такі ознаки: повинні планувати та реалізовувати колективні акції щодо захисту чи досягнення своїх інтересів; є незалежні і від органів державної влади, і від приватних корпоративних об'єднань; не прагнуть підмінити державні структури, захопити державну владу; завжди згодні діяти в межах легітимно встановлених законом політико-правових норм.

Сучасна держава не ослаблює, а навпаки посилює свою економічну функцію, яка полягає у створенні організаційно-правових передумов, необхідних для впорядкованої та ефективної економічної діяльності суспільства. Держава не повинна при цьому заважати реалізації приватних інтересів, що конкурують у сфері громадянського суспільства. Взаємозв'язок громадянського суспільства і держави виявляється в тому, що чим більш розвинене громадянське суспільство, тим менш помітною є роль держави.

Тому нерозвиненість громадянського суспільства зумовлює надмірне посилення держави, котра поглинає суспільство. Закріплення в конституційних нормах основ громадянського суспільства юридично забезпечує його незалежність від держави, встановлює гарантії від незаконного втручання у справі суспільства, визначає форми і межі державного впливу на соціальні процеси.

Аналізуючи поняття громадянського суспільства, слід зазначити, що даний термін формувався і збагачувався поступово, з давніх віків. На сьогоднішній день такі вчені С.С. Алексєєв, В.Г. Гончаренко, О.С. Головащенко, С.О. Кириченко, М.П. Орзіх, Т.І. Ковальчук, К. Попер, В.Г. Коваленко, П.М. Рабінович, Ю.М. Тодика, Ю.С. Шемшуненко та інші зробили аналіз основоположних засад та ідей громадянського суспільства, що висвітлені у працях мислителів античності, досліджували розвиток даного явища та його трансформацію у стале поняття, на підставі проаналізованих основоположних засад і ідей, здійснити тлумачення громадянського суспільства. Тому завданням наступних досліджень є, подальший аналіз основоположних засад та

ідей громадянського суспільства, що висвітлені у працях мислителів античності, спроба дослідження розвитку ідеї даного явища та його трансформацію у стале поняття, на підставі проаналізованих основоположних засад і ідей, доктрин поняття громадянського суспільства навести перелік ознак сучасного громадянського суспільства, на підставі отриманих результатів здійснити спробу власного тлумачення громадянського суспільства.

Методи дослідження. В процесі роботи для вирішення поставленої проблеми були використані теоретичні методи дослідження: аналіз наукових джерел з проблеми дослідження, синтез, порівняння, узагальнення, а також і систематизація науково-теоретичних та методичних джерел.

Результати і обговорення. Мислителі Античності, Середньовіччя та Відродження ніби визначили в складному переплетенні економічних, політичних, соціальних та духовних відносин державно-організованого суспільства наявність громадянського суспільства. Вони зробили не завжди усвідомлені, але достатньо успішні спроби «розвести» державу і громадянське суспільство, показали сучасникам, що, крім держави, є щось самостійне, яке живе за своїми законами і не в усьому підвладне державі, тобто громадянське суспільство.

Уперше поняття «громадянське суспільство» застосував у назві своєї книги «Досвід історії громадянського суспільства» шотландський філософ, священник Адам Фергюсон. Громадянське суспільство для нього – це насамперед сфера публічної, соціальної активності людини. Сучасне йому англійське суспільство Фергюсон уважав цілком громадянським, але і йому як античному ладу може загрожувати розпад унаслідок відчуження деяких соціальних прошарків. Тому слід усіма силами зберігати свободу і державні інститути Великої Британії та підтримувати громадянську злагоду в суспільстві (Гелстон, 2005).

Представниками класичного розуміння сутності громадянського суспільства в історії соціально-політичної думки вважаються філософи Нового часу Т. Гоббс, Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, Ш. Л. Монтеск'є та ін.

У працях Локка, Гоббса, Монтеск'є, Руссо, Канта, Гегеля й багатьох інших представників класичної філософської традиції громадянське суспільство всебічно аналізується на рівні філософсько-теоретичних конструктів.

Помітно поглибив уявлення про громадянське суспільство Іммануїл Кант. Його підхід до тлумачення сутності громадянського суспільства є більш діалектичним. Розглядаючи суперечливі якості людської натури: незлагодність, пихатість, жагу до об'єднання і у той же час прагнення згоди, Кант доходить висновку про те, що головний шлях поєднання свободи кожного зі свободою інших – формування громадянського суспільства. За Кантом, громадянське суспільство засноване на таких апіорних принципах: свобода члена суспільства як людини; рівність його з іншими як підданого; самостійність члена суспільства як громадянина (*Концепція удосконалення діалогу громадянського суспільства*, 2015, с. 116).

Георг Вільгельм Фрідріх Гегель під громадянським суспільством мав на увазі відносно незалежну від держави сукупність окремих індивідів, класів, груп та інститутів, взаємозв'язок яких регулюється цивільним правом. Він показав, що громадянське суспільство сформувалося в результаті історичної трансформації всього суспільного життя, тривалого діалектичного руху від сім'ї до держави. Соціум, що утворився в результаті цієї генези, включає приватновласницькі відносини, ринкову економіку, соціальні групи, інститути, що забезпечують життєздатність суспільства і реалізацію громадських прав. На відміну від багатьох своїх попередників Гегель розглядав громадянське суспільство і державу як самостійні інституції. Громадянське суспільство існує не в державі, а поряд із нею (Берченко, 2006). Розвиток громадянського суспільства передбачає наявність держави як його підстави.

Разом із сім'єю громадянське суспільство складає базис і спосіб існування держави. У державі репрезентована загальна воля громадян, громадянське ж суспільство – це сфера реалізації особливих, приватних інтересів окремих індивідів. До державної

сфери Гегель відносив урядову владу, адміністрацію, до сфери громадянського суспільства – поліцейську і судову владу. Він визнавав примат держави над громадянським суспільством.

Держава, на його думку, як більш високоорганізована органічна цілісність виступає ніби гарантом дійсної свободи громадянського суспільства і представляє суспільство в його єдності. Найважливішими принципами, на базі яких функціонує громадянське суспільство, Гегель уважав власність, особисту свободу, загальнообізнаність, поінформованість, вільно сформовану громадську думку, справедливість і суворе дотримання законів. Сильне правове підґрунтя, правосуддя та засоби ефективного функціонування законів – необхідні передумови формування громадянського суспільства.

Класики марксизму відмовились навіть від самого терміна «громадянське суспільство», а суспільну формацію тлумачили як сукупність виробничих відносин. У повному вигляді цей підхід виявився вже в рамках «марксистсько-ленінської філософії», коли було відмовлено такому громадянському суспільству в праві на подальше існування разом з класовою державою. Фактично ж на зміну комплексу «держава — громадянське суспільство» в колишньому СРСР, наприклад, прийшла тоталітарна або близька до неї псевдосоціалістична держава, підім'явши під себе незалежні громадські структури, яка контролювала всі сторони суспільного, а також особисте життя людини. Відповідно і в суспільній науці радянського періоду дослідження поняття «громадянське суспільство» практично були відсутні (Банчук, 2003)/

Наприкінці XIX – на початку XX ст. з'являються концепції, в яких громадянське суспільство розглядається як форма соціальної інтеграції людей. Подібну точку зору відстоював французький соціолог Е. Дюркгейм. Він використовував поняття громадянського суспільства (*societe civile*) і розглядав його крізь проблему солідарності.

Для сучасного суспільства, за Дюркгеймом, однаково важливий як індивідуалізм, так і колективна свідомість, колективні спільні цінності, визнання взаємних зобов'язань. Він вважав, що

профспілкові, професійні об'єднання, церковні, регіональні центри спроможні залучити своїх членів до нового типу солідарності, головною моральною цінністю якої є індивід (Берченко, 2006).

Не обходили увагою проблему громадянського суспільства і українські суспільствознавці. М. Драгоманов, І. Франко, М. Грушевський, Б. Кістяківський, В. Липинський, М. Шаповал присвячують свої твори теорії громад та громадського життя. У розроблений М. Драгомановим конституції «Вільна Спілка» досягнення національних інтересів України вбачається в здобутті політичної свободи та розвитку місцевого самоврядування. Як інтегральний вираз нової системи стосунків між суспільством і майбутньою державою М. Драгоманов розглядав як найповніше забезпечення прав людини і громадянина, особливо у сфері забезпечення національних прав.

Один із фундаторів української політичної науки В. Липинський вважав, що громадянське суспільство – це люди певної території, які не живуть за рахунок виконання державних функцій і не в змозі безпосередньо здійснювати свої бажання, застосовуючи силу фізичного примусу. Але громадянство – це резервуар сил, який перебуває у стані вічного руху вперед, вічної не рівноваги у боротьбі за владу. А держава як політична організація людей має схильність до боротьби з поступом до творення твердих, непорушних форм. На думку дослідника, взаємовідносини громадянського суспільства і держави визначає закон, засадничим стосовно якого є взаємне обмеження права сильніших правом слабших, і навпаки. Коли держава поневолює громадянське суспільство, тоді «нищиться» закон, оскільки право сильніших не обмежене правом слабших. У такій державі панує беззаконня («Політологічний енциклопедичний словник», 2004, с. 736).

За багатовікову історію розвитку концепції громадянського суспільства, аж до сучасних його досліджень, розроблялись різноманітні аспекти громадянського суспільства і держави, їхні характеристики і взаємовідносини. Американські вчені Е. Арато й Дж. Коен розрізняють громадянське суспільство як процес, або рух, і як

інституцію. У першому випадку аналізується громадянське суспільство в процесі становлення, у другому – сформоване, інституційоване громадянське суспільство. Тут розуміються неформальні суспільні зв'язки й стосунки і більш усталені, формалізовані та інституційовані структури громадянського суспільства. Характеризуючи базові засади суспільного розвитку, вони вказують на доцільність виокремлення: економічного суспільства, основою якого є форми власності й суто економічні об'єднання; політичне суспільство, основою якого є публічна політика, виборче право і політичні партії; громадянське суспільство яке базується на праві вільного спілкування, на громадських об'єднаннях і рухах із фундаментальними правами (вільне висловлення думок, вільна преса, недоторканість особи тощо) (Банчук, 2003).

З даної класифікації випливає логічне твердження, що взаємодія громадянського суспільства та держави відбувається на трьох рівнях: економічному, політичному та соціальному.

Громадянське суспільство і держава перебувають у складній інверсії і взаємно доповнюють одне одного. В реальному житті спостерігається три суперечливі варіанти взаємовідносин громадянське суспільство і держави.

Перший. Громадянське суспільство придушується державою, як наслідок виникає тоталітарний режим. Тоталітарний режим – це державно-політичний устрій суспільства, основою якого є сильна харизматична особистість, повний (тотальний) контроль партії над політичною, економічною, соціальною і духовною сферами життя суспільства.

Другий. Існує хитка рівновага між громадянським суспільством і державою, і тоді виникають авторитарні режими різного ступеня жорсткості.

Авторитарний режим - державно-політичний устрій суспільства, при якому носієм влади є одна людина або група людей; режим спирається на силу або за необхідності може продемонструвати її наявність. Авторитаризм є перехідним етапом від тоталітаризму до демократії і за відповідних умов може вивести суспільство з економічної кризи, сприяти розвитку

демократії, формуванню правової держави та громадянського суспільства.

Третій. Держава виконує волю громадянського суспільства, діє в рамках права як правова держава. Демократичний режим – це такий державно-політичний устрій, за якого в суспільстві управлінські функції виходять з основного принципу: народ є джерелом влади. Тільки в умовах демократії держава визнає громадянське суспільство повноправним партнером (Скрипнюк, 2006, с. 366).

Фактично саме поняття демократії передбачає такий спосіб реалізації влади, коли основна функція щодо її здійснення і водночас контролю за нею належить не натовпу, а певним чином організованому народу, чи точніше – самоорганізованому народу. При цьому вирішальну роль відіграє не так фактор розмежування між державою та суспільством, як показник можливостей їх ефективної взаємодії, коли одним з основних критеріїв ефективності державної влади.

У випадку ж перехідних процесів ефективність демократії з погляду громадянського суспільства може бути визначена завдяки таким трьом критеріям: а) рівень гарантованості безпеки громадян, б) антикриміногенний чинник та в) її корисність для суспільства, рівень її сприяння піднесенню добробуту громадян. На жаль, як доводить В. Скиба, за всіма трьома вищенаведеними критеріями «українська демократія дає ось вже довготривалий період, який розтягнувся на роки, стійку соціальну рефлексію зі знаком «мінус» (“Політологічний енциклопедичний словник”, 2004, с. 736).

Громадянське суспільство виступає не так своєрідним додатком до демократії, як її умовою, а зв'язок цих двох понять виявляє свою внутрішню необхідність. Недарма було висунуто тезу, що реальна демократія завжди здійснюється через структури громадянського суспільства, які формулюють і вирішують важливі для громадян питання. Хоча в цьому разі можна стверджувати лише про те, що демократія можлива тільки на ґрунті громадянського суспільства, але зовсім не завжди громадянське суспільство породжує демократію чи виступає гарантією

демократичності політичного режиму (Кресіна, & Полішкарлова, 2002).

Спочатку термін громадянське суспільство (Civil society) використовувався для розмежування суспільства та держави. Тепер він став означенням організацій та інститутів соціального порядку, що відносно незалежні від держави.

Держава ототожнюється з правовим і інституціональним апаратом, у той час як громадянське суспільство являє собою моделі різних об'єднань (групи за інтересами, професійні союзи).

За найбільш широке, усереднене визначення слід вважати таке: «Громадянське суспільство – це сукупність структур, за допомогою яких будь-яка людина розпочинає суспільно значимі дії без участі держави».

Тобто, в основі становлення громадянського суспільства лежать актуальні життєві потреби та інтереси людини, і саме на основі єдності останніх та проблем їхньої реалізації індивіди утворюють ті чи інші громадські об'єднання. Таким чином, громадянське суспільство відображає встановлення соціального зв'язку між індивідами.

Громадянське суспільство – це єдність двох головних складових еволюції людської цивілізації у постійній динаміці їхнього взаємовпливу та розвитку – економічної та політико - правової. У ролі першої виступає право на приватну власність, у ролі другої – правова, позбавлена юридичного позитивізму законодабезпеченість вирішення політико-правових питань у налагодженні соціального діалогу між владою та населенням за допомогою партій, профспілок, професійних та соціально-демографічних груп населення. Визначаючи поняття «громадянське суспільство» на перший план можуть виступати такі його сутнісні риси як «сукупність індивідів», «неодержавлені суспільні відносини», «реалізація прав та свобод людини» тощо. Однак при аналізі громадянського суспільства найбільш обґрунтованим буде наголошування на його інституціональній характеристиці.

Отже, громадянське суспільство – це сукупність громадських інститутів, які сформовані на добровільній основі, діють на самоврядних засадах у межах Конституції та

законів, за посередництвом яких індивіди вільно реалізують свої основні природні права і свободи.

Громадянське суспільство – це система відносин між громадянами, закріпленими у відносинах певних спільностей людей, які мають різний вимір: соціально-демографічний, політичний, економічний, конфесійний тощо. Громадянське суспільство відображає якісно-історичні характеристики суспільства, набуті лише на певному етапі його розвитку.

Поступальний розвиток соціуму приводить до його диференціації, виокремлення сфери управління як окремої галузі суспільної діяльності. Держава поступово передає, а інститути громадянського суспільства відповідно перебирають на себе повноваження у контролі над людинотворчими сферами соціальної життєдіяльності.

В результаті завдяки розвитку інститутів громадянського суспільства позбавляється державного втручання і сфера виробництва, що відтепер значною мірою засновується в Україні на приватній власності та комерційних інтересах.

Ідейному забезпеченню зазначеного процесу підпорядковані: а) концепція індивідуалізму, у якій людина розглядається як першооснова суспільного та політичного устрою, найвища соціальна цінність; б) принцип непорушності права приватної власності; в) ідея місцевого самоврядування, що передбачає диференціацію й відносну автономію організації та здійснення різних форм публічної влади.

Саме на цих засадах можна відокремити державу від суспільства, розгледіти її як специфічне соціальне явище або особливий політичний інститут, котрий виконує функції інструменту життєзабезпечення громади. І це дозволяє визначити реальні можливості державно-владного впливу на суспільні відносини та ступінь його ефективності, забезпечити підконтрольність державних інститутів суспільству в умовах сучасної України.

Слід також підкреслити, що поняття громадянського суспільства найбільш адекватно співвідноситься з поняттям саме правової, соціальної держави, оскільки обидва терміни відбивають найважливіші

характеристики та невід'ємні сторони сучасної демократії.

Громадянське суспільство формується історично, відображає певні якісні характеристики суспільства, набуті лише на певному етапі його розвитку. Поступальний розвиток соціальних форм життєдіяльності приводить до їх диференціації, виокремлення сфери управління як окремої галузі суспільної діяльності. Держава поступово передає, а інститути громадянського суспільства відповідно перебирають на себе повноваження щодо контролю над певними сферами соціальної життєдіяльності (Резнік, 2002).

Насамперед, завдяки розвитку інститутів громадянського суспільства позбавляється державного втручання сфера виробництва, що відтепер значною мірою засновується в Україні на приватній власності і комерційних інтересах. Саме на цих засадах можливо відокремити державу від суспільства, розглядати її як специфічне соціальне явище або особливий політичний інститут, котрий виконує функції обслуговування суспільства. І це дає нам змогу визначити реальні можливості державно-владного впливу на суспільні відносини та ступінь його ефективності, забезпечити підконтрольність державних інститутів суспільству.

Треба також визнати, що громадянське суспільство опредмечується у відповідних громадянських інститутах, має власний устрій, зовнішню форму свого існування у вигляді різноманітних за своїм конкретним спрямуванням об'єднань індивідів.

Серед цих інститутів – сім'я, церква, об'єднання за інтересами, профспілки, органи громадської самодіяльності, громадські організації, політичні партії, недержавні засоби масової інформації.

Головною ознакою цих інститутів є те, що вони утворюються не державою, а самими індивідами, і тому їх реальне функціонування є показником громадської зрілості суспільства, усвідомлення ним своїх власних потреб, рівня його самосвідомості.

Серед інститутів громадянського суспільства слід виокремити політичні партії та рухи, оскільки вони виступають своєрідною «перехідною ланкою» від інтересів громадянського суспільства до здійснення державної влади. З одного боку,

діяльність політичних партій спрямована на сферу громадянського суспільства, звідки акумулюються політичні настрої та сподівання населення, а з іншої — на здобуття державної влади і важелів управління в загальнонаціональному масштабі для здійснення політичних настанов та програм, що стосується відтепер безпосередньо проблематики функціонування політичної системи.

Громадянське суспільство і держава – це не будинок, і «побудувати» їх не можна, принаймні, у тому сенсі, як це розумілося декілька десятків років тому, щодо поняття «будівництво комунізму або соціалізму». Тут можна говорити тільки про створення максимум умов соціально-економічного, політико-правового і культурно ідеологічного середовища для їхнього поступового становлення (Загородній, 2004).

А такий процес, у свою чергу, починається саме реальним забезпеченням усієї сукупності громадянських прав людини з боку держави, що знаходиться під контролем суспільства.

Володіючи громадянськими правами і політичними свободами, людина спроможна самостійно зайняти в суспільстві те положення, яке вона заслуговує і яке найбільшою мірою відповідає обсягу і якості реалізованого особистісного потенціалу.

Дотримання громадянських прав людини виступає не тільки головним принципом взаємовідносин між суспільством і державою. Широта і реальність цих прав, власне кажучи, і піднімає той або інший соціум до оцінки, що дозволяє розглядати суспільство як громадянське, а державу як правову. При цьому у взаємовідносинах останніх складається механізм розширеного відтворення соціокультурного і політико-економічного середовища, яке, у свою чергу, через реалізацію громадянських прав і свобод формує людину у всіх її вимірах – як індивіда, особистість, громадянина.

Суто теоретично логічна послідовність начебто б цілком зрозуміла. Держава похідна від суспільства, але без нього немає юридично зафіксованих прав і правових відносин усіх рівнів. Без прав людини і її правових відносин з іншими людьми не

може бути громадянина, без громадянина, отже, не може бути громадянського суспільства. А без громадянського суспільства, де права людини не тільки гарантовані державою, але й обмежують собою і своєю широтою його повноваження, не може бути і правової держави. Громадянськість і державність, таким чином, виступають як взаємозалежні поняття.

Взаємовідносини між суспільством, що рухається до звання громадянського, і держави, що претендує на статус правової, покликані забезпечувати:

- для людини – утвердження її самоцінності в діапазоні від суспільної думки до предметних правових норм, створення достатньої законодавчої основи для реалізації політичної свободи, соціальних гарантій і справедливості, для захисту від державно-чиновницької сваволі і соціальної стихії;

- для суспільства – рівну правову захищеність усіх його соціальних прошарків із боку держави, безумовну перевагу основ, що консолідують у громадському житті його безконфліктність, структурованість і політичну упорядкованість (усі суперечки вирішуються в рамках прийнятих законів), режим громадянського миру і злагоди, загальний захист суспільства як цілісного, соціально диференційованого, саморегулюючого організму від негативного впливу зовнішніх чинників і, нарешті, контроль суспільства над державою, прозорість і підзвітність діяльності його структур;

- для держави – адекватне втілення прав людини в юридичні норми і в механізми захисту цих прав, що виключає політичний волюнтаризм владних структур, соціальну і національну дискримінацію, панування права в усіх сферах життя, формування оптимальної, самодостатньої системи державно-політичних інститутів, створення умов для продуктивної законотворчої діяльності, результати якої відповідають інтересам людини і втілюються в повсякденному житті через потужний виконавчий механізм, ефективний поділ усіх гілок влади.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, питання про співвідношення суспільних і державних

основ у розвитку цивілізації, її соціальних і політичних регуляторів виступає одним із корінних при визначенні характеру, спрямованості і темпів соціального прогресу, а також структури і характеру взаємодії політичних інститутів з інститутами громадянськими. Узгоджене соціально-моральне і політико-правове вирішення цього протиріччя через політичне регулювання ринку саме і складає концептуальну основу правової, соціальної держави, що відповідає демократичним і гуманістичним принципам удосконалювання суспільної людини і соціуму.

Магістральний шлях розвитку європейської цивілізації проходить через трансформацію держави монополіста, яка знаходиться над людиною і суспільством із його інститутами, у політичний інструмент їхнього захисту, обслуговування і розвитку. Варто пам'ятати, що високорозвинене громадянське суспільство припускає сильну правову державу, причому сильну правами й обов'язками своїх громадян, а також повнотою своєї відповідальності перед ними.

Отже, взаємодія, взаємовплив і взаємозв'язок демократичної, правової, соціальної держави і громадянського суспільства відбувається безперервно, оскільки вони становлять цілісний організм, хоча громадянське суспільство як категорія логічно й історично передуює соціальній державі, але не породжує її автоматично.

Одного разу виникнувши, соціальна держава активно перетворює громадянське суспільство на новій соціальній основі, хоча і позбавляє її деякої спонтанності, але не може позбавити інституційної незалежності, тому що це не дозволяє демократична і правова природа соціальної держави. У будь-якому суспільстві має бути вільна співпраця між усіма секторами державним, недержавним, підприємницьким та науковим, оскільки пов'язаний із цим діалог створює всім секторам можливості для конструктивного розвитку демократії та політико-правових засад соціальної, правової держави

Тому лише в розвиненому громадянському суспільстві виникає необхідність у конституційній державі, яка не тільки формально визнає, але й реально

забезпечує права і свободи людини та громадянина. Громадянське суспільство і правова держава зумовлюють одне одного.

Подальше дослідження даної проблеми потребує більш предметного з'ясування теперішнього стану громадянського суспільства, змісту новацій,

покликаних утвердити нову якість політичних комунікацій між громадянином та публічною владою, а також виявлення засобів, спроможних сприяти формуванню середнього класу та нової політичної культури.

Список використаних джерел:

1. Банчук М. (2003). Громадянське суспільство в Україні: поняття і реальність // Людина і політика. № 1. с. 42-49.
2. Берченко Г. (2006). Громадянське суспільство: критерії та сучасне становище в Україні // Кроки до громадянського суспільства. Постмайданове громадянське суспільство України: уроки для країни та світу: Наук. альманах / За ред. В.П. Рубцова, А.В. Шестакової, В.О. Рябенка. К. : Укр. всесвіт. корд. рада, С. 161-168.
3. Гелстон В. А. (2005). Громадянське суспільство й „мистецтво об'єднань” // Демократія : Антологія / Упоряд. О. Проценко. К. : Смолоскип, XXVIII+1108 с. “Політичні цінності”. Вип. 1. С. 861–866.
4. Загородній Ю. (2004). Дослідження громадянського суспільства: модель нормативних досягнень // Політичний менеджмент. № 3 (6). С. 10-19.
5. Концепція удосконалення діалогу громадянського суспільства, особи та держави в контексті забезпечення та захисту прав людини в Україні/ Ю. С. Шемшученко, Н. М. Оніщенко, Н. М. Пархоменко та ін. К. : Інститут держави і права ім. В. М. Корецького НАН України, 2015. 116 с.
6. Кресіна І., Полішкарова О. (2002). Громадянське суспільство: Відокремити зерна від половини // Віче. № 4 (121). с. 26
7. Національна стратегія сприяння розвитку громадянського суспільства в Україні на 2016–2020 роки затверджена Указом Президента України від 26 лютого 2016 року №68/2016 “Про сприяння розвитку громадянського суспільства в Україні” // Офіційний сайт Верховної Ради України. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/68/2016/print1469195200458068>.
8. Політологічний енциклопедичний словник / Упорядн. В.П. Горбатенко; За ред.Ю.С. Шемшученка, В.Д. Бабкіна, В.П. Горбатенка. 27е вид., доп. і перероб. К. : Генеза, 2004. 736 с.
9. Резнік О. (2002). Особистість і громадянське суспільство: досвід теоретичного осмислення //Соціологія: теорія, методи, маркетинг. № 3. С. 68–79.
10. Сабанадзе Ю. В. (2009). Групи інтересів у перехідних суспільствах: [монографія] / Ю. В. Сабанадзе. К. : Логос, 208 с.
11. Скрипнюк О. (2006). Демократія: Україна і світовий вимір. К., с. 366

References

1. Banchuk, M. (2003). Hromadianske suspilstvo v Ukraini: poniattia i realnist [Civil society in Ukraine: concept and reality] // Liudyna i polityka. № 1. 42-49 (in Ukrainian).
2. Berchenko, H. (2006). Hromadianske suspilstvo: kryterii ta suchasne stanovyshche v Ukraini // Kroky do hromadianskoho suspilstva. Postmaidanove hromadianske suspilstvo Ukrainy: uroky dlia krainy ta svitu [Civil society: criteria and current situation in Ukraine // Steps to civil society. Post-Maidan civil society of Ukraine: lessons for the country and the world] : Nauk. almanakh / Za red. V.P. Rubtsova, A.V. Shestakovoi, V.O. Riabenka. K. : Ukr. vsvit. kord. rada. 161-168 (in Ukrainian).
3. Helston, V. A. (2005). Hromadianske suspilstvo y „mystetstvo obiednan” [Civil society and the "art of associations"] // Demokratiia : Antolohiia / Uporiad. O. Protsenko. K. : Smoloskyp. XXVIII+1108 s. “Politychni tsinnosti”. Vyp. 1. 861-866 (in Ukrainian).
4. Zahorodnii, Yu. (2004). Doslidzhennia hromadianskoho suspilstva: model normatyvnykh dosiahnen [Civil society research: a model of normative achievements] // Politychnyi menedzhment. № 3 (6). 10-19 (in Ukrainian).
5. Kontseptsiiia udoskonalennia dialohu hromadianskoho suspilstva, osoby ta derzhavy v konteksti zabezpechennia ta zakhystu prav liudyny v Ukraini [The concept of improving the dialogue of civil society, individuals and the state in the context of ensuring and protecting human rights in Ukraine] / Yu. S. Shemshuchenko, N. M. Onishchenko, N. M. Parkhomenko ta in. K. : Instytut derzhavy i prava im. V. M. Koretskoho NAN Ukrainy, 2015. 116 s.
6. Kresina I., Polishkarova O. (2002). Hromadianske suspilstvo: Vidokremty zerna vid polovy Civil society: Separating the wheat from the chaff] // Viche. № 4 (121). 26 (in Ukrainian).
7. Natsionalna stratehiia spryiannia rozvytku hromadianskoho suspilstva v Ukraini na 2016-2020 roky [National strategy for promoting the development of civil society in Ukraine for 2016–2020] zatverdzhena

Ukazom Prezidenta Ukrainy vid 26.02.2016 №68/2016 “Pro spriannia rozvytku hromadianskoho suspilstva v Ukraini” // Ofitsiyni sait Verkhovnoi Rady Ukrainy. [Elektronnyi resurs]. Rezhym dostupu: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/68/2016/print1469195200458068> (in Ukrainian).

8. Politolohichni entsyklopedychnyi slovnyk [Political science encyclopedic dictionary] / Uporiadn. V.P. Horbatenko; Za red.lu.S. Shemshuchenka, V.D. Babkina, V.P. Horbatenka. 27e vyd., dop. i pererob. K. : Heneza, 2004. 736 s. (in Ukrainian).

9. Reznik, O. (2002) Osobystist i hromadianske suspilstvo: dosvid teoretychnoho osmyslennia [Personality and civil society: experience of theoretical understanding] //Sotsiologhiia: teoriia, metody, marketynh. № 3. 68-79 (in Ukrainian).

10. Sabanadze, Yu. V. (2009) Hrupy interesiv u perekhidnykh suspilstvakh: [monohrafiia] [Interest groups in transitional societies: [monograph]] / Yu. V. Sabanadze. K. : Lohos. 208 (in Ukrainian).

11. Skrypniuk, O. (2006) Demokratii: Ukraina i svitovyi vymir. [Democracy: Ukraine and the global dimension.] K. 366 (in Ukrainian).

Summary

CIVIL SOCIETY AND THE NATION STATE IN UKRAINE

Filipov V. PhD in History, Associate Professor
National Defence University of Ukraine

Bohaichuk V. Candidate of Political Science,
Associate Professor of the Department of Social
Communication and Public Diplomacy
National Defence University of Ukraine

Introduction. The issue of the formation and development of civil society is, without exaggeration, one of the most controversial and most researched in modern humanitarian science and practice. In addition, the concept of "civil society" is one of the most commonly used among representatives of the political and governmental circles both in Ukraine and abroad.

Purpose. To examine the content of civil society development, to assess on this basis the domestic practice in terms of the need, limits and means of state participation in the development of civil society, as well as to consider the contradictory views on civil society and its development, and to make certain proposals on the prospects for the development of civil society and the participation of the Ukrainian state in promoting this development.

Originality. The development of a democratic, law-based and social state in Ukraine is linked to the formation of civil society. The establishment of civil society institutions and the development of democracy in the country are closely interrelated: the more developed civil society is, the more democratic the state is. The prerequisites for the development of civil society are the emergence of economic independence among citizens with a variety of forms of ownership and the growth of the status of the human personality.

Conclusion. The main path of development of European civilisation is through the transformation of the monopoly state, which is above the individual and society with its institutions, into a political instrument for their protection, service and development. It is worth remembering that a highly developed civil society presupposes a strong rule of law, and a strong state with rights and obligations of its citizens, as well as the fullness of its responsibility to them.

Thus, the interaction, mutual influence and interconnection of the democratic, legal, welfare state and civil society is continuous, as they constitute an integral organism, although civil society as a category logically and historically precedes the welfare state, but does not automatically generate it.

Keywords: civil society, state, nation-state, independence, political society, political parties, socio-political thought, social and state foundations, human, Ukrainian nation.

Концептуалізація – Філіпов В. К.

Методика – Богайчук В. Ж.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 23.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 06.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**СПЕЦИФІКА ЗАСТОСУВАННЯ ТРЕНІНГІВ ЩОДО МОЛОДИХ ЮРИСТІВ З
МЕТОЮ ФОРМУВАННЯ ПРАВОСВІДОМИХ УСТРЕМЛІНЬ**

Хлонь О. М. кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри філософії та психології
Київський університет інтелектуальної
власності та права Національного університету
«Одеська юридична академія»
<https://orcid.org/0000-0001-9733-8531>

Визначення особливостей та специфіки застосування таких ефективних засобів підготовки майбутніх юристів, як психологічні тренінги для формування правосвідомих устремлінь та в цілому підвищення морально-психологічного рівня є важливою темою для дослідження.

Під професійно-психологічною підготовкою варто розуміти комплекс навчально-виховних заходів, які взаємопов'язані між собою та направлені на розвиток та формування у осіб, що навчаються необхідної компетентності та професійно-психологічної готовності щодо ефективного виконання функцій у сфері правоохоронної діяльності.

Базовим методологічним принципом тренінгу є вплив на поведінкову, мотиваційну, інтелектуальну та поведінкову сферу осіб залучених до тренінгу, а також вирішення поставлених перед учасником тренінгу завдань через залучення психоемоційної сфери із допомогою формування умов в яких можливе отримання чуттєво практичного досвіду та вирішення на підставі цього як професійних та соціально-рольових так і суто психологічних проблем осіб, які беруть участь у тренінгу.

Ключові слова: правосвідомість; тренінг; психологічно професійна підготовка; методи підготовки; молоді юристи.

Вступ. Формування правосвідомих устремлінь в контексті професійно-психологічної підготовки молодих юристів складна та актуальна тема, яка постійно викликала підвищений інтерес з боку науковців та професорсько-викладацького складу. Відповідна підготовка, це перш за все комплексні заходи, що формують чітку систему обов'язкових елементів, спрямованих на побудову цілісної особистості юриста, враховуючи індивідуальні особливості та специфіку майбутньої професії.

Можливість приступати до виконання професійних обов'язків без належної комплексної підготовки деяким категоріям юристів, наприклад тим, чия діяльність може бути спрямована на виконання завдань правоохоронної діяльності, являється дією не лише недоцільною, але в ряді випадків і небезпечною, як для самого працівника, так і для осіб, з якими він може взаємодіяти. Подібні прецеденти можливі лише, як виняток у випадках гострого кадрового голоду, відсутності належної системи професійного відбору або критичного дефіциту часу. Розвиток науки і техніки,

сучасні технології та методики професійного відбору та кадрового супроводження обумовлюють той факт, що відповідні поодинокі випадки являються радше виключенням і не є критичними для зниження загального рівня професійно-психологічної підготовленості молодих людей, які вирішили обрати професію пов'язану із фахом юриста. Належна, ефективна та своєчасна підготовка стає все більш і більш дієвою. Кадровий склад при її проходженні максимально готовий до дій як у звичайних, так в умовах екстремальних ситуацій, при умові надмірних навантажень, коли навіть найбільш компетентні особи не застраховані від помилок. В той же час процеси та алгоритми вдосконалення подібних заходів ще не достатньо опрацьована у теоретичному та практичному аспектах. Це обумовлює необхідність проведення всебічних досліджень, які б допомогли вирішити дану проблему, що і викликало необхідність роботи над відповідною тематикою.

Теоретичне підґрунтя. Проблематика підвищення професійно-психологічної підготовки юристів завжди викликала

значну зацікавленість серед науковців та вчених. Важливі напрацювання в цій сфері здійснили такі вчені, як В. Г. Андросюк, О. М. Бандурка, Л. І. Казміренко, В. О. Лефтеров, О. В. Тімченко, Г. О. Юхновець, М. А. Чуносів (Андросюк В. Г., Казміренко Л. І. & Юхновець Г. О., 1999; Андросюк В. Г., 1999; Бандурка О. М., 2005; Лефтеров В. О., 2002; О. В. Тімченко, 2007; Чуносів М. А. 2004) та ін. Втім не зважаючи на суттєві наукові напрацювання, дана тема все ще потребує серйозного дослідження та більш ретельної розробки, враховуючи актуальність та складність проблематики, що вивчається.

Важливим на цьому етапі є встановлення сутності феномену професійно-психологічної підготовки та визначення основних її характеристик.

Отже **метою** статті є визначення особливостей та специфіки застосування таких важливих та ефективних засобів підготовки майбутніх юристів, як психологічні тренінги для формування правосвідомих устремлінь та в цілому підвищення морально-психологічного рівня.

Методи дослідження. Методологію дослідження становлять комплекс теоретичних та емпіричних методів зокрема таких як метод аналізу, метод синтезу, метод узагальнення, метод аналогії, метод класифікації, порівняльний метод.

На думку О.М. Цільмак та С.І. Яковенко під професійно-психологічною підготовкою варто розуміти комплекс навчально-виховних заходів, які взаємопов'язані між собою та направлені на розвиток та формування у осіб, що навчаються необхідної компетентності та професійно-психологічної готовності щодо ефективного виконання функцій у сфері правоохоронної діяльності. (Цільмак О.М. & Яковенко С.І., 2012).

Результати і обговорення. Відомчий наказ Національної поліції від 6 лютого 2019 року № 88 «Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських» вказує на те, що мета психологічної

підготовки може полягати у формуванні: умінь точно оцінки свого психологічного стану та настрою, ступеня психоемоційного напруження при вирішенні завдань високої складності, застосування методів та прийомів психологічної саморегуляції з метою формування стійкості до стресових факторів, забезпечення безпеки особи в особливих умовах діяльності та звичайному житті, опанування прийомів ефективної комунікації, психологічна допомога постраждалим при виникненні надзвичайних ситуацій. (Наказ МВС України № 88 від 06.02.2019).

Методами відповідної підготовки можуть бути наприклад: словесно-наочні, словесні, практичні та інші. Також можуть використовуватися методи фокальних об'єктів, кейсів, брейнстормінгу, інверсії, ключових запитань, вправ та тренувань, критичних ситуацій, стресового впливу тощо. (Фіцула М. М., 2007; Барко В. І., 2007; Бандурка О. М., 2005).

Враховуючи необхідність в процесі проведення професійної психологічної підготовки з акцентом на формування правосвідомих устремлінь у молодих юристів використовувати увесь комплекс методів навчання в процесі детального аналізу нами представлено системну класифікацію таких методів та визначено такі їх види:

Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності. Класифікуються за джерелами сприймання та передачі інформації на: наочні, практичні, словесні (інформаційні). (Чужикова В. Г., 2009).

До наочних слід віднести методи ілюстрування (зокрема презентація, наочні матеріали у вигляді плакатів, картин, настінних матеріалів, у випадку використання раритетних матеріалів можуть використовуватися діапозитив або кодові зображення); методи демонстрування (зокрема фільми, ролики, підкасти, комп'ютерна демонстрація із використанням комп'ютерної графіки, голограми, он-лайн трансляції, рухомі моделі, а в деяких випадках раритетні телепередачі чи кінофільми); наочні покази (зокрема наочні приклади виконання певних дій наприклад, як правильно заповнювати

бланк, протокол; правильне виконання різних видів аналізу; виконання окремих операцій тощо.); методи спостереження як безпосереднього, так і опосередкованого.

До практичних методів слід віднести: метод проектів (практико-орієнтований, дослідницький, інформаційний-міжпредметний, монопроект); метод організованих стратегій, метод карикатур і коміксів, метод психологічного театру, метод масок. (Чужикова В. Г., 2009).

До словесних (інформаційних) відносяться монологічні (проведення в процесі тренінгів лекцій, пояснень, розповідей, перед застосуванням ряду засобів чи обладнання обов'язковим є проведення інструктажів) та діалогічні (дискусія, диспут, бесіда, інтерактивна взаємодія, семінар, змінні пари, бінарні заняття, вправи з обговоренням зокрема робота з книгою тощо). (Чужикова В. Г., 2009).

Проблемно-пошукові методи. Класифікуються за характером пізнавальної діяльності на: репродуктивні (включаючи побудову графіків, діаграм, розв'язування завдань різного роду складності); частково-пошукові (курсове проектування та виконання лабораторних робіт); методи проблемного викладання (де поєднується словесна інформація з проблемністю); дослідницькі (входять дипломне проектування та наукова робота); евристичні (наприклад евристична бесіда); пояснювально-ілюстративні та експеримент. (Фіцула М. М., 2007; Чужикова В. Г., 2009).

Логічні методи. Класифікуються за логікою сприймання та передачі навчальної інформації: зокрема такі, як методи дедукції, індукції, синтезу, аналізу, порівняння, узагальнення, систематизації, класифікації, абстрагування. (Чужикова В. Г., 2009).

Бінарні методи, (такі, що передбачають поєднання у собі декількох компонентів), можуть ще називатися інтегрованими або універсальними. Класифікуються за шляхами оволодіння матеріалом та формами організації навчального процесу на: класно-ілюстративний метод, класно-евристичний метод, класно-догматичний метод; лабораторно-ілюстративний метод, лабораторно-евристичний метод,

лабораторно-дослідницький метод; екскурсійно-евристичний, екскурсійно-ілюстративний метод, екскурсійно-дослідницький метод; виробничо-ілюстративний метод, виробничо-евристичний метод, виробничо-дослідницький метод. (Білер О. С., 2012).

Методи контролю. Можуть бути класифіковані в залежності від дидактичної мети та завдань на: метод оволодіння новими знаннями, метод формування вмінь та навичок, метод перевірки та оцінювання знань, умінь та навичок та метод закріплення навчального матеріалу.

До методів оволодіння новими знаннями, формування вмінь та навичок, перевірки та оцінювання знань відносяться: усні методи (фронтальні, індивідуальні); письмові (фронтальні, індивідуальні); програмовані (машинні, безмашинні); практичні, графічні, тестові, комбіновані, рейтингові, використання поурочного балу.

До методів закріплення навчального матеріалу відноситься: метод рецензування, метод самостійної роботи з осмислення, метод засвоєння нового матеріалу, метод самоконтролю, взаємного контролю та корекції, метод самокорекції, метод взаємної корекції в навчанні, метод взаємодії, метод практичних завдань, метод вправ та явищ, метод аналізу причин і наслідків подій, метод аналізу досвіду, метод роботи із застосування знань на практиці та вироблення вмінь та навичок, метод перевірки і оцінювання знань, навичок та умінь, метод рефлексії (куди входять самоаналіз та самооцінка), метод потреби і готовності фіксувати зміни свого стану та визначення причин такого стану, процедура фіксації свого розвитку та саморозвитку в педагогічному процесі. (Дегтярьова Г. С., Козяр М. М., Руденко Л. А. & Шиделко А. В.; 2013).

Методи стимулювання та мотивації навчально-пізнавальної діяльності. Класифікуються з точки зору цілісного підходу до активності в процесі навчання на: активні, імітаційні та ігрові.

До активних відносяться: методи колективної розумової діяльності, брейнстормінгу та мозкового штурму, метод фокальних об'єктів, метод кейсів, метод ключових запитань, метод інверсії,

пізнавальна суперечка, навчальна дискусія; (Барко В. І., 2007).

До імітаційних: індивідуальні імітаційні вправи, колективні імітаційні методи, інтерактивні методи, методи формування цікавості до навчання, метод аналізу виробничих ситуацій, метод вправ і тренувань, навчальні та імітаційні тренінги, метод критичних ситуацій, метод стресового впливу, метод імітаційних ігор. Метод імітаційних ігор в свою чергу поділяти ігри на: ділові, військові та дидактичні.

До ігрових методів відносяться: ділова гра, ігрове проектування, розігрування ролей. Ігрові методи в свою чергу можуть поділятися на ігри інтелектуальні, сенсорні та моторні. (Бандурка О. М., 2005).

Як бачимо перелік методів досить значний, що дозволяє обирати найбільш ефективні та доцільні методи для кожної конкретної навчальної ситуації.

Професійна підготовка має включати в себе формування: позитивної мотивації та в цілому мотивів навчальної діяльності; професійно важливих якостей, включаючи тих, що спрямовані на реалізацію комунікативних та пізнавальних функцій; умінь спрямованих на здійснення психологічної саморегуляції та нівелювання негативного впливу стрес-факторів в умовах професійної службової діяльності. (Наказ МВС України № 88 від 06.02.2019).

З цією метою може задіяти один з найбільш ефективних та перевірених засобів професійно-психологічної підготовки, такий як тренінг.

В процесі тренінгу доцільним для застосування є таких методів як: методу дельфі, методу вирішення проблемних ситуацій, кейс-методу (Case study), метод аналізу ситуацій, метод стимулювання творчої активності, методу проектів, ігрового методу, методу вправ та тренувань, метод стресового впливу, метод критичних ситуацій тощо. (Бандурка О. М., 2005).

Доречним під час тренінгу буде використання такі засобів навчання, як: лекторіїв, міні-лекцій, презентацій, демонстрацій, проблемно-орієнтованих дискусій, навчально-творчих завдань, творчих ситуацій, імітаційної діяльності, роботи в малих групах, тестувань, мозкових атак, розповідей, інструктажів, пояснень,

бесід, ділових ігор, створення колажів, практик заповнення бланків, аплікатурних форм, протоколів, схем, графічних матеріалів.

Технологіями, які можуть бути використаними в процесі тренінгів є: арт-технології, технології розвитку здатності до аналітичної діяльності, технології проблемного навчання, діалогові технології, технології конструювання, моделювання, проведення аналізу баз даних, реагування на учбові або змодельовані виробничі, професійні або соціально-рольові ситуації, технології виконання індивідуальних, ситуативних занять, самостійних, лабораторних робіт та вправ (Чужикова В. Г., 2009).

Даний вид професійно психологічної підготовки має низку переваг перед індивідуальним навчанням зокрема: більше ефективне саморозкриття, самодослідження та самопізнання зважаючи на специфічну атмосферу та умови тренінгової роботи; відтворення, аналіз та відпрацювання ситуацій, характерних для службової діяльності, що відбуваються в умовах фізичної та психологічної безпеки при проведенні тренінгу; отримання нових знань умінь та навичок поряд із експериментуванням, та відпрацюванням ефективних стратегій поведінки, примірювання на себе різних соціальних ролей відповідно до умов тренінгу.

За рахунок розширення творчого потенціалу ефективності опанування моделей поведінки, які надають можливість використати теорію на практиці у спеціально змодельованих ситуаціях, що обумовлює таке засвоєння матеріалу, яке характерне залученням особистого досвіду та врахуванням індивідуальних відмінностей, а також може бути освоєно працівником самостійно в результаті саморозвитку та самовдосконалення. (Барко В. І., 2002).

Крім всього іншого, висока активність осіб, що приймають участь у тренінгу обумовлюється такими факторами, як то групова форма поведінки, систематичність рефлексії, моделюванням ситуацій із життя та практичної діяльності. Це являється суттєвою перевагою такого виду навчання та обумовлює активізацію комунікативних,

вольових та інтелектуальних потенціалів, а також моделювання майбутнього і рефлексію минулого.

За визначенням видатних науковців, з яким на нашу думку варто погодитись тренінг може визначатися, як технологія навчання, що спрямована на використання активних методів роботи в групі, для розвитку і освоєння знань, умінь, навичок, якостей, здібностей та установок, які формують певну компетентність (Барко В. І. 2002).

В цілому ж психологічні тренінгові технології можна розглядати, як науково-обґрунтовану систему використання методів тренінгу з метою досягнення професійних та навчальних цілей, певна кількість індивідуально підібраних та цілеспрямованих вправ та тренувань, що обумовлюють розвиток професійних якостей особи та сприяють професійному і якісному виконанню завдань та функцій службової чи іншої спеціалізованої професійної або діяльності. (Курочка Т.З. & Клим О.Р., 2008). Існують такі види тренінгів: тренінг, що може бути сфокусований конкретно на індивідуальності (до таких тренінгів відносяться тренінги пам'яті, уваги, уяви, творчості, креативності тощо); тренінг, для якого бажаним є груповий характер, при цьому він не є обов'язковим (тренінг лідерства, формування команди, тренінг підвищення комунікативних навичок, соціологічний тренінг); тренінг, який включає в себе взаємодію особистості та групи (тренінг навчання навичкам роботи психолога, професійно орієнтовані тренінги тощо); тренінг спрямований на розвиток професійних знань умінь та навичок (тренінги продажу, освоєння специфічних професійних знань тощо); синтезований тренінг, що включає освоєння професійних та психологічних навичок, зокрема професійно психологічний тренінг (наприклад тренінг для слідчих та оперативних працівників «Комунікація-стрес-безпека» розроблений В.А. Лефтеровим та інші. (Мороз Л. І., 2005; Цільмак О. М., 2003, Андросюк В. Г., 2005).

Ефективність тренінгу залежить від наявності наступних умов:

а) тренінгу та його складові мають визначені та конкретно-сформульовані цілі. Такими цілями можуть бути: реалізація та розвиток особистісного потенціалу особистості з метою формування адекватної поведінки, набуття нових умінь та навичок тощо;

б) завдання сформульовані на основі професійної діяльності, відповідно до яких цей тренінг реалізується;

в) зміст засобів виконання завдань адекватний функціонально-предметному змісту професійної або соціально-рольової діяльності, що відображається в наближенні до вимог професій, соціально-рольових очікувань тощо;

г) забезпечення на належному рівні інформаційного, навчально-методичного та матеріального забезпечення тренінгу;

д) при розробці тренінгу активно використовуються аналіз науково-методичної літератури з вивчення характеристик проведення тренінгу, детально опрацьовуються питання підвищення ефективності, залучаються позитивні елементи проведення як вітчизняних, так і зарубіжних тренінгів;

е) вибір методів, засобів та прийомів проведення тренінгу відповідає вимогам ревалентності цілей та завдань тренінгу;

є) підсумки після проведення тренінгу загалом або фрагментів окремих сесій, дебрифінги результатів рівня досягнення цілей, загальної мети тренінгу тощо;

ж) механізм самоконтролю та контролю, який забезпечується уповноваженою особою - тренером і відповідно до його наслідків формується програма корекції та компенсації результатів, що отримані шляхом періодичного застосування тренінгових завдань за умовами та показниками, що змінюються; з) пріоритетом тренінгу є формування психологічних, професійних та соціально-рольових знань, умінь та навичок, в цілому компетентності у відповідних питаннях. (Бандурка О. М., 2005).

При проведенні тренінгів формування правосвідомих устремлінь для молодих юристів варто враховувати таку закономірність, що моделювання пізнавальних, емоційно-вольових та мотиваційних явищ, що потребують

глибокого аналізу зазвичай обумовлюють найбільший ефект за рахунок застосованих когнітивних процесів та свідомих зусиль. (Мороз Л. І., 2005, Цільмак О. М., 2003; Бичкова Т. С., 2010). Саме тому важливим в процесі проведення тренінгу є не лише вироблення активної позиції, але і вольового імпульсу, зважаючи на те, що фізичні і психологічні можливості учасника тренінгу є результатом його свідомих зусиль, а також продуктами його власної праці, і тому обумовлюють найкращі результати за рахунок надзвичайно високої мотивації, ретельної рефлексії та самопізнання (Мороз Л. І., 2005; Цільмак О. М., 2003; Андросюк В. Г., 2005).

Принципами тренінгів можуть бути наступні: доцільності та науковості обґрунтованості; професійної направленості або направленості на формування визначених соціальних ролей; послідовності і систематичності проведення; активності та свідомої участі осіб, що проходять тренінг; доступності та часової доцільності (Макеєв О. О., 2003). Крім того важливими є принципи: а) активного залучення до всіх тренінгових заходів включаючи мозкові штурми, ролеві ігри, інтерактивні вправи тощо; б) долучення учасників до дослідницьких ініціатив (під час тренінгу та виконання різноманітних вправ тренер виконує роль спостерігача і лише спонукає до вирішення тих чи інших завдань не заважаючи набувати практичний досвід та використовувати власні набуті навички для самовдосконалення); в) об'єктивації поведінки (об'єктивної оцінки в зручних для аналізу умовах, і, на підставі такого аналізу відпрацювання нових умінь); г) партнерське спілкування (на підставі роз'яснення правил взаємодії, врахування інтересів учасників, цінності кожного учасника, рівності позицій формується оптимальний психологічний клімат та застосування з цією метою спеціальних вправ, криголамів, розминок, руханок); д) принципу «конфідентності» (коли психологічна закритість зберігає психіку учасників тренінгу, а її колеги з повагою відносяться до існуючих таємниць і зберігають отримані дані у безпеці не допускаючи легковажних жартів, пліток та

розповсюдження особистих даних); ж) принципу «тут і тепер» (фокусування на діях під час тренінгу ігноруючи минулий досвід). (Мороз Л. І. 2005; Цільмак О. М., 2003)

Базовим методологічним принципом є вплив на поведінкову, мотиваційну, інтелектуальну та поведінкову сферу осіб залучених до тренінгу, а також вирішення поставлених перед учасником тренінгу завдань через залучення психоемоційної сфери із допомогою формування умов в яких можливе отримання чуттєво практичного досвіду та вирішення на підставі цього як професійних та соціально-рольових так і суто психологічних проблем осіб, які беруть участь у тренінгу.

Висновок. Отже підсумовуючи сказане можемо відмітити, що професійна психологічна підготовка важлива ланка побудови правосвідомого фахівця у галузі права. Молоді юристи особливо, якщо вони планують пов'язати свою діяльність з професіями, які безпосередньо пов'язані із правоохоронною діяльністю, у сфері діяльністю у сфері контролю за правомірним використанням службових обов'язків чи повноважень або іншою діяльністю захистом прав людини та громадянина мають всебічно працювати над вдосконаленням не лише власної професійної майстерності, але і розвитком правосвідомих устремлінь. З цією метою буде доречним проведення з такими фахівцями різного роду заходів професійно психологічної підготовки із чіткою спрямованістю у бік формування правосвідомого відношення до застосування норм права. З цією метою відповідальним особам доречно вживати заходів з метою підвищення ефективності навчання шляхом використання новітніх психолого педагогічних методів, які можуть бути застосовані поряд із класичними заходами. На цьому етапі використання різного роду тренінгів стане важливою віхою у сфері підвищення професійної, соціально-рольової та психологічної компетентності на шляху до досягнення важливої мети побудови професіоналу високого рівня.

Список використаних джерел

1. Андросюк В. Г., Казміренко Л. І., Юхновець Г. О. (1999) *Забезпечення особистої безпеки працівників ОВС при виконанні службових обов'язків* К. : Нац. акад. внутр. справ України. 72 с.
2. Андросюк В. Г. (1999) *Юридична психологія*. К. : Вид. дім «Ін юре», 352 с.
3. Андросюк В. Г. (2005) Психологічне забезпечення оперативно-службової діяльності працівників міліції. *Саморегуляція та тренінг психічних станів працівників ОВС*. Ч. 4. К. : Нац. акад. внутр. справ України. 165 с.
4. Бандурка О. М. (2005) *Екстремальна юридична психологія в діяльності персоналу органів внутрішніх справ України* : Х. : Вид-во Нац. ун-ту внутр. справ, 319 с..
5. Барко В. І. (2002) *Тренінгові технології у підготовці управлінців органів внутрішніх справ*. Науковий вісник Національної академії внутрішніх справ. К. Вип. 3. С. 175–181.
6. Барко В. І. (2007) *Формування лідерства і прихильності до здорового способу життя у військовослужбовців і працівників правоохоронних органів України*. К. 240 с.
7. Бичкова Т. С. (2010) Психологічне супроводження навчально-службової діяльності курсантів слідчої спеціалізації у вищих навчальних закладах МВС України : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06 Бичкова Т. С. К. 212 с.
8. Білер О. С. (2012) Метод поетапного засвоєння змісту навчального матеріалу при навчанні використання комп'ютерних технічних засобів навчання. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*. № 37. С. 167-173.
9. Дегтярьова Г. С., Козяр М. М., Руденко Л. А., Шиделко А. В. (2013) *Психолого-педагогічні засади діяльності педагога сучасної професійної школи*. К.: Педагогічна думка. 144 с.
10. *Екстремальна психологія*. Під редакцією О. В. Тімченко. К. : ТОВ Август Трейд, 2007. 502 с.
11. Курочка Т.З., Клим О.Р. (2008) Теоретичні основи та психологічні особливості дій співробітників ОВС в екстремальних ситуаціях. Тренінгові технології в правоохоронній діяльності. *Психологічні технології в екстремальних видах діяльності: Матеріали IV міжнародної науково-практичної конференції* (м. Донецьк, 22-23 травня 2008 року). Донецьк: Донецький юридичний інститут ЛГУВС ім. Е.А. Дідоренка, 388 с.
12. Лефтеров В. О. (2002) *Психологічні детермінанти загибелі та поранень працівників органів внутрішніх справ* : Донецьк : Донецький ін.-т внутрішніх справ. 324 с.
13. Макєєв О. О. (2003) Професійно-психологічний тренінг як вид професійної підготовки. *Теорія та досвід застосування тренінгових технологій у практичній психології : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.* за наук. ред. Л. І. Мороз. К. : Київський ін-т внутрішніх справ. С. 218–223
14. Мороз Л. І. (2005) Теоретичні засади та організація психологічного тренінгу в органах внутрішніх справ. Київ. юрид. ін-т України. К. : Паливода А.В., 227 с..
15. Наказ МВС України № 88 від 06.02.2019 «Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських» Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#Text>
16. Фіцула М. М. (2007) *Педагогіка* : К. : Академвидав, 2007. 560 с.
17. Цільмак О.М., Яковенко С.І. (2012) *Професійно-психологічна підготовка працівників підрозділів громадської безпеки*.. Одеса: ОДУВС. 140 с.
18. Цільмак О. М. (2003) Тренінг як елемент професійно-психологічної підготовки працівників міліції. *Теорія та досвід застосування тренінгових технологій у практичній психології : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.*; К. : Київ. ін-т внутр. справ. С. 195–199.
19. Чужикова В. Г. (2009) *Методика викладання права*: К. : КНЕУ. 425 с.
20. Чуносов М. А. (2004) Особливості формування адекватної поведінки працівниками ОВС при виконанні оперативно-службових завдань у небезпечних ситуаціях. *Вісник Запорізького юридичного інституту*. Запоріжжя. Вип. 1 (26). С. 231–236.

References

1. Androsiuk V. H., Kazmirenko L. I. & Yukhnovets H. O. (1999) Zabezpechennia osobystoi bezpeky pratsivnykiv OVS pry vykonanni sluzhbovykh oboviazkiv [Ensuring the personal safety of employees of the OVS during the performance of official duties] K. : Nats. akad. vnutr. sprav Ukrainy. 72 s (in Ukrainian)
2. Androsiuk V. H. (1999) Yurydychna psykholohiia : [Legal psychology]. K. : Vyd. dim «In yure», 352 s. (in Ukrainian)
3. Androsiuk V. H. (2005) Psykholohichne zabezpechennia operatyvno-sluzhbovoi diialnosti pratsivnykiv militsii. Samorehuliatyia ta treninh psykhychnykh staniv pratsivnykiv OVS. Ch. 4. [Psychological

support of operational and service activities of police officers. Self-regulation and training of the mental states of employees of the OVS]. K. : Nats. akad. vnutr. sprav Ukrainy. 165 s. (in Ukrainian)

4. Bandurka O. M. (2005) Ekstremalna yurydychna psykholohiia v diialnosti personalu orhaniv vnutrishnikh sprav Ukrainy : [Extreme legal psychology in the activities of the personnel of the internal affairs bodies of Ukraine] Kh. : Vyd-vo Nats. un-tu vnutr. sprav., 319 s. (in Ukrainian)

5. Barko V. I. (2002) Treninhovi tekhnolohii u pidhotovtsi upravlintsiv orhaniv vnutrishnikh sprav [Training technologies in the training of managers of internal affairs bodies] *Naukovyi visnyk Natsionalnoi akademii vnutrishnikh sprav*. K. Vyp. 3. S. 175–181. (in Ukrainian)

6. Barko V. I. (2007) Formuvannia liderstva i prykhylnosti do zdorovoho sposobu zhyttia u viiskovosluzhbovtiv i pratsivnykiv pravookhoronnykh orhaniv Ukrainy. [Formation of leadership and commitment to a healthy lifestyle among servicemen and law enforcement officers of Ukraine] K. 240 s. (in Ukrainian)

7. Bychkova T. S. (2010) Psykholohichne suprovodzhennia navchalno-sluzhbovoi diialnosti kursantiv slidchoi spetsializatsii u vyshchyykh navchalnykh zakladakh MVS Ukrainy [Psychological support of the educational and service activity of investigative specialization cadets in higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine] : Candidate's thesis (PhD thesis). K. 212 s. (in Ukrainian)

8. Bilier O. S. (2012) Metod poetapnoho zasvoiennia zmistu navchalnoho materialu pry navchanni vykorystannia kompiuternykh tekhnichnykh zasobiv navchannia [The method of step-by-step learning of the content of educational material in teaching the use of computer technical teaching aids]. *Problemy inzhenerno-pedahohichnoi osvity*. № 37. S. 167-173. (in Ukrainian)

9. Dehtiarova H. S., Koziar M. M., Rudenko L. A. & Shydelko A. V. (2013) Psykholoho-pedahohichni zasady diialnosti pedahoha suchasnoi profesiinoi shkoly: navchalno-metodychnyi posibnyk. [Psychological and pedagogical principles of the activity of a teacher of a modern professional school: educational and methodological manual] K.: Pedahohichna dumka. 144 s. (in Ukrainian)

10. Timchenko O. V. (Ed.). (2007) Ekstremalna psykholohiia [Extreme psychology]. K. : TOV Avhust Treid., 502 s (in Ukrainian)

11. Kurochka T.Z. & Klym O.R. (2008) Teoretychni osnovy ta psykholohichni osoblyvosti dii spivrobotnykiv OVS v ekstryalnykh sytuatsiiakh. Treninhovi tekhnolohii v pravookhoronnii diialnosti [Theoretical foundations and psychological features of the actions of employees of the Security Service in extreme situations. Training technologies in law enforcement activities]. *Psykholohichni tekhnolohii v ekstryalnykh vydakh diialnosti: Materialy IV mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Donetsk, 22-23 travnia 2008 roku)*. Donetsk: Donetskyy yurydychnyy instytut LHUVS im. E.A. Didorenka., 388 s. (in Ukrainian)

12. Lefterov V. O. (2002) Psykholohichni determinanty zahybeli ta poranen pratsivnykiv orhaniv vnutrishnikh sprav : [Psychological determinants of deaths and injuries of internal affairs officers] Donetsk : Donetskyy in.-t vnutrishnikh sprav. 324 s (in Ukrainian)

13. Makieiev O. O. (2003) Profesiino-psykholohichni treninh yak vyd profesiinoi pidhotovky [Professional-psychological training as a type of professional training] *Teoriia ta dosvid zastosuvannia treninhovykh tekhnolohii u praktychnii psykholohii : materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf.* K. : Kyivskyy in-t vnutrishnikh sprav. S. 218–223 (in Ukrainian)

14. Moroz L. I. (2005) Teoretychni zasady ta orhanizatsiia psykholohichnoho treninhu v orhanakh vnutrishnikh sprav [Theoretical principles and organization of psychological training in internal affairs bodies]. Kyiv. yuryd. in-t Ukrainy. K. : Palyvoda A.V., 227 s. (in Ukrainian)

15. Tsilmak O. M. (2003) Treninh yak element profesiino-psykholohichnoi pidhotovky pratsivnykiv militsii [Training as an element of professional and psychological training of police officers]. *Teoriia ta dosvid zastosuvannia treninhovykh tekhnolohii u praktychnii psykholohii : materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf.*; K. : Kyiv. in-t vnutr. sprav. S. 195–199. (in Ukrainian)

16. Nakaz MVS Ukrainy № 88 vid 06.02.2019 «Pro zatverdzhennia Poriadku orhanizatsii systemy psykholohichnoho zabezpechennia politseiskykh, pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy ta kursantiv (slukhachiv) zakladiv vyshchoi osvity iz spetsyfichnymy umovamy navchannia, yaki zdiisniuiut pidhotovku politseiskykh» [Order of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine No. 88 of 06.02.2019 "On the approval of the Procedure for the organization of the psychological support system for police officers, employees of the National Police of Ukraine and cadets (students) of higher education institutions with specific learning conditions that train police officers"] Rezhym dostupu: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#Text> (in Ukrainian)

17. Fitsula M. M. (2007) Pedahohika : [Pedagogy] K. : Akademvydav, 2007. 560 s. (in Ukrainian)

18. Tsilmak O.M. & Yakovenko S.I. (2012) Profesiino-psykholohichna pidhotovka pratsivnykiv pidrozdiliv hromadskoi bezpeky. [Professional and psychological training of employees of public security units]. Odesa: ODUVS. 140 s. (in Ukrainian)

19. Chuzhykova V. H. (2009) Metodyka vykladannia prava [Law teaching method]: K. : KNEU. 425 s. (in Ukrainian)

20. Chunosov M. A. (2004) Osoblyvosti formuvannia adekvatnoi povedinky pratsivnykamy OVS pry vykonanni operativno-sluzhbovykh zavdan u nebezpechnykh sytuatsiakh. [Peculiarities of the formation of adequate behavior by employees of the OAS during the performance of operational and service tasks in dangerous situations] *Visnyk Zaporizkoho yurydychnoho instytutu. Zaporizhzhia. Vyp. 1 (26). S. 231–236* [(in Ukrainian)]

Summary

SPECIFIC APPLICATION OF TRAINING FOR YOUNG LAWYERS WITH THE PURPOSE OF FORMING LAW-CONSCIOUS OPINIONS

Khlon O. M. *candidate of psychological sciences, associate professor, Associate Professor of the Department of Philosophy and Psychology Kyiv University of Intellectual Property and Law of the National University "Odesa Law Academy"*

Introduction. *One of the most effective and proven means of professional psychological training is training.*

The purpose of the article is to determine the features and specifics of the use of such important and effective means of training future lawyers as psychological trainings for the formation of legal aspirations and generally raising the moral and psychological level.

Methods. *The research methodology consists of a set of theoretical and empirical methods, in particular, such as the method of analysis, the method of synthesis, the method of generalization, the method of analogy, the method of classification, the comparative method.*

Results. *In the process of research, it was established that professional psychological training should be understood as a set of educational and educational activities that are interconnected and aimed at the development and formation of students in the necessary competence and professional psychological readiness for the effective performance of functions in the field law enforcement activities. The set of training methods includes the following types of training methods: methods of organizing and implementing educational and cognitive activities (visual, practical, verbal); problem-searching (reproductive, partially-searching; problem-based teaching; research; heuristic; explanatory-illustrative and experiment); logical (deduction, induction, synthesis, analysis, comparison, generalization, systematization, classification, abstraction); binary (class-illustrative, class-heuristic, class-dogmatic; laboratory-illustrative, laboratory-heuristic, laboratory-research; excursion-heuristic, excursion-illustrative, excursion-research; production-illustrative, production-heuristic, production-research) ; methods (method of mastering new knowledge, formation of abilities and skills, testing and evaluation of knowledge, abilities and skills, consolidation of educational material), methods of stimulation and motivation of educational and cognitive activities (active, simulation and games).*

The basic methodological principle of the training is the influence on the behavioral, motivational, intellectual and behavioral sphere of the persons involved in the training, as well as the solution of the tasks set before the participant of the training through the involvement of the psycho-emotional sphere with the help of the formation of conditions in which it is possible to obtain sensory practical experience and solve on the basis of this as professional and socio-role and purely psychological problems of persons participating in the training.

Key words: *legal awareness; training; psychological professional training; training methods; young lawyers.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 10.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 07.11.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ТЕМАТИЧНИЙ АНАЛІЗ У ДОСЛІДЖЕННЯХ
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯВИЩ

Храбан Т. Є. кандидат філологічних наук,
доцент, завідувач кафедри іноземних мов,
Військовий інститут телекомунікації
та інформатизації
<https://orcid.org/0000-0001-5169-5170>

У статті пропонується практичне керівництво з проведення тематичного аналізу на прикладі досліджень соціально-психологічних явищ у галузі психолінгвістики. Доведено, що використання тематичного аналізу при опрацюванні лексичного матеріалу, отриманого експериментальним шляхом завдяки проведенню асоціативних експериментів, уможливило вивчення нюансів людської поведінки та соціальних взаємодій.

Ключові слова: тематичний аналіз; психолінгвістика; асоціативний експеримент; метод дослідження.

Вступ. У сучасному світі статистика відіграє важливу роль в процесі проведення наукових досліджень. Забезпечуючи кількісне підґрунтя для наукових висновків і прогнозів, вона допомагає аналізувати дані, виявляти закономірності, вимірювати змінюваність і визначати значущість отриманих результатів, зроблених на основі експериментів, опитувань і спостережень. Однак, кількісні дослідження не можуть повністю висвітлити багатогранну природу соціально-психологічних явищ. На противагу кількісним дослідженням, у яких акцент робиться на цифрових даних і перевірці гіпотез, якісні дослідження, привертаючи увагу до нюансів людської поведінки, соціальних взаємодій і динаміки розвитку суспільства, дають змогу дослідникам вивчати суб'єктивні реалії, смисли і досвід окремих людей, груп і спільнот (Grodal, Anteby & Holm, 2021). Якісні дослідження пропонують об'єктивне розуміння соціальних і культурних чинників, які впливають на думки, переконання та дії людей (Fuchs, 2023), і, зрештою, якісні дослідження сприяють розробленню ефективної політики, впровадженню ініціатив та реалізації необхідних соціальних змін.

Одним із найважливіших і водночас найскладніших завдань якісних досліджень є аналіз якісних даних. Труднощі при аналізі якісних даних пояснюються їхнім складним змістом та розмаїттям якісних підходів і методів аналізу даних, доступних для використання (Inayat et al., 2024).

Результативним і широковживаним методом аналізу якісних даних у галузі соціальних, антропологічних, психологічних, педагогічних наук є тематичний аналіз (ТА). Тематичний аналіз – це метод, який використовують для аналізу якісних даних з метою виявлення, аналізу та інтерпретації їх змісту шляхом систематичного процесу генерування кодів, котрий призводить до розроблення тем (Ayton, Tsindos, & Berkovic, 2023). Тематичний аналіз не пропонує чіткого методу-«рецепту», якого потрібно дотримуватися, і вимагає рефлексивної участі дослідника. Це означає, що «дослідники (в ідеалі) мають надавати інформацію не про загальні етапи, а про свою конкретну участь, процес та прийняття рішень під час використання підходу» (Braun & Clarke, 2024). ТА має кілька ключових характеристик, що сприяють його широкому використанню. По-перше, це – адаптивність до різних дослідницьких контекстів і сумісність із різноманітними теоретичними рамками (Fuchs, 2023). На думку V. Braun і V. Clarke (2024), «стандартизованого ТА не існує, і це дозволяє розглядати тематичний аналіз швидше як гнучку техніку дослідження, що володіє певним ступенем теоретичної та проектної гнучкості, а не як теоретично обґрунтований і обмежений метод, так само, як більшість інших якісних аналітичних підходів (наприклад, обґрунтована теорія, інтерпретативний феноменологічний аналіз і наративний аналіз)». По-друге, ТА пропонує структуровану основу для

упорядкування та інтерпретації якісних даних, гарантуючи, що жодної цінної ідеї не буде упущено (Neuendorf, 2018). По-третє, ітеративний характер тематичного аналізу допомагає динамічно й еволюційно розуміти дані, сприяючи пошуку численних пластів смислу (Christou, 2023). Завдяки таким перевагам привабливість використання ТА у якісних дослідженнях зростає, що актуалізує подальше вивчення нюансів і складнощів, пов'язаних із проведенням тематичного аналізу.

Теоретичне підґрунтя. Починаючи з 70-х років минулого століття, тематичний аналіз став широко використовуватися в якісних дослідженнях (Christou, 2023). V. Braun і V. Clarke (2024) вказують, що незважаючи на те, що термін «тематичний аналіз» передбачає використання якогось одного методу, ТА найкраще розглядати як групу методів, спрямованих на розробку і презентацію тем на основі даних якісного дослідження. Ці методи зазвичай включають процедури кодування та розроблення тем і дозволяють проводити як індуктивний аналіз, що базується на даних, так і дедуктивний аналіз, що спирається на існуючі теорії, а також кодувати дані на предмет семантичного (поверхневого, очевидного, явного) і латентного (глибинного, прогностичного, неявного) значення (Braun & Clarke, 2024). При проведенні дослідження необхідно визначитися з вибором моделі ТА з огляду на питання дослідження та прагматичні міркування, як-от ресурси, час та аудиторія. Основними моделями ТА є прикладний тематичний аналіз, рамковий аналіз, рефлексивний тематичний аналіз (Ayton, Tsindos, & Berkovic, 2023). Ці моделі ТА мають деякі спільні риси: практика кодування і розроблення тем; можливість врахування спрямованості дослідження на семантичні та/або латентні параметри даних й індуктивний та/або дедуктивний підхід; визначення ТА як теоретично гнучкого методу, а не як теоретично обґрунтованої й обмеженої методології (Braun & Clarke, 2023). Проте вони різняться за способом здійснення кодування і розроблення тем, базовими дослідницькими цінностями і концептуалізацією ключових понять, таких як тема (Christou, 2023). V. Braun і V. Clarke

(2024) вважають, що розбіжності в моделях тематичного аналізу диктуються вибором підходу, який може бути «науково-описовим» і «художньо-інтерпретативним».

Науково-описовий підхід визначає наріжним каменем цінності наукового дослідження (що ґрунтуються на [пост]позитивістській логіці), і це проявляється в практиці, спрямованій на забезпечення надійності або точності кодування. Такі практики включають використання структурованого процесу кодування, зокрема кодової книги або рамки кодування, розробленої до або на ранніх етапах аналітичного процесу, і застосування цієї рамки кодування до масиву даних декількома дослідниками-кодерами, які працюють незалежно один від одного (Braun & Clarke, 2024). Кодери використовують рамки кодування для розподілу даних за заздалегідь визначеними «темами». Рівень «згоди» між кодерами згодом обчислюють за допомогою статистичних тестів, при цьому високий рівень згоди вказує на ймовірно надійне кодування (Braun & Clarke, 2024). На відміну від цього, інтерпретативні підходи (що ґрунтуються на непозитивістській логіці) визнають і приймають суб'єктивність, яка притаманна кодуванню. Якісна практика виявляється в органічному та гнучкому підході до кодування, який реагує на поглиблення взаємодії дослідника з даними та його рефлексивність (Braun & Clarke, 2024). «Науково-описовий» і «художньо-інтерпретативний» підходи відрізняються вектором проведення аналізу. Для «науково-описового» підходу характерний дедуктивний (згори вниз) вектор. Для «художньо-інтерпретативного» підходу типовим є індуктивний (знизу вгору) вектор. S. Dawadi (2020) вказує, що з метою досягнення максимальної глибини аналізу можна одночасно використовувати і дедуктивний, і індуктивний підходи. Дедуктивний підхід можна використати як відправну точку, що уможливорює аналіз даних відповідно до тем, що з'явилися під час літературного огляду, проведеного перед дослідженням, або дослідницьких питань, розроблених для дослідження (Dawadi, 2020). Під час індуктивного аналізу дані кодуються без спроб вписати теми в

уже наявні рамки кодування (Brown & Clark, 2006). Дослідник може врахувати будь-яку релевантну і навіть несподівану інформацію (тему) для кращого розуміння досліджуваного явища (Dawadi, 2020).

Найбільш широковживана рефлексивна модель тематичного аналізу була розроблена V. Braun і V. Clarke (2006) у 2006 році. Рефлексивний підхід до ТА ухвалює суб'єктивність дослідника як ресурс дослідження (відкидаючи позитивістські уявлення про упередженість дослідника), розглядає практику ТА як споконвічно суб'єктивну, підкреслює рефлексивність дослідника і відкидає уявлення про те, що кодування може бути точним, оскільки це основоположно інтерпретативна практика (Brown & Clark, 2023). Рефлексивна модель ТА передбачає, що дослідник завжди формує своє дослідження; воно завжди буде пронизане його суб'єктивністю, і він ніколи не буде нейтральним провідником, який просто передає безпосередньо здобуту істину досвіду учасників (Brown & Clark, 2023). Так, S. Dawadi (2020), описуючи етапи аналізу якісних даних у своєму дослідженні, доходить висновку, що аналітичні процедури – це не лінійна низка кроків, а радше ітеративний і рефлексивний процес, який передбачає постійний рух уперед і назад між етапами. У роботі P. Christou (2023) розглядаються актуальні проблеми, що виникають у результаті еволюції тематичного аналізу. Крім того, в ній запропоновано покрокове керівництво проведення ТА, в якому враховано упущений раніше етап створення концептуальних діаграм. Наголошуючи на тому, що ТА еволюціонував і розвивався останніми роками, P. Christou (2023) у своїй роботі дає конкретні рекомендації щодо проведення тематичного аналізу інформації, отриманої з Інтернету та соціальних мереж, наприклад, у вигляді онлайн-відгуків та електронних коментарів.

Значний внесок у розуміння сутності ТА було зроблено M. Vaismoradi та його колегами (Vaismoradi, Turunen & Bondas, 2013), які порівняли тематичний аналіз і якісний контент-аналіз. Незважаючи на те, що контент-аналіз і тематичний аналіз переслідують одну й ту саму мету – дослідити наративні матеріали, розбиваючи

текст на відносно невеликі одиниці змісту та піддаючи їх описовому опрацюванню (Khraban, & Khraban, 2024), дослідники виокремили основні відмінності між тематичним аналізом і контент-аналізом:

1. Тематичний аналіз – це якісний метод дослідження, який використовують для виявлення тем у текстових даних, тоді як контент-аналіз (КА) може також передбачати можливість кількісного оцінювання даних шляхом вимірювання частоти поширення різних категорій і тем.

2. У ТА основна увага приділяється загальним темам групування даних і тому, як ці теми співвідносяться одна з одною, тоді як у разі КА дослідники акцентують увагу на одержанні кількісної інформації про частотність уживання понять і ключових слів у великих обсягах текстових даних. На відміну від контент-аналізу, при тематичному аналізі частота присутності теми в даних не обов'язково є її принциповою характеристикою.

3. У КА аналітик не шукає нічого більш ніж те, що «сказав учасник або що було написано» (Braun & Clarke, 2006), та орієнтується на пошук і виявлення семантичних кодів, які визначають через «поверхневі смисли» даних (Buge, 2021). У цьому разі аналітик упорядковує дані, щоб виявити закономірності в семантичному змісті (що стосується значення в мові або логіці). Тематичний аналіз виходить за рамки опису сказаного і фокусується на його інтерпретації та поясненні.

4. Контент-аналіз уможливорює використання «автоматизованих» форм аналізу, і досліднику може не знадобитися читати весь набір даних. Наприклад, при контент-аналізі можна використовувати функцію пошуку Delve, щоб швидко знайти ключові слова і закодувати їх. У тематичному аналізі автоматизовані форми аналізу є цінною допомогою, але дослідник завжди повинен ознайомитися з усім обсягом даних.

5. Тематичний аналіз завжди передбачає індуктивний аналітичний метод. Хоча існують форми індуктивного контент-аналізу, у контент-аналізі найчастіше використовується дедуктивний аналітичний метод (Vaismoradi, Turunen & Bondas, 2013).

Незважаючи на значну кількість праць, що дають практичні настанови щодо використання ТА, зростання інтересу до соціально-психологічних явищ, що відображають у різних формах сучасну дійсність, потребують подальшого осмислення ТА і розроблення рекомендацій щодо його ефективнішого використання.

У цій статті пропонується практичне керівництво з проведення тематичного аналізу на прикладі досліджень соціально-психологічних явищ у галузі психолінгвістики.

Методи дослідження. З метою узагальнення результатів раніше проведених досліджень було застосовано загальнонаукові методи дослідження: аналіз, синтез, індукція, дедукція, узагальнення та інші. Матеріалом для проведення систематичного огляду наукових досліджень послужили публікації, які надають практичні настанови щодо проведення тематичного аналізу або використовують тематичний аналіз як основний метод наукового дослідження.

Масив даних, отриманих під час проведення асоціативного експерименту, використовувався для демонстрації застосовності тематичного аналізу в дослідженнях соціально-психологічних явищ. Для проведення асоціативного експерименту, мета якого – виявити соціально-психологічні фактори, які визначають роль гендеру в кар’єрних устремліннях, було обрано слово-стимул – «сім’я». У зв’язку, що в українському суспільстві розповсюджені сформовані культурою узагальнені уявлення, що найважливіше завдання жінки – дбати про дім та сім’ю, нами було висунуто припущення, що асоціативний ряд на слово-стимул «сім’я» допоможе нам визначити, чи є функція ведення домашнього господарства, яку суспільство зазвичай покладає на жінок, бар’єром для їхніх кар’єрних устремлінь.

Результати і обговорення. Для забезпечення необхідної строгості в процесі аналізу соціально-психологічних явищ може бути використаний шестифазний процес, запропонований V. Braun і V. Clarke (2006). Шість ключових кроків забезпечують структурований і систематичний підхід до

проведення тематичного аналізу, гарантуючи, що аналіз спиратиметься на дані й точно відображатиме багатство та складність аналізованих соціально-психологічних явищ. На всіх етапах проведення ТА, на думку V. Braun і V. Clarke (2006), слід пам’ятати, що тематичний аналіз – це не простий процес, оскільки він вимагає повернення і переключення поміж усього набору даних, постійного пошуку смислу в патернах. Отже, він розглядається як рекурсивний, а не лінійний процес. Крім того, як вказує P. Christou (2023), на відміну від кількісного аналізу, складання звіту відбувається не наприкінці, а є невід’ємною частиною процесу аналізу. Тому аналітику необхідно приступати до складання звіту вже на першому етапі процесу аналізу, наголошуючи на початкових ідеях і потенційних схемах кодування. Перший крок у тематичному аналізі – знайомство з даними шляхом занурення в їхній зміст. Це включає в себе читання і перечитування даних, ведення докладних записів і проведення первинних спостережень, завдяки чому можна сформулювати всебічне розуміння нюансів і тонкощів. У такий спосіб можна виділити ключові теми та закономірності, на які спиратимуться подальші етапи аналізу (Dawadi, 2020; Maguire & Delahunt, 2017). У нашому прикладі набір даних – це масив асоціацій, ознайомлення з якими не потребує багато часу внаслідок його відносно невеликого обсягу. Але при цьому можуть виникнути труднощі, оскільки дослідник має відшукати певний рівень закономірної відповіді чи сенсу в обмеженому наборі даних.

На другому етапі тематичного аналізу дослідники систематично кодують цікаві особливості, закономірності або ідеї, що з’являються з якісних даних. Це дає змогу досліднику «спростити дані та зосередитися на їхніх специфічних характеристиках» (Nowell et al., 2017). Розробляючи ці початкові коди, дослідники розпочинають процес організації та категоризації даних, закладаючи основу для подальшого аналізу і продумування тем. V. Braun & V. Clarke (2023) вказують, що така практика «вимагає глибини залучення, творчого та рефлексивного підходу до даних,

інтенсивного та органічного процесу кодування, покликано зрозуміти різні грані смислу даних і допомогти дослідникові вийти за межі найочевидніших або поверхневих смислів у даних». Кодування може проводитися вручну або з використанням програм. В останньому випадку дослідники заявляли (і продовжують заявляти) про «нездатність» таких програм виконувати інтелектуальні процеси, необхідні для інтерпретації даних або винесення суджень (Nowell et al., 2017). Хоча програмні інструменти можуть бути цінними помічниками, розуміння ручного процесу кодування має основоположне значення для дослідників, «які прагнуть досконало розібратися в тонкощах і складнощах, пов'язаних із тематичним аналізом» (Fuchs, 2023). Якщо аналіз

проводять вручну (тобто без допомоги програмного забезпечення), дослідник має переконатися, що кожному елементу набору даних приділяється однакова увага. У нашому дослідженні ручне кодування проводилося паралельно з індуктивним кодуванням, організованим за допомогою програми якісного аналізу NVivo 8 (<https://qsr-nvivo.software.informer.com/8.0/>). Така активна робота з даними дозволила встановити міцніший зв'язок із даними і глибше зрозуміти основні тенденції та смисли масиву даних. У таблиці 1 наведено приклад групування даних (асоціацій, отриманих на слово-стимул «сім'я») і конструювання кодів. Коди конструювалися таким чином, щоб надати можливість розглянути концепцію кар'єрних устремлінь з погляду моделі сімейних стосунків.

Таблиця 1.

Групування даних і коди

Масив даних	Коди
Дружина, щаслива, єдина, застілля, скарб, любов, кохання, радість, їжа, життя, діти, чоловік, покупки, великий дім, дім, будинок, кохання, щастя, свято; розлука, біль, розчарування, бідність, хвороба, побут, турбота, піклування, обов'язок, відповідальність, опіка; гроші, підтримка, розуміння, злагода, дружба, повага, допомога, батьки, команда, безпека, довіра, мир, позитивні емоції, спокій, надійність, рідний, затишок, відпустка, щастя, кіт, тепло, комфорт, здоров'я, відпочинок, подорожі, взаємопідтримка, допомога, мама, тато, підтримка, батьки, взаємоповага, любов, повага, порада, затишок, спокій, відпочинок, розваги, веселощі	– спорідненість; – шлюбні відносини; – сімейний відпочинок та урочистості; – сімейна організація; – виховання дітей; – якість життя; – проблеми зі здоров'ям; – проблеми, пов'язані з організаційною прихильністю та виконанням роботи; – сімейне неблагополуччя; – мотивація; – відновлення; – успіх; – продуктивність; – зона комфорту

На третьому етапі тематичного аналізу необхідно «концептуалізувати коди як будівельні блоки» (Inayat et al., 2024) і об'єднати схожі коди в теми. Тему розглядають як абстрактну сутність, яка розкриває сенс і унікальність повторюваного досвіду та його різних проявів. Власне, тема охоплює й об'єднує природу або основу досвіду в значущі цілі» (DeSantis & Ugarriza, 2000). Серед дослідників, які проводять ТА, існують деякі протиріччя щодо необхідної кількості тем, які потрібно сконструювати. Так, D. Byrne (2021) стверджує, що занадто мала кількість тем вказує на нездатність повністю ідентифікувати дані. Однак, S. Inayat з колегами зазначають, що в ТА не існує

регламенту мінімальної кількості тем, а конструювання надто великої кількості тем, що не пов'язані одна з одною, або надто велика кількість тем, що не мають переконливої інтерпретації, можуть завадити досягненню правильних висновків (Inayat et al., 2024). У нашому прикладі було сконструйовано три теми, які відображали центральні аспекти дослідницького питання: «Значимість інституту сім'ї», «Конфлікт між роботою та сім'єю», «Баланс між кар'єрою та особистим життям». У разі великої кількості кодів, щоб уникнути того, що V. Braun і V. Clarke (2006) назвали «непереконливим аналізом», за якого теми можуть бути внутрішньо не узгоджені або надто сильно перетинатися між собою,

дослідникові доцільно створювати тематичну карту. На четвертому етапі P. Christou (Christou, 2023) рекомендує переконатися, що створені на другому і третьому етапах кластери мають змістовність і, отже, можуть розглядатися як теми. Ця процедура необхідна для того, щоб дослідник прийняв остаточне рішення щодо того, які теми будуть зрештою представлені і як ці теми пов'язані із загальною метою дослідження.

На п'ятому етапі тематичного аналізу скомпоновані коди ретельно вивчаються з метою визначення ключових характеристик і границь кожної теми. Крім того, темам даються чіткі та лаконічні назви, які ефективно відображають їхню квінтесенцію. Дослідник має докласти зусиль, щоб окреслити «сюжет», який розкриває кожна тема, і впевнитися, що кожен «сюжет» вписується в ширшу цілісну «фабулу», яка пропонує пояснення досліджуваного явища. П'ятий етап вимагає від дослідника звернутися до критичної рефлексії з метою «заново оцінити важливість і точність створених тем, а також їхню релевантність загальній меті дослідження» (Roberts, Dowell & Nie, 2019). Критична рефлексія також уможлиблює вдосконалення аналітичної та інтерпретаційної роботи, здійсненої для створення тем і подальшого створення цілісного судження про феномен, що досліджується (Braun & Clarke, 2023). Щоб підтвердити результат і посилити валідність дослідження, у нашому дослідженні ми звернулися до респондентів і представили їм на обговорення результати нашої інтерпретації – учасників попросили висловити свою думку щодо того, наскільки правильно чи справедливо аналіз відображає їхній досвід. На думку B. Smith і K. McGannon (Smith & McGannon, 2018), така практика вможлиблює контроль або усунення будь-якої суб'єктивної упередженості дослідника – неправильної інтерпретації або неправильної акцентуації. Також ми дотримувалися рекомендацій S. Inayat і його колег (2024) і з метою отримання схвальної думки щодо результатів дослідження запропонували колегам як експертам зробити критичні зауваження з приводу остаточних сформульованих тем та їхньої

релевантності, відповідності та узгодженості з даними учасників. На шостому етапі – підготовки остаточного звіту – виявлені теми об'єднуються у зв'язний текст, що являє собою логічний, послідовний і стислий виклад відповідно зі встановленими темами. V. Braun і V. Clarke (2006) стверджують, що звіт стосовно тематичного аналізу має переконати читачів у цінності та обґрунтованості аналізу. Тому має бути докладено значних зусиль, щоб подати стислий, послідовний і логічний звіт про те, що являють собою дані, надаючи достатню кількість доказів і конкретних прикладів та/або цитат, що могли б унаочнити сутність точки зору, яку демонструє автор. Шостий етап нашого дослідження представляє звіт про існування гендерного розриву між респондентами чоловічої та жіночої статі при формуванні поняття «сім'я». Респонденти жіночої статі розглядають сім'ю як у романтичному, так і в прагматичному ракурсі – це передусім виховання дітей та виконання домашніх обов'язків. Респондентів чоловічої статі вирізняє романтичне та егоцентричне розуміння сімейних стосунків. Всупереч такій спрямованості під час побудови сімейних стосунків, коли, здавалося б, чоловіки мають сприятливіші умови для побудови кар'єри, лексичне наповнення тематичної групи «Конфлікт між роботою та сім'єю» вказує на те, що частина респондентів чоловічої статі можуть перебувати у стані високого міжрольового конфлікту між роботою та сім'єю. Це може бути пов'язано зі сприйняттям відповідальності, що супроводжує статус і цінності, які корелюється зі шлюбом. З іншого боку, асоціації, зібрані в тематичній групі «Баланс між кар'єрою та особистим життям», свідчать, що більша частина респондентів як чоловічої, так і жіночої статі розглядають сім'ю як чинник, що сприяє позитивному емоційному стану та слугує збільшенню психосоціальних ресурсів, наприклад, відчуттю безпеки. Таким чином, сімейні стосунки респонденти розглядають як потенціал їхнього кар'єрного зростання.

Висновки. При проведенні досліджень у галузі психолінгвістики тематичний аналіз довів свою ефективність. Використання

тематичного аналізу при опрацюванні лексичного матеріалу, отриманого експериментальним шляхом завдяки проведенню асоціативних експериментів, уможлиблює вивчення суб'єктивних реалій, смислів і досвіду окремих людей, груп і спільнот та дозволяє робити висновки про нюанси людської поведінки, соціальні взаємодії та динаміку суспільства. Результативність тематичного аналізу забезпечують його ключові характеристики, а саме: гнучкість та адаптивність до різних дослідницьких контекстів і сумісність із різноманітними теоретичними рамками; ітеративний підхід до опрацювання даних, що дозволяє динамічно й еволюційно аналізувати дані, полегшує дослідження численних видів та форматів контексту; структурування даних, унаслідок чого елементи досліджуваного матеріалу

пов'язуються за смыслом у цілісну групу або кілька таких груп.

Під час опрацювання лексичного матеріалу, отриманого експериментальним шляхом, доцільно використовувати шестифазну модель тематичного аналізу, запропонованого V. Braun і V. Clarke (2006). Процедура аналізу може бути описана шляхом проходження шести етапів: знайомство з даними шляхом занурення в їхній зміст; кодування особливостей, закономірностей або ідей, які виникають із якісних даних; об'єднання однотипних кодів у теми; остаточний вибір стосовно того, які теми будуть зрештою представлені та як ці теми пов'язані із загальною метою дослідження; надання кожній темі назви, що ефективно відображає їхню квінтесенцію; складання зв'язних висновків, що являють собою логічний, послідовний і стислий виклад.

Список використаних джерел

1. Ayton, D., Tsindos, T., & Berkovic, D. (2023). Qualitative research – a practical guide for health and social care researchers and practitioners. Melbourne, Australia: Council of Australian University Librarians, Open Educational Resources Collective.
2. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
3. Braun, V., & Clarke, V. (2023). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and becoming a knowing researcher. *International Journal of Transgender Health*, 24(1), 1–6. <https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2129597>
4. Braun, V., & Clarke, V. (2024). Supporting best practice in reflexive thematic analysis reporting in Palliative Medicine: A review of published research and introduction to the Reflexive Thematic Analysis Reporting Guidelines (RTARG). *Palliative medicine*, 38(6), 608–616. <https://doi.org/10.1177/02692163241234800>
5. Byrne, D. (2021). A worked example of Braun and Clarke's approach to reflexive thematic analysis. *Quality & Quantity*, 56, 1391–1412. <https://doi.org/10.1007/S11135-021-01182-Y>
6. Christou, P.A. (2023). How to use thematic analysis in qualitative research. *Journal of Qualitative Research in Tourism*, 1, 1–17. <https://doi.org/10.4337/jqrt.2023.0006>
7. Dawadi, S. (2020). Thematic Analysis Approach: A Step by Step Guide for ELT Research Practitioners. *Journal of NELTA*, 25(1-2), 62–71. <https://doi.org/10.3126/nelta.v25i1-2.49731>
8. DeSantis, L., & Ugarriza, D. N. (2000). The concept of theme as used in qualitative nursing research. *Western journal of nursing research*, 22(3), 351–372. <https://doi.org/10.1177/019394590002200308>
9. Fuchs, K. (2023). A Systematic Guide for Conducting Thematic Analysis in Qualitative Tourism Research. *Journal of Environmental Management and Tourism*, 14(6), 2696–2703. [https://doi.org/10.14505/jemt.v14.6\(70\).17](https://doi.org/10.14505/jemt.v14.6(70).17)
10. Grodal, S., Anteby, M., & Holm, A. L. (2021). Achieving Rigor in Qualitative Analysis: The Role of Active Categorization in Theory Building. *Academy of Management Review*, 46, 591–612. <https://doi.org/10.5465/amr.2018.0482>
11. Inayat, S., Younas, A., Fàbregues, S., & Ali, P. (2024). Premature Closure of Analysis in Qualitative Research: Identifying Features and Mitigation Strategies. *International Journal of Qualitative Methods*, 23. <https://doi.org/10.1177/16094069241234187>
12. Khraban, T., & Khraban, M. (2024). Content analysis in military studies. *The Bulletin of National Defence University of Ukraine*, 78(2), 141–150. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-78-2-141-150>

13. Maguire, M., & Delahunt, B. (2017). Doing a Thematic Analysis: A Practical, Step-by-Step Guide for Learning and Teaching Scholars. *AISHE-J*, 9, 3351–3354. <http://ojs.aishe.org/index.php/aishe-j/article/view/3354>
14. Neuendorf, K. A. (2018). Content analysis and thematic analysis. In P. Gough (Ed.), *Advanced research methods for applied psychology* (pp. 211–223). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315517971-21>
15. Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1). <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
16. Roberts, K., Dowell, A., & Nie, J. B. (2019). Attempting rigour and replicability in thematic analysis of qualitative research data; a case study of codebook development. *BMC medical research methodology*, 19(1), 66. <https://doi.org/10.1186/s12874-019-0707-y>
17. Smith, B., & McGannon, K. (2018). Developing rigor in qualitative research: problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 101–121. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2017.1317357>
18. Vaismoradi, M., Turunen, H., & Bondas, T. (2013). Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing & health sciences*, 15(3), 398–405. <https://doi.org/10.1111/nhs.12048>

Summary

THEMATIC ANALYSIS IN THE STUDY OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL PHENOMENA

Khraban T. PhD in Philology, Associate Professor, Head of Foreign Languages Department, Military Institute of Telecommunications and Information Technology

Purpose. This article offers a practical guide to conducting a thematic analysis, with an illustrative example derived from research on socio-psychological phenomena within the field of psycholinguistics.

Materials and Methods. To synthesize the findings of previous studies and integrate them into a coherent whole, a number of general scientific research methods were employed, including analysis, synthesis, induction, deduction, generalization, and others. The data set obtained during the association experiment was employed to illustrate the utility of thematic analysis in the study of social and psychological phenomena.

Results and Discussions. In the processing of lexical material obtained through empirical techniques, the six-phase thematic analysis model proposed by Braun and Clarke (2006) is considered the optimal approach. The analysis procedure can be described as comprising six distinct stages. The initial phase of the process entails a comprehensive examination of the data, whereby the researcher becomes thoroughly acquainted with its content. The second stage is the process of coding the features, patterns, or ideas that emerge from the qualitative data. The third phase of the process is the grouping of codes that are similar in nature into broader categories or themes. The fourth stage involves reaching a definitive determination regarding the themes to be presented in the final analysis and their alignment with the overarching research objective. The fifth stage is to assign a name to each theme that effectively encapsulates its essence. The sixth and final stage is the formulation of logical, coherent, and concise conclusions. The effectiveness of thematic analysis is ensured by its key characteristics, namely: flexibility and adaptability to different research contexts and compatibility with various theoretical frameworks; an iterative approach to data processing that allows for dynamic and evolutionary data analysis, facilitating the study of numerous types and formats of context; and the structuring of data, as a result of which the elements of the material under study are linked by their inherent meaning into a coherent group or several such groups.

Conclusions. Thematic analysis has been demonstrated to be an effective method for conducting research in the field of psycholinguistics. The application of thematic analysis to the processing of lexical material obtained through association experiments enables the examination of subjective realities, meanings, and experiences at the individual, group, and community levels. This approach facilitates an understanding of the nuances of human behavior, social interactions, and societal dynamics.

Keywords: thematic analysis; psycholinguistics; association experiment; research method.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 01.10.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**Порядок оформлення та подання статей до збірника наукових праць
"Вісник Національного університету оборони України"
Національного університету оборони України**

Призначення збірника:

опублікування результатів наукової діяльності наукових працівників;
опублікування результатів теоретико-методологічних та експериментально-пошукових досліджень у різних галузях психологічної науки і психологічної практики
опублікування основних наукових результатів дисертацій здобувачами наукових ступенів;
опублікування наукових результатів досліджень претендентів на присвоєння вчених звань;
оцінювання результатів наукової діяльності наукових, науково-педагогічних працівників за опублікованими статтями.

Автор подає рукопис особисто на сайт збірника наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"

Щоб подати рукопис, необхідно зареєструватися на сайті збірника наукових праць <http://visnyk.nuou.org.ua/> у Open Journal Systems та пройти процес подання.

У коментарях до редактора Ви можете розмістити супровідний лист. Щоб пришвидшити процес рецензування, Ви можете надати список потенційних рецензентів (філія, адреса електронної пошти, ідентифікатор дослідника, ідентифікатор Scopus або ORCID). Автор і потенційний рецензент не повинні належати до однієї установи/дослідницької групи, і вони не повинні публікувати разом.

Рукопис має бути такої якості та такого змісту, щоб, на думку редакційної колегії, зацікавити міжнародну аудиторію.

До друку приймаються рукописи, які містять такі необхідні елементи: постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями; аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття; формулювання цілей статті (постановка завдання); виклад основного матеріалу з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів; висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.

Вимоги до структури основного тексту рукопису

Основний текст повинен мати цілком визначену структуру. Підрозділи, які наведено нижче, повинні бути виділені у тексті жирним шрифтом і розташовані на окремому рядку як підзаголовки.

Вступ (актуальність теми, мета і завдання статті).

Теоретичне підґрунтя (огляд літератури і попередніх досліджень з цієї чи суміжної проблематики).

Методи дослідження (не загальними фразами, а чітко розписати, які методи і як саме використовувалися для даного дослідження; тобто розкрити сам механізм проведення дослідження – яким чином було отримано його результати).

Результати і обговорення (навести основні результати дослідження).

Висновки.

Подяки (за потреби).

Авторські повідомлення.

Додатки і Таблиці (якщо є Додатки і Таблиці, то вони обов'язково повинні мати заголовки і порядкові номери; примітки слід розміщувати безпосередньо під таблицями. В тексті статті обов'язково мають бути посилання на ці додатки чи таблиці).

У статтях, що написані англійською мовою, необхідно виділити такі елементи: **Introduction, Purpose, Methods, Originality, Conclusion.**

В одній науковій статті допускається не більше трьох співавторів.

Загальний об'єм статті до 30 т. друківаних знаків з пробілами (кількість знаків можна подивитися у програмі WORD: Сервіс – Статистика).

Вимоги до технічного оформлення рукопису

Оформлення здійснюється з дотриманням таких основних правил:

відповідність Держстандарту ДСТУ 3008-95;

мова статті – українська, англійська;

формат сторінки – А 4.

на першій сторінці тексту у лівому верхньому куті без абзацного відступу – УДК (шрифт 12); після пропуску в один інтервал *заголовок статті* (після пропуску в один інтервал друкуються великими літерами (шрифт 12, жирно, вирівнювання посередині); під заголовком після пропуску в один інтервал у правому друкуються (шрифтом 12, вирівнювання справа): прізвище та ініціали автора (авторів); науковий ступінь, вчене звання; назва організації, в якій працює автор; ID ORCID; E-mail.

під відомостями про автора (авторів) подається: анотація українською мовою (до 400 др. знаків). ключові слова (5-8); для статей англійською мовою – відповідна анотація та ключові слова – англійською мовою (шрифт 12, курсив, вирівнювання по ширині);

Ключові слова потрібно подавати у називному відмінку через крапку з комою (слово1; слово2; слово3).

текст статті оформляється в текстовому редакторі Microsoft Word 2003, у форматі *.doc або *.rtf, шрифтом Times New Roman, (кегель 12), міжстроковий інтервал – 1, відступи зверху та знизу – 2 см, зліва – 2,5 см, справа – 2 см (Графіки, малюнки, які супроводжують текст, повинні бути у форматі JPG, EPS; складні формули повинні бути виконані у Microsoft Equation), сторінки не нумеруються, колонтитули не використовуються;

посилання на наукову літературу в тексті подаються за вимогами стандарту APA (<http://www.apastyle.org>);

Внутрішньотекстове посилання (in-text citation) за вимогами APA (7th ed.) містить два основні елементи: автора й дату видання. При цьому розрізняють два типи внутрішньотекстових посилань: посилання в дужках (parenthetical citation) і посилання в оповіді (narrative citation).

Внутрішньотекстове посилання містить інформацію про: автора праці (редактора/укладача/назву цитованого джерела, якщо автор відсутній), що цитується, рік видання та сторінковий інтервал (номери сторінок з яких наводиться цитата). Сторінковий інтервал дозволяється не вказувати, якщо ви не наводите цитату, а висловлюєте якусь ідею чи посилаєтесь на роботу в цілому.

Відповідно до вимог APA, у списку використаних джерел, у внутрішньотекстових посиланнях зазначають таку кількість авторів:

– якщо джерело має одного або п'ять авторів – зазначають усіх авторів. У внутрішньотекстовому посиланні необхідно перерахувати прізвища усіх авторів (через кому). Перед останнім автором пишеться знак «&», якщо автори перераховуються в дужках, або слово «та», якщо автори перераховуються в реченні, а рік видання та сторінковий інтервал в дужках;

– 6 авторів і більше – у внутрішньотекстовому посиланні необхідно вказати прізвище першого автора та слово «та ін.» (в англійській мові – «et al.»).

Шаблони оформлення внутрішньотекстових посилань:

1 автор:	2-5 авторів:	6 авторів і більше:
S. Maddi (2004) вказує, що життєстійкість є психологічною живучістю і розширеною ефективністю людини, що пов'язана з мотивацією людини (с. 263). Психологічною живучістю і розширеною ефективністю людини, що пов'язана з мотивацією людини (S. Maddi, 2004, с.263)	(Kernis, Comell, Sun, Berry, & Harlow, 1993) або (Kernis, Comell, Sun, Berry, & Harlow, 1993, p. 199) (Бойко, Петренко, & Філіпів, 2010) або (Бойко, Гречка, & Поліщук, 2010, с. 18) Результати дослідження Бойко, Петренко, та Філіпів (2010) підтверджують ... або Бойко, Петренко, та Філіпів (2010) підтверджують (2010) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18).	(Jones et al., 2022) або (Jones et al., 2022, p. 7) (Бойко та ін., 2015) або (Бойко та ін., 2005, с. 18) Результати дослідження Величко та ін. (2020) підтверджують ... або Величко та ін. (2020) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18).

Посилання на роботу під назвою:

Якщо автора (редактора/укладача) праці великого розміру (наприклад, книги) встановити неможливо, тоді у внутрішньотекстовому посиланні на місці автора необхідно вказати курсивом два слова назви праці.

Наприклад: (Психологічні дослідження, 2019, с.12).

Посилання на кілька робіт різних авторів (одночасно):

Якщо внутрішньотекстове посилання відноситься до кількох робіт різних авторів, тоді після парафраза необхідно вказати прізвище автора однієї книги і рік видання, та після знаку «>» вказати прізвище автора другої книги і рік видання.

Наприклад: (Феллер, 2021; Різун, 2022).

Посилання на кілька робіт різних авторів з однаковими прізвищами:

Якщо два або більше авторів мають однакові прізвища, у внутрішньотекстовому посиланні необхідно вказати також перші ініціали (або навіть повне ім'я, якщо різні автори мають однакові ініціали).

Наприклад: (Р. Міллер, 12; А. Міллер, 46).

після тексту статті шрифтом 12 подається «Список використаних джерел». У списку наводяться лише ті першоджерела, на які у тексті статті є посилання; бібліографічний опис списку використаних джерел у роботі оформлюється також за вимогами стандарту APA.

Список використаних джерел має бути організований в алфавітному порядку;

Переважає більшість посилань має бути на матеріали, опубліковані за останні 10 років та з посиланням на електронні ресурси.

Посилання на власні публікації (самоцититування) є небажаними і допускаються лише в разі крайньої потреби та у кількості не більше двох джерел в списку.

При посиланні на електронні ресурси має вказуватися активне діюче URL; посиланням має бути точним; адреси, що ведуть не на конкретну статтю, статистичну збірку тощо, а на сайти є неприйнятними.

Після списку використаних джерел наводиться (відповідно) «References», який оформляється згідно з вимогами стандарту APA (<http://www.apastyle.org>), де всі кириличні назви статей та книг транслітеруються латинськими літерами та перекладаються англійською мовою (формується наступним чином: прізвище, ініціали автора (-іє). (Рік). Транслітерована назва книги [Назва книги англійською мовою]. Місто: Видавництво (мова тексту). Транслітерований список використаних джерел, відповідно до вимог наукометричної бази SCOPUS та Web of Science, є повним аналогом списку використаних джерел при цьому порядок і кількість джерел у списку мають залишатися незмінними. Посилання на англійські джерела не транслітеруються. Для транслітерації українського тексту слід дотримуватися вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 27 січня 2010 р. №55, сайт он-лайн транслітерації - <http://ukrlit.org/transliteratsia>;

У «Списку використаних джерел» та «References» необхідно до джерел обов'язково додавати DOI (*digital object identifier*) – цифровий ідентифікатор об'єкта, якщо він присвоєний цитованому джерелу.

Детальніше про APA стиль за посиланнями:

<http://www.apastyle.org>

<http://library.albany.edu/cfox>

<https://owl.english.purdue.edu/owl/resource/664/01/>

після References наводиться Summary. У правому верхньому куті (вирівнювання справа, шрифт 12) англійською мовою: прізвище та ініціали автора; науковий ступінь, вчене звання; назва організації, в якій працює автор; назва статті (прописними літерами); анотація (курсив) – 2500-5000 др. знаків; ключові слова (5-8).

У анотаціях (Summary) згідно з вимогами міжнародних наукометричних баз необхідно відобразити такі елементи: **мета статті, методи дослідження, результати дослідження, наукова новизна, практичне значення дослідження, висновки та перспективи подальших наукових досліджень.**

До рукопису обов'язково потрібно додавати:

а) для здобувачів і ад'юнктів (аспірантів) обов'язково рекомендація наукового керівника (витяг з протоколу засідання кафедри (відділу, управління, навчального закладу), що рекомендує статтю до публікації);

б) експертний висновок про можливість відкритого публікування статті, завірений печаткою;

в) довідка про авторів (для авторів з інших установ) на окремій сторінці;

г) авторські повідомлення.

Рукопис подається українською, (англійською мовою) з підписом автора на останній сторінці та в електронній версії на адресу редакції.

Відповідальність за оригінальність, науковий рівень, відкритість інформації, формальну сторону статті, за правильність, точність і коректність цитування, посилань та перекладу покладається на автора.

Редакція здійснює власне рецензування статей та перевірку на академічну доброчесність.

Матеріали рецензуються членами редакційної колегії збірника або сторонніми незалежними експертами, виходячи з принципу об'єктивності і з позицій вищих міжнародних академічних стандартів якості та редагуються. Редакційна колегія залишає за собою право відхиляти неякісні матеріали без пояснення причин *за таких умов*:

не відповідає вимогам до оформлення та до наукового стилю викладу матеріалу;

не має наукової новизни та практичної значущості;

не відповідає тематиці збірника;

виконана з використанням автоматичного комп'ютерного перекладача;

не відредагована (містить граматичні та стилістичні помилки);

порушено етику наукових досліджень, зокрема, якщо у статті виявлено плагіат.

Редколегія може не поділяти світоглядних переконань авторів.

ПРИКЛАД ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ

УДК 371.315.6:51

УПРАВЛІНСЬКА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОФІЦЕРІВ ВІЙСЬКОВО-СОЦІАЛЬНОГО УПРАВЛІННЯ

*Петренко Б. В. доктор психологічних наук, професор,
Національний університет оборони України*

<https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

E-mail

Анотація українською мовою (до 400 др. знаків).

Ключові слова (5-8). *Вкажіть ключові слова відокремлюючи їх одне від одного крапкою з комою (слово1; слово2; слово3).*

Текст статті (*структура з абзацними відступами*):

Вступ.

Теоретичне підґрунтя.

Методи дослідження.

Результати і обговорення.

Висновки.

Подяки (за потреби).

Авторські повідомлення.

Список використаних джерел

1. Круш, П. В. (2009). Макроекономіка та її регулювання. Каравела.
2. Воробйова, О. М., & Іванченко, В. Д. (2009). Основи схемотехніки (2-ге вид.). Фенікс.
3. Жовтобрюх, М. А., Волох, О. Т., Самійленко, С. П., & Слинко, І. І. (1979). Історична грамати́ка української мови. Вища школа.
4. Головацький, А. С., Черкасов, В. Г., Сапін, М. Р., Парахін, А. І., & Ковальчук, О. І. (2013). Анатомія людини (3-тє вид., Т. 1). Нова Книга.
5. Collins. (n.d.). Museum. In Collins online dictionary. Retrieved November 18, 2022, from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/museum>

6. Шевченко, Т. М. (2019). Письменицька есеїстика: Осмислення феномену. Вісник Одеського національного університету. Серія: Філологія, 24(2), 113–121. [http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2\(2019\).pdf](http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2(2019).pdf)
7. Kyiv Dictionary. (2020, 12 травня). Чому в діалектному слові «без» («бузою») замість літери «у» вживають «е»? <https://www.kyivdictionary.com/uk/grammar/uk/consulenza-linguistica/vypusk5/bez-buzok/>
8. Кандиба, М. О. (2015). Емоційна зрілість як умова розвитку професійної толерантності особистості [Неопубл. дис. канд. психол. наук]. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки.
9. Буц, Ю. В. (2020). Науково-методологічні основи релаксії екогеосистем при техногенному навантаженні пірогенного походження [Автореф. дис. д-ра техн. наук, Сумський державний університет]. eSSUIR. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/76266>

References

1. Krush, P. V. (2009). Makroekonomika ta yii rehulivannia [Macroeconomics and its regulation]. Karavela. (in Ukrainian)
2. Vorobiova, O. M., & Ivanchenko, V. D. (2009). Osnovy skhemotekhniki (2-he vyd.) [Fundamentals of circuitry (2nd type)]. Feniks. (in Ukrainian)
3. Zhovtobriukh, M. A., Volokh, O. T., Samiilenko, S. P., & Slynko, I. I. (1979). Istorychna hramatyka ukrainskoi movy [Historical grammar of the Ukrainian language]. Vyshcha shkola. (in Ukrainian)
4. Holovatskyi, A. S., Cherkasov, V. H., Sapin, M. R., Parakhin, A. I., & Kovalchuk, O. I. (2013). Anatomiiia liudyny (3-tie vyd., T. 1) [Human anatomy (3rd ed., Vol. 1)]. Nova Knyha. (in Ukrainian)
5. Collins. (n.d.). Museum. In Collins online dictionary. Retrieved November 18, 2022, from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/museum>
6. Shevchenko, T. M. (2019). Pysmennytska eseistyka: Osmyslennia fenomenu [Essay writing: Understanding the phenomenon]. Visnyk Odeskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Filolohiia, 24(2), 113–121. [http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2\(2019\).pdf](http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2(2019).pdf) (in Ukrainian)
7. Kyiv Dictionary. (2020, 12 travnia). Chomu v dialektnomu slovi «bez» («buzok») zamist litery «u» vzhivaiut «e»? [Why is "e" used instead of the letter "y" in the dialect word "bez" ("lilac")?] <https://www.kyivdictionary.com/uk/grammar/uk/consulenza-linguistica/vypusk5/bez-buzok/> (in Ukrainian)
8. Kandyba, M. O. (2015). Emotsiina zrilist yak umova rozvytku profesiinoi tolerantnosti osobystosti [Neopubl. dys. kand. psyhol. nauk] [Emotional maturity as a condition for the development of professional tolerance of the individual [Unpublished. thesis Ph.D. psychol. sciences]]. Skhidnoevropeyskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky. (in Ukrainian)
9. Buts, Yu. V. (2020). Naukovo-metodolohichni osnovy relaksii ekoheosystem pry tekhnohennomu navantazhenni pirohennoho pokhodzhennia [Avtoref. dys. d-ra tekhn. nauk, Sumskyi derzhavnyi universytet] [Scientific and methodological bases of relaxation of eco-geosystems under man-made load of pyrogenic origin [Author's Ref. thesis Dr. Tech. Sciences, Sumy State University]]. eSSUIR. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/76266> (in Ukrainian)

Summary

ADMINISTRATIVE COMPETENCE OFFICERS OF MILITARY-SOCIAL MANAGEMENT

*Petrenko B. doctor of psychological sciences,
Professor National Defence University of Ukraine*

Summary (3000-5000 др. знаків).

Структура Summary з абзацними відступами:

Introduction (проблема)

Purpose (мета статті)

Methods (методи дослідження)

Originality (наукова новизна та практичне значення результатів дослідження)

Conclusion (висновки та перспективи подальших досліджень)

Key words (5-8). Вкажіть ключові слова відокремлюючи їх одне від одного крапкою з комою (слово1; слово2; слово3).

Авторське повідомлення

Автори заявляють:

- про відсутність конфлікту інтересів (або чітко вказують на наявний конфлікт інтересів;
 - про фінансування – вказуються номери та назви грантів, тем дослідження тощо, за рахунок яких фінансувалось дослідження), або вказується відсутність фінансування;
 - про підтримку політики редакції щодо відкритого доступу та обміну даними які пов'язані з дослідженням;
 - про використання штучного інтелекту (ШІ) при написанні статті та проведенні дослідження (у разі використання ШІ це повинно бути описано в розділі Методи дослідження і науково обгрунтовано);
 - про визначення внеску авторів (за наявності) згідно системи [CRediT](#) (см. «Політика щодо авторства та співавторства»).
- Приклад відображення авторського внеску: концептуалізація, Х.Х. та Я.І.; методика, Х.Х.; програмне забезпечення, Х.Х.; перевірка, Х.Х., У.У. та З.З.; формальний аналіз, Х.Х.; розслідування, Х.Х.; ресурси, Х.Х.; курація даних, Х.Х.; письмово-оригінал підготовки чернетки, Х.Х.; написання-рецензування та редагування Х.Х.; візуалізація, Х.Х.; нагляд, Х.Х.; адміністрація проекту, Х.Х.; отримання фінансування, У.У.

Х.У. Ім'я та Прізвище

- про подяки (за наявності) всім особам, які приймали будь-яку участь у дослідженні або підготовці рукопису статті, але не відповідають критеріям авторства.

Збірник наукових праць

**В І С Н И К
НАЦІОНАЛЬНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ
ОБОРОНИ
УКРАЇНИ**

6 (82) / 2024

Міністерство оборони України

Відповідальність за достовірність фактів, цитат,
власних імен, інших відомостей,
за порушення авторських прав будь-яких юридичних і фізичних осіб
несуть автори.

Розповсюдження та тиражування матеріалів
збірника без офіційного дозволу редакції заборонено.

Редактор
Комп'ютерна верстка

В. Стасюк
В. Богайчук

Підписано до друку 29. 11. 2024. Здано до набору 30. 11. 2024. Формат 20х29
Обл. вид. арк. 17. Наклад 50 прим.
Україна, 03049, м. Київ, проспект Повітряних сил України, 30

Віддруковано Поліграфічним центром Осадчого В. В.
тел. +38 (044) – 587-78-35